

休日・夜間救急診療

《栃木地区急患センター9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。

1	土	玉野 (たまのクリニック)
2	日	内:山門 (山門クリニック) 外:斉藤 (浩) (はこのもりクリニック)
3	月	青木 (虎) (青木医院)
4	火	成田 (成田内科)
5	水	高田 (高田クリニック)
6	木	川田 (かわたクリニック)
7	金	橋本 (安) (橋本医院)
8	土	新村 (新村ファミリークリニック)
9	日	内:福地 (蔵の街診療所) 外:岡田 (岡田皮膚耳鼻咽喉科クリニック)
10	月	青木 (章) (静和医院)
11	火	盛川 (サンライズクリニック)
12	水	長谷川 (長谷川医院)
13	木	小林 (こばやしクリニック)
14	金	大森 (うづまクリニック)
15	土	青木 (虎) (青木医院)
16	日	内:山田 (合戦場クリニック) 外:中野 (誠) (中野病院)
17	月	内:竹田 (竹田内科医院) 外:町田 (メディカルパパス)
18	火	長 (大平ファミリークリニック)
19	水	中村 (昭) (なかむら耳鼻咽喉科クリニック)
20	木	渡辺 (わたなべ内科・循環器科クリニック)
21	金	石井 (石井内科医院)
22	土	内:石塚 (好生医院) 外:三浦 (三浦整形外科)
23	日	内:中村 (洋) (都賀中央病院) 外:青木 (虎) (青木医院)
24	月	山門 (山門クリニック)
25	火	大山 (大山整形外科)
26	水	中元 (中元内科医院)
27	木	山田 (合戦場クリニック)
28	金	土谷 (土谷医院)
29	土	江口 (えぐち内科クリニック)
30	日	内:天下井 (あまがい内科医院) 外(昼):持田 (持田医院) 外(夜):鈴木 (藤岡整形外科クリニック)

市のホームページにも掲載しています。

《西方地域》

☆鹿沼地区休日・夜間急患診療所

(鹿沼市坂田山 鹿沼市民文化センター内)

☎ 0289 - 65 - 2101

・休日昼間/日曜日・祝日・年末年始

10:00 - 16:30 (内科・小児科・歯科)

・夜間/日曜日・祝日・年末年始

平日(月、水、金曜日) 19:00 - 21:30 (内科・小児科)

外科系在宅当番医(9:00 - 17:00)

9月	医療機関名	電話番号
2(日)	上都賀総合病院	0289 - 64 - 2161
9(日)	御殿山病院	0289 - 64 - 2131
16(日)	荒木医院	0289 - 64 - 2775
17(月)	宮司外科胃腸科	0289 - 62 - 6222
22(土)	御殿山病院	0289 - 64 - 2131
23(日)	西方病院	0282 - 92 - 2323
30(日)	小池医院	0289 - 60 - 1300

市のホームページにも掲載しています。

《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番号》

毎日 19:00 ~ 23:00 ☎ 028 - 600 - 0099

プッシュ回線の場合 #8000

こころの SOS サインに気づいていずか

ストレス社会と呼ばれる今、
気分が落ち込んだり、イライラするのはごく自然なこと。しかし、こうしたつらさがいつまでもこころの中にとどまり、体の調子も悪くなっていくことがあります。
繰り返される体の不調はもしかすると、こころが SOS サインを出しているのかもしれない。特に、「うつ病」は「こころの風邪」といわれるほど身近な病気になっています。

おかしいと感じたら早めの対策を!

