

来年4月に小学校に入学するお子さんの健康診断を次のとおり行います。

◇対象

平成16年4月2日～17年4月1日生まれのお子さん
(該当するお子さんの保護者あてに通知書を送付します。健診日1週間前までに通知書が届かない場合は、ご連絡ください)

◇日程等

○栃木地区
○受付時間
午後1時30分～1時50分
○期日
実施場所(対象校)
9月30日(木) 千塚小(※)
10月1日(金) 皆川城東小(※)
10月5日(火) 国府北小
(国府北小、国府南小)
10月7日(木) 吹上小(※)
10月12日(火) 大宮北小
(大宮北小、大宮南小)
10月13日(水) 栃木第四小(※)
10月14日(木) 寺尾公民館
(寺尾中央小、寺尾南小)
10月20日(水) 栃木第三小(※)
10月21日(木) 栃木第五小(※)
10月27日(水) 南小(※)
10月28日(木) 栃木中央小(※)

場所の小学校のみが対象になります。

◎大平地区

○受付時間
午後1時～1時20分
○期日
実施場所
10月12日(火) 大平南小
10月13日(水) 大平西小
10月15日(金) 大平中央小
11月10日(水) 大平東小

◎藤岡地区

○受付時間
午後1時～1時15分
○期日
実施場所
10月6日(水) 赤麻小
10月8日(金) 藤岡小
10月13日(水) 部屋小
10月15日(金) 三鴨小

◎都賀地区

○受付時間
午後1時30分～1時50分
○期日
実施場所
10月6日(水) 家中小
10月8日(金) 赤津小
10月14日(木) 合戦場小

◇問合先

本 学校教育課 ☎(21)2725
大 学校教育課 ☎(43)9218
藤 学校教育課 ☎(62)0914
都 学校教育課 ☎(28)0801

9月は「健康増進普及月間」です!

「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」

～良い生活習慣は、気持ちがいい!～

生活習慣病の予防や改善のために、健康的な生活習慣の確立が求められています。そこで、国では、国民一人ひとりの健康に対する自覚を高め、健康づくりに向けた活動の普及啓発のため、毎年9月を「健康増進普及月間」として定めています。この機会にもう一度日々の生活を見直して、生活習慣病の予防や改善のため、健康的な生活習慣に努めましょう。

★こんな生活習慣が危険信号です。あなたの生活習慣をチェックしてみましょう★

- お腹いっぱいになるまで食べる
- 野菜をあまり食べない
- 魚よりも肉をよく食べる
- 揚げ物など油っこいものをよく食べる
- 階段よりもエスカレーターやエレベーターを使う
- 定期的に運動を行っていない
- 移動には車を使うことが多い
- お酒をたくさん飲む
- 喫煙者である
- ストレスがたまりやすい
- これといった趣味がない
- 睡眠不足である

犬猫の飼い方 「ルールとマナー」を見直そう

犬猫の飼い方について、市に寄せられる相談、苦情には次のようなものがあります。

- ◇犬の鳴き声がうるさい!
- ◇犬の泣き声が原因で隣近所とトラブルになるケースもあります。散歩に連れて行くなどストレスを軽減してあげましょう。
- ◇犬のフンを飼主が拾わない!
- ◇犬のフンは飼主の責任です。フンは必ず持ち帰りましょう。
- ※防除のため、毒物をまく等は絶対にしないでください
- ◇犬を放し飼いでいる!
- ◇犬同士のケンカや人をかむ等の事故を起こすこともあります。さく等の囲いの中に収容するか、鎖等でつないで飼うようにしましょう。(散歩の時も放さない)
- ◇犬がいなくなってしまう!
- 県動物愛護指導センター(☎028-684-5458)で保護している場合があります。問い合わせください。
- ※連絡が取れるよう首輪に鑑札、予防接種済票を付けましょう
- ◇野良猫にえさをやっている!
- えさを与えると野良猫が集まり、フンの害などで他人の迷惑になる場合があります。えさだけ無責任に与えず飼うなら責任を持って飼い、猫は室内飼いに努めましょう。

ポリオ(小児まひ)予防ワクチン投与を行います

平成22年9月予定

対象者には、通知を送付しましたので、忘れずに受けましょう。

◎栃木保健福祉センター

◇日程 9月1日(水)、2日(木)、3日(金)

◇受付 13時30分～14時

◎藤岡福祉センター

◇日程 9月9日(木)、15日(水)

◇受付 13時～13時30分

◎都賀保健センター

◇日程 9月14日(火)

