

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

## 乳幼児健診・健康相談等のご案内

★ 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		
5	木	栃木(栃木保健福祉センター)
13	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
25	水	栃木(栃木保健福祉センター)
27	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
9か月児健診		
4	水	栃木(栃木保健福祉センター)
13	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
24	火	栃木(栃木保健福祉センター)
27	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
1歳6か月児健診		
2	月	栃木(栃木保健福祉センター)
10	火	栃木(栃木保健福祉センター)
20	金	大平(大平ゆうゆうプラザ)
3歳児健診		
3	火	栃木(栃木保健福祉センター)
18	水	栃木(栃木保健福祉センター)
19	木	大平(大平ゆうゆうプラザ)
2歳児・6歳児歯科健診		
個別通知で案内後に市内の歯科医院に受診ください		

★ 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。		
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15日(日) 7月22日(火)	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	6月3日(火) 7月1日(火)	栃木保健福祉センター

★ 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15日(火)	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	20	金	栃木保健福祉センター	①13時30分～ ②14時30分～ ③15時30分～

♥ 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はご相談ください。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 日曜・祝休日・年末年始の21時以降	☎(22)0119 ☎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	日	黒木(知)(くろき内科クリニック) 町田(整形外科メディカルバス)/小児:獨協医大医師
2	月	石川(柴病院)
3	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
4	水	獨協医科大学病院医師
5	木	金子(金子内科医院)
6	金	青木(虎)(青木医院)
7	土	獨協医科大学病院医師
8	日	獨協医科大学病院医師 三浦(三浦整形外科)/小児:獨協医大医師
9	月	石川(柴病院)
10	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
11	水	獨協医科大学病院医師
12	木	金子(金子内科医院)
13	金	獨協医科大学病院医師
14	土	青木(虎)(青木医院)
15	日	金子(金子内科医院) 後藤(城西病院)/小児:獨協医大医師
16	月	石川(柴病院)
17	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
18	水	前田(城西病院)
19	木	金子(金子内科医院)
20	金	永谷(大島医院)
21	土	鈴木(紀)(すずきクリニック)
22	日	青木(虎)(青木医院) 獨協医科大学病院医師/小児:獨協医大医師
23	月	石川(柴病院)
24	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
25	水	獨協医科大学病院医師
26	木	金子(金子内科医院)
27	金	獨協医科大学病院医師
28	土	前田(城西病院)
29	日	江口(えぐち内科クリニック) 大家(おおやクリニック)/小児:獨協医大医師
30	月	石川(柴病院)

## 妊産婦歯科健康診査を受けましょう!

妊娠中はホルモンバランスの変化などで、むし歯や歯周病になりやすくなります。歯周病が重度になると、**早産**や**低体重児出産**の可能性が高まります。妊娠中は、安定期に入った頃(つわりが落ち着いて、お腹が大きくなる前)の妊娠5か月頃に受診して、出産に備えましょう!

また、産後は赤ちゃんのお世話で忙しく、お口のお手入れがおろそかになりがちです。妊娠中から産後に受診できるように計画をしておきましょう!  
歯科健康診査を受けて、歯と口の健康に役立ててください。



- ※**受診回数**※ 妊娠中1回と産後1年未満に1回の計2回受けることができます
- ※**費用**※ 無料
- ※**持ち物**※ 妊産婦歯科健康診査受診票(産前・産後1枚ずつ)、母子健康手帳、マイナンバーカード(健康保険証)
- ※**実施場所**※ 栃木市内の歯科医院  
(ホームページで確認できますので、受診前に歯科医院に電話予約してください)
- ※**内容**※ 歯の健康状態のチェック



☎ こども家庭センター ☎(25)3505

## 特定健康診査・後期高齢者医療健康診査のご案内

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7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)の受診券が綴じられていますので、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。該当者およ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

※詳細は「令和7年度けんしんパスポート」をご確認ください。  
※受診の際には、必ず受診券とマイナ保険証または資格確認書(保険証)を掲示してください。  
※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8年2月28日までです。

問合先	
○ <b>集団検診に関すること</b> 健康増進課 ☎(25)3511	○ <b>受診券に関すること</b> 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27日(火)からです～									
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
6	11	水	栃木保健福祉センター	男女	7	7	月	栃木保健福祉センター	男女
	12	木	大平ゆうゆうプラザ	男女		9	水	栃木保健福祉センター	女
	13	金	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女		11	金	栃木保健福祉センター ※1	男女
	16	月	栃木保健福祉センター	男女		12	土	栃木保健福祉センター	女
	18	水	都賀総合支所2階(新庁舎)	男女		14	月	栃木保健福祉センター	女
	19	木	栃木保健福祉センター	女		15	火	栃木保健福祉センター	男女
	21	土	栃木保健福祉センター	男女		19	土	大平ゆうゆうプラザ	女
	23	月	藤岡保健福祉センター ※2	男女		20	日	栃木保健福祉センター	男女
	25	水	北部ゆったり～な	男女		23	水	藤岡保健福祉センター ※2	女
	27	金	栃木保健福祉センター	女		25	金	大平ゆうゆうプラザ	男女
7	28	土	大平ゆうゆうプラザ	男女	28	月	栃木保健福祉センター	男女	
	1	火	栃木保健福祉センター	男女	30	水	栃木保健福祉センター	男女	
	4	金	栃木保健福祉センター	男女	31	木	CITY GYM&SPA 遊楽々館	女	
	6	日	栃木保健福祉センター	男女					

※1 7/11は、午後にも検診を実施します。ただし午後は胃がん検診は実施しませんので、予約の際ご注意ください。(受付時間 13:30～15:00)  
※2 上履きと下足入れ用の袋をご持参ください。