

乳幼児健診・健康相談等のご案内

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

★ 5 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		
9	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
22	木	栃木（栃木保健福祉センター）
30	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
9 か月児健診		
9	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
21	水	栃木（栃木保健福祉センター）
30	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
1 歳 6 か月児健診		
15	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）
19	月	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）
3 歳児健診		
16	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
20	火	栃木（栃木保健福祉センター）
28	水	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。

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	5 月 25 日（日）	栃木保健福祉センター
-------------------------------------	-------------	------------

★子育て広場（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	5 月 13 日（火）	栃木保健福祉センター
	6 月 3 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	5 月 14 日（水）	栃木保健福祉センター
	7 月 15 日（火）	

♥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
5	12	月	栃木保健福祉センター	① 13 時 30 分～ ② 14 時 30 分～ ③ 15 時 30 分～
	29	木	大平ゆうゆうプラザ	

♥健康相談・栄養相談・禁煙相談

食生活や生活習慣の見直し、禁煙などについて管理栄養士や保健師がご相談に応じます。相談場所や日時などをご相談ください。お電話でもお受けします。

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）

ゴールデンウィークの休日歯科診療

事前に電話連絡のうえ、受診してください。

診療時間 9 時～ 12 時、13 時～ 15 時

診療日	診療場所	電話番号
5 月 3 日（土）	早川歯科医院（城内町）	☎（22）7308
5 月 4 日（日）	石川歯科医院（嘉右衛門町）	☎（24）6926
5 月 5 日（月）	とちぎデンタルクリニック（神田町）	☎（25）6077
5 月 6 日（火）	町田歯科医院（藤岡町藤岡）	☎（62）2439

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



5 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	青木（虎）（青木医院）
3	土	金子（金子内科医院） 石川（柴病院）／小児：獨協医大医師
4	日	黒木（知）（くろき内科クリニック） 野崎（野崎医院）／小児：獨協医大医師
5	月	獨協医科大学病院医師 古清水（なかつぼクリニック）／小児：獨協医大医師
6	火	獨協医科大学病院医師 青木（虎）（青木医院）／小児：獨協医大医師
7	水	中村（昭）（なかむら耳鼻咽喉科クリニック）
8	木	金子（金子内科医院）
9	金	獨協医科大学病院医師
10	土	大門（大門内科医院）
11	日	獨協医科大学病院医師 斉藤（浩）（はこのもりクリニック）／小児：獨協医大医師
12	月	石川（柴病院）
13	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
14	水	前田（城西病院）
15	木	金子（金子内科医院）
16	金	島田（均）（しまだクリニック）
17	土	青木（虎）（青木医院）
18	日	金子（金子内科医院） 石川（柴病院）／小児：獨協医大医師
19	月	石川（柴病院）
20	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
21	水	獨協医科大学病院医師
22	木	金子（金子内科医院）
23	金	獨協医科大学病院医師
24	土	前田（城西病院）
25	日	青木（虎）（青木医院） 天海（天海内科）／小児：獨協医大医師
26	月	石川（柴病院）
27	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
28	水	長（大平ファミリークリニック）
29	木	金子（金子内科医院）
30	金	大森（うづまクリニック）
31	土	獨協医科大学病院医師



「世界禁煙デー」

5/31～6/6 は禁煙週間です



禁煙週間では、禁煙および受動喫煙の防止に向けた取り組みを積極的に推進しています。

たばこは、本市の死因 1 位である **がん** の一因となっています。また **COPD（慢性閉塞性肺疾患）** も、たばこが主原因で、年々増加傾向です。たばこは自分自身だけでなく、周囲の健康にも悪影響を及ぼします。

「加熱式たばこ」：たばこ葉に直接火を点けず、電気ヒーターで加熱して吸う新しいタイプのたばこ



- ・20～40 代の利用者が多い。
- ・有害物質は紙巻たばこより少ないが、発がん性物質は変わらず含有している。
- ・紙巻きたばこと同様に有害物質を含む。
- ・目に見えない煙が出ており、受動喫煙の危険性がある。



