

休日・夜間救急診療

《栃木地区急患センター 7 月の当番医》

境町 (医師会病院隣) ☎ 22-8699

【診療時間等】

平日 19:00 ~ 22:00 (内科 / 小児を含む)

休日 9:00 ~ 21:00 (内科 / 小児を含む) (外科)

※事前に☎確認してお出かけください。

※急患センターは、急病の患者さんに対し応急的な診療を行う施設です。急病ではない患者さんは、かかりつけ医師等の診療時間内に受診するなど、急患センターの正しい利用をお願いします。

1	月	青木 (虎) (青木医院)
2	火	成田 (成田内科)
3	水	大山 (大山整形外科)
4	木	藤沼 (仁) (大平下病院)
5	金	石井 (石井内科医院)
6	土	山門 (山門クリニック)
7	日	内: 土谷 (土谷医院) 外: 川島 (かわしまクリニック)
8	月	青木 (章) (静和医院)
9	火	斉藤 (伸) (さいとう小児科)
10	水	中元 (中元内科医院)
11	木	河口 (河口医院)
12	金	橋本 (安) (橋本医院)
13	土	箕輪 (箕輪内科)
14	日	内: 田村 (田村医院) 外: 野崎 (野崎医院)
15	月	内: 石塚 (好生医院) 外: 町田 (メディカルパパス)
16	火	金田 (金田医院)
17	水	横山 (よこやま内科小児科クリニック)
18	木	川島 (かわしまクリニック)
19	金	土谷 (土谷医院)
20	土	青木 (虎) (青木医院)
21	日	内: 小森谷 (小森谷内科医院) 外: 与倉 (与倉ペインクリニック)
22	月	筒井 (筒井医院)
23	火	桜井 (桜井こどもクリニック)
24	水	竹田 (竹田内科医院)
25	木	野崎 (野崎医院)
26	金	亀田 (亀田整形外科医院)
27	土	玉野 (たまのクリニック)
28	日	内: 斉藤 (伸) (さいとう小児科) 外: 亀田 (亀田整形外科医院)
29	月	腰塚 (学) (ちづかクリニック)
30	火	中坪 (なかつぼクリニック)
31	水	与倉 (与倉ペインクリニック)

《急患センター終了後、問合先》

◆栃木市消防本部

月~土曜日の 22:00 以降 ☎ 22-0119

日曜・祝日・年末年始の 21:00 以降 ☎ 24-9999

(音声ガイダンス)

《小児救急診療 (0 歳から中学生)》

◆とちの木病院 (大町) ☎ 22-7722

日曜日 19:00 ~ 21:00

※市内の小児科開業医が中心となり実施しています。

◆下都賀総合病院 (富士見町) ☎ 22-2551

木・金曜日 17:00 ~ 22:00 (要電話確認)

《とちぎ子ども救急電話相談》

毎日 18:00 ~ 23:00

☎ 028-600-0099 プッシュ回線の場合 #8000

《とちぎ医療情報ネット》

○ホームページ

「とちぎ医療情報ネット」と検索するか、アドレスバーに下記の URL を入力。

<http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/>

○モバイル版

<http://www.qq.pref.tochigi.lg.jp/kt/>



熱中症を予防して元気な夏を!

熱中症は、気温が高く湿度も多い環境で、体温調節が上手く出来なくなった結果、めまい、大量の発汗、吐き気、倦怠感、頭痛などが起こります。特に、お子さんや高齢者に発症のリスクが高いとされています。

熱中症は室内でも多く発症し、夜も注意が必要です。

熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェック!
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給!
- エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを!
- 外出の際は体を締めつけない涼しい服装で、日よけ対策も!
- 無理をせず、適度に休憩を!



