

乳幼児健診・健康相談等のご案内

★は子ども家庭センター ☎(25)3505
♥は健康増進課 ☎(25)3511

★ 6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		
7	金	栃木(栃木保健福祉センター)
14	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
26	水	栃木(栃木保健福祉センター)
28	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
9か月児健診		
5	水	栃木(栃木保健福祉センター)
14	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
25	火	栃木(栃木保健福祉センター)
28	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
1歳6か月児健診		
3	月	栃木(栃木保健福祉センター)
11	火	栃木(栃木保健福祉センター)
21	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
3歳児健診		
4	火	栃木(栃木保健福祉センター)
19	水	栃木(栃木保健福祉センター)
20	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
2歳児歯科健診		
個別通知で案内後に市内歯科医院で受診してください		

★ Hello 赤ちゃん教室(妊婦さんと家族向け)				
※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				
妊婦体験、産前産後のからだと心の変化について、グループトーク	6月21日(金)			
	7月28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	6月6日(木)	栃木保健福祉センター		
	7月4日(木)			
★ 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	7月25日(木)	栃木保健福祉センター		
♥ 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
6	18	火	大平ゆうゆうプラザ	① 13時30分～ ② 14時30分～ 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。				

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お伝えします。
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・祝休日・年末年始の21時以降	☎050-1808-9939(音声ガイダンス)

とちまる救急安心電話相談
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 ☎028-623-3511 プッシュ回線の場合 # 8000
大人(おおむね15歳以上) ☎028-623-3344 プッシュ回線の場合 # 7119
月～金曜 16時～翌朝10時 / 土・日・祝休日 24時間(10時～翌朝10時)

医療情報ネット
医療機関の情報を提供。
ホームページ「医療情報ネット」で検索



6月の当番医師(栃木地区急患センター)

1	土	青木(虎)(青木医院)
2	日	黒木(知)(くろき内科クリニック)
3	月	町田(整形外科メディカルバス)/小児:獨協医大医師
4	月	石川(TMC とちのき)
5	火	渡辺(わたなべ内科循環器科クリニック)
6	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
7	木	金子(金子内科医院)
8	金	獨協医科大学病院医師
9	土	大門(大門内科医院)
10	日	巒田(こひらメディカルクリニック)
11	月	川島(かわしまクリニック)/小児:獨協医大医師
12	月	石川(TMC とちのき)
13	火	獨協医科大学病院医師
14	水	中村(昭)(なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
15	木	金子(金子内科医院)
16	金	青木(虎)(青木医院)
17	土	島田(均)(しまだクリニック)
18	日	金子(金子内科医院)
19	月	斉藤(浩)(はこのもクリニック)/小児:獨協医大医師
20	月	石川(TMC とちのき)
21	火	永谷(大島医院)
22	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
23	木	金子(金子内科医院)
24	金	鈴木(紀)(すずきクリニック)
25	土	栗田口(栃木中央クリニック)
26	日	青木(虎)(青木医院)
27	月	大森(うづまクリニック)/小児:獨協医大医師
28	月	石川(TMC とちのき)
29	火	獨協医科大学病院医師
30	水	黒木(知)(くろき内科クリニック)
31	木	金子(金子内科医院)
1	金	獨協医科大学病院医師
2	土	黒木(茂)(くろき内科クリニック)
3	日	獨協医科大学病院医師
4	月	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

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です



全身の健康のためには、歯と口を健康に保ち、栄養をしっかり摂ることが大切です。お子さんの健やかな成長のために、むし歯を予防する生活を心がけましょう。



歯の王様・6歳臼歯(第一大臼歯)をご存じですか?