「紙巻たばこ」も「加熱式たばこ」も、発がん性や、受動喫煙のリスクがあります。禁煙に挑戦するのに、遅すぎるといことはありません。ぜひ、自分自身や周囲の人のためにも、禁煙に取り組んでみませんか。

禁煙相談ができる
医療機関・薬局

問合先：健康増進課（25）3511



帯状疱疹ワクチンの定期予防接種がはじまります

令和 7 年 4 月より、帯状疱疹ワクチンが定期予防接種となりました。希望する方は接種をご検討ください。なお定期予防接種の開始にともない、栃木市独自の助成制度は令和 7 年 3 月 31 日で終了しました。

令和 7 年度の助成対象者と接種期間

【対象者】

- ①令和 7 年度中に 65・70・75・80・85・90・95・100 歳の誕生日をむかえる方
- ②接種時 60～64 歳でヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいのある方（身体障害者手帳 1 級程度の方）
- ③令和 7 年 3 月 31 日（月）時点で 100 歳以上の方
※対象の方には、5 月中旬にご案内のハガキをお送りします。

【期間】

令和 7 年 4 月 1 日（火）～令和 8 年 3 月 31 日（火）

助成回数 生涯に 1 度

助成額

- ・生ワクチン「ビケン」 5,700 円（1 回接種）
- ・組換えワクチン「シングリックス」 1 回あたり 15,000 円（2 回接種）
- 接種費用から助成額を除いた額を医療機関窓口でお支払いください。
- 生活保護世帯に属する方は、接種後に申請いただくことで、自己負担額分の助成（上限あり）を受けられます。
- 接種場所 下表：市内協力医療機関（要予約）
- 問 健康増進課 ☎（25）3512

栃木地域			大平地域	都賀地域
青木医院	亀田整形外科内科医院	とちぎ診療所	あおき耳鼻咽喉科医院※	合戦場クリニック
青木眼科医院	河口医院	栃木中央クリニック	大平下病院	都賀中央医院
秋元クリニック	かわしまクリニック	とちぎメディカルセンターとちのき	大平ファミリークリニック	船越医院
天海内科	蔵の街診療所	なかつぼクリニック	かわたクリニック	百瀬医院※
池森クリニック	好生医院	中野病院	くろき内科クリニック	西方地域
石井内科医院	こばやしクリニック	中元内科医院	整形外科メディカルパパス	高橋医院
いわい町クリニック	こひらメディカルクリニック	成田内科	田村医院	西方病院
うづまクリニック	サンライズクリニック	なんばクリニック	鶴見皮膚科	岩舟地域
恵川いたみと漢方のクリニック	すずきクリニック	新村ファミリークリニック	とちぎメディカルセンターしもつが※	あまがい内科医院
えぐち内科クリニック	関口医院	野崎医院	藤沼医院	江田クリニック
大島医院	大門内科医院	はこのもりクリニック	みずほクリニック※	熊倉医院
おおやクリニック	高田クリニック	箕輪内科	森川内科・外科クリニック	小松原医院
大山整形外科	竹田内科小児科クリニック	山門クリニック	藤岡地域	しまだクリニック
岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック	たまのクリニック	よこやま内科小児科クリニック	腰塚医院	博愛クリニック
金子内科医院	ちづかクリニック	わたなべ内科・循環器科クリニック	藤岡診療所	橋本腎内科クリニック
金田医院※	筒井医院		持田医院	長谷川医院
※印のある医療機関は、生ワクチンのみ取り扱っています。				松永医院



令和 7 年度けんしんのお知らせ

令和 7 年度の健康診断の案内を、5 月下旬に送付します。世帯主宛ての封筒に、20 歳以上の世帯員全員分の「けんしんパスポート」が入っています。世帯に 1 冊の「けんしんガイドブック」につきましては、広報とちぎ 6 月号と一緒に自治会全戸配布します。

集団検診の日程については、けんしんパスポートやけんしんガイドブック、または次号以降の広報とちぎをご覧ください。予約受付は 5 月 27 日（火）から開始します。予約開始日から数日間は電話がつながりにくい場合がありますので、24 時間いつでも簡単に予約ができるインターネット予約がおすすめです。
問 健康増進課 ☎（25）3511