成人健診等のご案内

健康のため年に 1 回

健康診断を受けましょう

8 月の健康相談・栄養相談

予約制です。問合先までご連絡ください。

日	曜日	場所	受付時間
6	火	藤岡保健福祉センター	13:30 ~ 16:30
8	木	西方保健センター	9:00 ~ 11:30
9	金	大平ゆうゆうプラザ	13:30 ~ 16:30
22	木	都賀保健センター	13:30 ~ 16:30
26	月	栃木保健福祉センター	9:00 ~ 11:30

8 月のこころの健康相談

カウンセラーが相談に応じます。

予約制です。問合先までご連絡ください。

日	曜日	場所	受付時間
20	火	大平ゆうゆうプラザ	13:30 ~ 16:30

7 月の乳幼児健診

個別通知にて案内した時間にお越しください。

日	曜日	地域 (場所)
4 か月児健診		
16	火	栃木 (栃木保健福祉センター)
24	水	栃木 (栃木保健福祉センター) 都賀 (都賀保健センター)
25	木	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
30	火	大平 (大平ゆうゆうプラザ) 西方 (西方保健センター)
9 か月児健診		
2	火	栃木 (栃木保健福祉センター)
24	水	都賀 (都賀保健センター)
25	木	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
30	火	西方 (西方保健センター)
31	水	栃木 (栃木保健福祉センター) 大平 (大平ゆうゆうプラザ)
1 歳 6 か月児健診		
2	火	大平 (大平ゆうゆうプラザ)
11	木	栃木 (栃木保健福祉センター)
18	木	藤岡 (藤岡保健福祉センター)
26	金	西方 (西方保健センター)
3 歳児健診		
3	水	大平 (大平ゆうゆうプラザ)
8	月	都賀 (都賀保健センター)
10	水	栃木 (栃木保健福祉センター)
25	木	栃木 (栃木保健福祉センター)
2 歳児歯科健診		
9	火	栃木 (栃木保健福祉センター)

8 月の集団健診日程

予約受付中です。お早めに問合先までご連絡ください。

日	曜日	場所	対象	受診項目			
				特 定 健 診 ・ 胃 がん	前 立 腺 がん	乳 がん	子 宮 がん
1	木	栃木保健福祉センター	女性	○	×	○	○
3	土	栃木保健福祉センター	男女	○	○	○	○
4	日	大平ゆうゆうプラザ	男女	○	○	○	○
8	木	大平ゆうゆうプラザ	男女	○	○	○	○
11	日	栃木保健福祉センター	女性	○	×	○	○
17	土	栃木保健福祉センター	男女	○	○	○	○
19	月	都賀保健センター	男女	○	○	○	○
20	火	都賀保健センター	男女	○	○	○	○
23	金	栃木保健福祉センター	女性	○	×	○	○
26	月	西方保健センター	男女	○	○	○	○
28	水	藤岡保健福祉センター	男女	○	○	○	○
29	木	栃木保健福祉センター	男女	○	○	○	○

健診当日の受付時間は、8:30 ~ 10:30 です。

乳幼児健診等のご案内

日	曜日	場所
1	月	栃木 (栃木保健福祉センター)
10	水	大平 (大平ゆうゆうプラザ)
16	火	藤岡 (藤岡保健福祉センター) 西方 (西方保健センター)
29	月	都賀 (都賀保健センター)

すくすく教室

事前に問合先までご連絡ください。

場所	月	日	曜日	内容
栃木保健福祉センター				
	7	17	水	ふれあい遊び・子育てアドバイス
	8	24	土	絵本読み聞かせ・ストレッチ
大平ゆうゆうプラザ				
	7	17	水	離乳食教室・子育て相談
藤岡保健福祉センター				
	7	4	木	離乳食実習
	8	23	金	ベビータッチケア
西方保健センター				
	7	10	水	子育てのお話

両親教室

事前に問合先までご連絡ください。

内容	場所 / 日程	
	栃木保健福祉センター	大平ゆうゆうプラザ
①妊娠中の生活・仲間づくり	7月12日 (金)	8月26日 (月)
②育児について・栄養指導	7月26日 (金)	9月19日 (木)
③妊婦体験・沐浴指導	8月24日 (土)	10月26日 (土)



問合先

本 庁 健 康 増 進 課	大 平 総 合 支 所 健 康 福 祉 課	藤 岡 総 合 支 所 健 康 福 祉 課	都 賀 総 合 支 所 健 康 福 祉 課	西 方 総 合 支 所 健 康 福 祉 課
☎ 25-2511	☎ 45-2511	☎ 62-4511	☎ 29-2911	☎ 92-0111
3 3	1 3	0 1	3 1	1 0
5 5	7 5	9 7	1 0	0 8
1 1	8 1	0 8	1 3	4 8
2 2	2 1	4 8	3 4	1 2

