

乳幼児健診・Hello赤ちゃん教室・子育て相談・健康相談

健康増進課 ★は☎(25)3505  
♥は☎(25)3511

★ 2月の乳幼児健診

※個別通知で案内した時間にお越しください。

日	曜日	地域(会場)
4か月児健診		
2	金	岩舟(CITY GYM&SPA遊楽々館)
9	金	栃木(栃木保健福祉センター)
29	木	栃木(栃木保健福祉センター)
9か月児健診		
8	木	栃木(栃木保健福祉センター)
15	木	岩舟(CITY GYM & SPA 遊楽々館)
1歳6か月児健診		
7	水	栃木(栃木保健福祉センター)
16	金	岩舟(CITY GYM & SPA 遊楽々館)
28	水	栃木(栃木保健福祉センター)
3歳児健診		
5	月	岩舟(CITY GYM & SPA 遊楽々館)
6	火	栃木(栃木保健福祉センター)
27	火	栃木(栃木保健福祉センター)

★プレパパ教室(パートナーさん向け)

※事前に問合先へ電話にて申し込みください。会場：栃木保健福祉センター

抱っこの仕方、おむつ交換等の育児体験、先輩パパからの話、グループワーク	2月25日(日)
-------------------------------------	----------

★子育て相談(乳幼児)

※10時～11時の間に会場に直接お越しください。

育児相談、離乳食・幼児食相談、歯科相談、身体計測、親子あそび	2月6日(火)	栃木保健福祉センター
	3月5日(火)	

★離乳食教室

※事前に問合先へ電話にて申し込みください。

離乳食の進め方、与え方、各月齢のお口の様子、歯みがきの仕方	3月1日(金)	子育て支援センターおおひら
-------------------------------	---------	---------------

♥こころの健康相談

保健師、カウンセラーが相談に応じます。※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。

月	日	曜日	会場	相談時間
2	9	金	栃木保健福祉センター	① 13時30分～ ② 14時30分～
	21	水	大平ゆうゆうプラザ	③ 15時30分～

♥健康相談・栄養相談・禁煙相談

健康づくりや生活習慣の見直し、禁煙などについて、保健師や栄養士が相談を受けます。※予約制です。事前に問合先までご連絡ください。

※感染症の影響により、健診や教室等が中止や変更となる場合は、市ホームページや、個別の連絡にてお知らせします。

休日・夜間救急診療

救急診療は、急病の患者さんに対し応急的な診療を行うものです。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、救急診療の正しい利用をお願いします。

栃木地区急患センター(境町) ☎(22)8699

診療時間等	平日(月～土)	内科 19時～22時
	休日(日曜日、祝休日、年末年始)	内科 9時～21時 外科 9時～17時 小児科 18時～21時

※必ず、受診前に電話確認をお願いします。症状によりお越しいただく時間や注意点を伝えます。

当番医(右表)は変更になる場合もあります。症状によっては、急患センターでの対応が困難な場合があります。

※受付は、診療時間終了30分前までにお済ませください。

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時以降	☎(22)0119
	日曜・祝日・年末年始の21時以降	☎(24)9999

(音声ガイダンス)

とちぎ救急電話相談


急な病気やけがについて、経験豊富な看護師が相談に応じます。

子ども	☎028-600-0099	プッシュ回線の場合 # 8000
	月曜日～土曜日	18時～翌朝8時
	日曜日・祝休日	24時間(8時～翌朝8時)
大人	☎028-623-3344	プッシュ回線の場合 # 7111
	月曜日～金曜日	18時～22時
	土曜日・日曜日・祝休日	16時～22時

とちぎ医療情報ネット

県内の病院・診療所・歯科診療所・薬局等の情報を提供。

ホームページ「とちぎ医療情報ネット」で検索



2月の当番医師(栃木地区急患センター)