◇受付 13時15分～14時

お願い
・6か月未満のお子さんは、必ずBCG接種が済んでから受けるようにしましょう。
・指定された会場以外で、受ける場合は、受けたい支所等に直接連絡をお願いします。

本	大	藤	都
健康増進課	健康福祉課	健康福祉課	健康福祉課
☎(25)3511	☎(45)1788	☎(62)0904	☎(29)1103

♥愛の献血にご協力を♥

◎9月7日(火) 10時～16時

福田屋百貨店栃木店

(栃木さくらライオンズクラブ主催)

問合先 健康増進課 ☎(25)3511

母子保健推進員協議会 第1回全体会を開催しました

新市発足に伴い、栃木市母子保健推進員協議会が新たに組織され、8月2日に第1回全体会が開催されました。

今回の全体会議では、総勢142名の母子保健推進員が一同に会し、自治医科大学名誉教授高村寿子氏による「地域で子育てを支援するためには、母親に寄り添うコミュニケーションの方法とは」の記念講演を行いました。実際に推進員同士でコミュニケーションをとりながらの講演で、楽しく有意義な時間を過ごすことができました。また、各支部の活動報告をとおし、推進員の役割を改めて確認し、みんなで地域の子育てを応援していくというような士気を高めることもできました。



※母子保健推進員は、地域での子育てを応援するため、妊婦さんやお子さんのいるご家庭を訪問し、様々な相談に応じたり、お子さんの健診・教室など市の保健事業に協力したりしています。これからも、家庭訪問等でお話を伺うことがありますが、今後ともよろしくお願いたします。

本	大	藤	都
健康増進課	健康福祉課	健康福祉課	健康福祉課
☎(25)3512	☎(45)1788	☎(62)0904	☎(29)1103

AED(自動体外式除細動器)を貸し出します

AEDとは、心臓による突然死の原因である心室細動が発生した場合に、心臓に電気ショックを与えて正常な状態に戻す医療機器で、一定の要件を満たせば一般の方でも使用できます。市では、このAEDを貸し出ししています。詳しくは、左記へ問い合わせください。



申込・問合先 健康増進課 ☎(25)3511

☆休日・夜間救急診療のお知らせ☆

栃木地区急患センター9月の当番医師 境町(医師会病院隣) ☎22-8699
診療時間等 平日:19時～22時(内科/小児を含む) 休日:9時～21時(内科/小児を含む)(外科)
※変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてお出かけください。

1 水 天海(憲)(天海整形外科)	16 木 関口(弘)(関口医院)
2 木 河口(河口医院)	17 金 中坪(なかつぼクリニック)
3 金 川島(かわしまクリニック)	18 土 青木(虎)(青木医院)
4 土 横山(よこやま内科小児科クリニック)	19 日 内:小林(こばやしクリニック) 外:三浦(三浦整形外科)
5 日 内:長谷川(長谷川医院) 外:中野(中野病院)	20 月 内:箕輪(箕輪内科) 外:大家(おおやクリニック)
6 月 青木(虎)(青木医院)	21 火 新村(新村ファミリークリニック)
7 火 成田(成田内科)	22 水 高田(高田クリニック)
8 水 竹田(竹田内科医院)	23 木 内:筒井(筒井医院) 外:森川(森川内外科クリニック)
9 木 野崎(野崎医院)	24 金 山田(合戦場クリニック)
10 金 筒井(筒井医院)	25 土 江口(えぐち内科クリニック)
11 土 玉野(たまのクリニック)	26 日 内:轡田(こひらメディカルクリニック) 外:亀田(亀田整形外科医院)
12 日 内:江田(江田クリニック) 外:橋本(義)(橋本腎内科クリニック)	27 月 川田(かわたクリニック)
13 月 青木(章)(静和医院)	28 火 盛川(サンライズクリニック)
14 火 腰塚(学)(ちづかクリニック)	29 水 長谷川(長谷川医院)
15 水 秋元(秋元クリニック)	30 木 小林(こばやしクリニック)

急患センター終了後
受診できる病院 問合先
・月～土曜日の22時以降
栃木消防本部 ☎22-0119

・休日の21時以降
(日曜・祝日・年末年始)
栃木消防本部 ☎24-9999

小児救急診療
毎週日曜日19時～21時
市内の小児科開業医が中心となって実施しています。
対象 0歳～中学生
場所 とちの木病院(大町) ☎22-7722

とちぎ子ども救急電話番号
毎日19時～23時
☎028-600-0099
プッシュ回線の場合 #8000