早く気づいて対応することで、早く回復します。医療機関を受診し、治療することも大切です。決して一人で悩まずに相談しましょう。

集団健診等のご案内

健康のため年に 1 回健康診断を受けましょう

10月の集団健診日程							
日	曜日	場所	対象	受診項目	受診項目		
					前立腺がん	子宮がん・乳がん	骨密度
4	木	栃木老人福祉センター長寿園	男女	胃がん・肺がん・大腸がん	○	×	×
5	金	栃木保健福祉センター	女性	特定健診・肝炎ウイルス	×	○	○
6	土	栃木保健福祉センター	男女		○	○	○
9	火	藤岡保健福祉センター	男女		○	○	○
10	水	栃木保健福祉センター	女性		×	○	○
15	月	国府公民館	男女		○	○	○
16	火	栃木保健福祉センター	男女		○	○	○
17	水	栃木保健福祉センター	女性		×	○	○
20	土	西方保健センター	男女		○	○	○
29	月	ゆうゆうプラザ	男女		○	○	○
30	火	ゆうゆうプラザ	男女		○	○	○

健診当日の受付時間は、8:30~10:30 です。



うつ病のサイン

- * 憂うつで気分が沈む
- * 悲観的になり、自分を責める
- * 眠れない・朝早く目覚める
- * 注意・集中力の低下
- * 身体がだるい・疲れやすい
- * 好きなこともやりたくない
- * めまいがする
- * 食欲がない
- * 便秘・下痢
- * 頭痛・頭が重い

不活化ポリオワクチン予防接種の導入について市では、不活化ポリオワクチンの導入を予定しており、経口生ポリオワクチンの集団接種は、終了しました。

不活化ポリオワクチンの接種は、市内協力医療機関で個別接種をする予定です。

平成 24 年 8 月末時点で、生ポリオワクチンの投与が 2 回済んでいない対象のお子さんには、9 月以降に個別通知します。

【ポリオワクチン接種についての詳しい情報は、厚生労働省のページを参照ください。】

<http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/polio/>

10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
2	火	藤岡保健福祉センター	13:30~16:30
11	木	ゆうゆうプラザ	13:30~16:30
18	木	西方保健センター	9:00~11:30
23	火	都賀保健センター	13:30~16:30
26	金	栃木保健福祉センター	9:00~11:30

10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
31	水	栃木保健福祉センター	13:30~16:30

乳幼児健診等のご案内

9月の乳幼児健診

個別通知にてご案内した時間にお越しください。

日	曜日	地域(場所)
6	木	栃木(栃木保健福祉センター)
19	水	西方(西方保健センター)
25	火	大平(ゆうゆうプラザ)
26	水	都賀(都賀保健センター)
27	木	藤岡(藤岡保健福祉センター)

9か月児健診

25	火	西方(西方保健センター)
26	水	都賀(都賀保健センター)
27	木	大平(ゆうゆうプラザ)
27	木	藤岡(藤岡保健福祉センター)
28	金	栃木(栃木保健福祉センター)

1歳6か月児健診

11	火	栃木(栃木保健福祉センター)
12	水	大平(ゆうゆうプラザ)
14	金	藤岡(藤岡保健福祉センター)
24	月	都賀(都賀保健センター)
26	水	栃木(栃木保健福祉センター)

3歳児健診

13	木	栃木(栃木保健福祉センター)
13	木	大平(ゆうゆうプラザ)
21	金	西方(西方保健センター)

2歳児歯科健診

4	火	栃木(栃木保健福祉センター)
---	---	----------------

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

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	9月	20	木	ふれあい遊び・子育てアドバイス
ゆうゆうプラザ	10月	27	土	絵本の読み聞かせ・ストレッチ
藤岡保健福祉センター	9月	19	水	離乳食教室・子育て相談
藤岡保健福祉センター	9月	13	木	離乳食実習
西方保健センター	10月	19	金	ベビータッチケア
西方保健センター	9月	12	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	藤岡保健福祉センター
①妊娠中の生活・仲間づくり	9月27日(木)	終了
②育児について・栄養指導	10月17日(水)	9月5日(水)
③妊婦体験・沐浴指導	10月27日(土)	10月6日(土)



問合先

本庁健康増進課	☎ 25 - 2525
大平総合支所健康福祉課	☎ 45 - 3333
藤岡総合支所健康福祉課	☎ 62 - 1013
都賀総合支所健康福祉課	☎ 29 - 3197
西方総合支所健康福祉課	☎ 92 - 1008