1	木	金子(金子内科医院)
2	金	獨協医科大学病院医師
3	土	青木(虎)(青木医院)
4	日	黒木(知)(くろき内科クリニック) 岡田(岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック)/小児:獨協医大医師
5	月	石川(TMC とちのき)
6	火	獨協医科大学病院医師
7	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
8	木	金子(金子内科医院)
9	金	青木(虎)(青木医院)
10	土	獨協医科大学病院医師
11	日	獨協医科大学病院医師 大家(おおやクリニック)/小児:獨協医大医師
12	月	箕輪(箕輪内科) 芳賀(芳賀耳鼻咽喉科医院)/小児:獨協医大医師
13	火	獨協医科大学病院医師
14	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
15	木	金子(金子内科医院)
16	金	獨協医科大学病院医師
17	土	嶋崎(とちぎ診療所)
18	日	金子(金子内科医院) 石川(TMC とちのき)/小児:桜井(桜井こどもクリニック)
19	月	石川(TMC とちのき)
20	火	獨協医科大学病院医師
21	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
22	木	金子(金子内科医院)
23	金	黒木(知)(くろき内科クリニック) 森川(森川内科・外科クリニック)/小児:獨協医大医師
24	土	獨協医科大学病院医師
25	日	青木(虎)(青木医院) 竹田(竹田内科小児科クリニック)/小児:獨協医大医師
26	月	石川(TMC とちのき)
27	火	獨協医科大学病院医師
28	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
29	木	金子(金子内科医院)

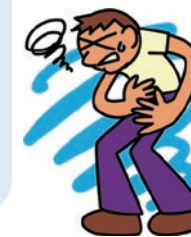
感染性胃腸炎 ノロウイルスに注意!

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は1年を通して発生していますが、特に冬季に流行しています。ノロウイルスはワクチンがありません。治療は輸液などの対処療法に限られるため、手洗いや消毒など、予防することが肝心です。

主な症状

ノロウイルスは手指や食品を介して経口で感染することが多く、1～2日でおう吐や下痢、発熱などの症状が出ます。

感染しても症状が出なかったり、風邪のような症状しか出ないこともあります。症状が出なくても、感染するとノロウイルスを便中に排出しているため、気づかず他の人にうつす可能性があります。健康な方は軽症で回復しますが、子どもやお年寄りなどでは重症化したり、吐いたものを誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。



予防方法



- ★ 石けんを使ってこまめに手を洗う。  
(石けんは、手の脂や汚れを落とすことで、ウイルスを洗い流しやすくします)
- ★ 調理器具は、洗浄後、次亜塩素酸ナトリウム液(塩素濃度200ppm)で5分以上浸す。
- ★ 二枚貝を含む食品は、十分に加熱してから食べる。  
(中心部が85℃以上、90秒以上の加熱が必要)
- ★ 下痢やおう吐などの症状があるときは、食品を直接取り扱う作業は避ける。
- ★ 感染源になりやすいトイレは、清掃消毒を実施して衛生的に管理する。

☎健康増進課 ☎(25)3512

■お子さんの予防接種はお済みですか?【令和6年3月31日まで】

定期の予防接種には期限が設けられています。下記の予防接種がまだお済みでない方は、今年度末までに接種しましょう。母子手帳をご確認いただき、未接種の方は早めに医療機関へご連絡ください。予診票を紛失した場合は、問合先までご連絡をお願いいたします。

麻しん風しん2期 対象：小学校就学前の年長児

二種混合(ジフテリア・破傷風) 対象：小学6年生

また、1歳から小学校就学前(年長児)までのお子さんが対象の「おたふくかぜ」(任意接種)の助成に関して、小学校就学前(年長児)のお子さんについては、期限が令和6年3月31日までです。接種を希望する場合はご注意ください。

☎健康増進課 ☎(25)3512



集団検診(受診には予約が必須です)

健康増進課 ☎(25)3511

成人検診等のご案内

集団検診日程～今年度の集団検診は2月で終わりです～

月	日	曜日	会場	対象
2	1	木	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女
	2	金	栃木保健福祉センター	男女
	3	土	大平ゆうゆうプラザ	男女
	5	月	栃木保健福祉センター	男女
	10	土	栃木保健福祉センター(追加日程)	男女

- ※1 受付時間：8時～11時
- ※2 今年度の集団検診は、2月10日(土)が最終日です。
- ※3 来年度は、6月中旬から開始の予定です。