6歳頃になると、乳歯の奥歯の後ろに大きな永久歯・6歳臼歯が出てきます。この歯は、今後生えそろう永久歯の中でも一番大きく、かむ力が最大で、歯並びやかみ合わせの基準になる、まさに歯の王様です。しかし、歯の溝が深く、汚れが残りやすい、口の奥にあるため歯ブラシが届きにくい、生えたとの歯の表面は弱いため、むし歯菌が出す酸に溶かされやすいなど、むし歯のリスクがとても高い歯です。そのため、生えてきたこの時期にフッ化物塗布をすること、お子さん本人が磨き方を練習し保護者の方が毎日仕上げ磨きをすることがむし歯予防のためには大切なことです。

6歳臼歯(第一大臼歯)は生え始めから生え切るまで、約1年かかります。早期にかかりつけ歯科医を持ち、フッ化物塗布によるむし歯予防と歯の質の強化を目的として、令和6年4月から、6歳児歯並び健診(来院型フッ化物塗布)を開始しました。※対象のお子さん(年長児)には6歳のお誕生日頃に個別通知をいたします。

※「親と子のよい歯のコンクール」および「3歳児よい歯のコンクール」は令和5年度をもって、終了となりました。



☎ 子ども家庭センター ☎(25)3505

特定健康診査・後期高齢者医療健康診査

自分自身の健康を守るため年1回は必ず健診を受けましょう。お手元に届いた「令和6年度けんしんパスポート」の中に、特定健康診査(国民健康保険加入者)・健康診査(後期高齢者医療制度加入者)の受診券が綴られています。ぜひ受診してください。

特定健康診査 特定健康診査は、生活習慣病の前段階であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を発見するための検査です。該当者及び予備群となる方を早期に発見し、対象者の方へ生活習慣改善のための指導(特定保健指導)を行います。

対象 40歳以上75歳未満の方(国民健康保険加入者)

後期高齢者医療健康診査 健康診査は、後期高齢者の健康の保持・増進のために生活習慣病や予備群を早期に発見

し、早期治療や予防につなげることを目的としています。
対象 後期高齢者医療制度加入者

※令和6年度けんしんガイドブックをご確認のうえお申込みください。
※受診には、必ず受診券と被保険者証を提示してください。
※集団検診または個別検診のいずれかを年に1回受診できます。また、市の補助を使った人間ドック(一般ドック・脳ドック・宿泊ドック)との併用はできません。複数受診されますと、費用を返還していただきますのでご注意ください。
※受診期間は、令和7年2月28日(金)までです。

☎ 集団検診に関すること

健康増進課健康づくり係 ☎(25)3511

受診券に関すること

- ① 特定健康診査 保険年金課 国保係 ☎(21)2131
- ② 後期高齢者医療健康診査 保険年金課 医療給付係 ☎(21)2136



集団検診(受診には予約が必須です)

健康増進課 ☎(25)3511

集団検診日程(受付時間7時30分～10時30分)～集団検診のご予約は5月28日(火)からです～

月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
6	12	水	栃木保健福祉センター	男女	7	2	火	栃木保健福祉センター	男女
	13	木	大平ゆうゆうプラザ	男女		5	金	藤岡保健福祉センター ※3	男女
	14	金	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女		7	日	栃木保健福祉センター	男女
	18	火	栃木保健福祉センター	男女		8	月	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女
	19	水	都賀公民館 ※1 ※3	男女		10	水	大平ゆうゆうプラザ	女
	20	木	栃木保健福祉センター	女		12	金	栃木保健福祉センター ※2	男女
	22	土	栃木保健福祉センター	男女		13	土	栃木保健福祉センター	女
	24	月	藤岡保健福祉センター ※3	男女		16	火	北部ゆったり～な	男女
	26	水	北部ゆったり～な	男女		20	土	大平ゆうゆうプラザ	男女
	28	金	栃木保健福祉センター	女		21	日	栃木保健福祉センター	男女
29	土	大平ゆうゆうプラザ	男女	22	月	栃木保健福祉センター	女		
					24	水	藤岡保健福祉センター ※3	女	
					26	金	大平ゆうゆうプラザ	男女	
					29	月	栃木保健福祉センター	男女	
					31	水	栃木保健福祉センター	男女	

※1 6/19は受付時間が8時30分～11時となります。
※2 7/12は、午後も検診を実施します。(胃がん検診は除く) 受付時間: 13時30分～15時
※3 上履きと下足入れ用の袋をご持参ください。