

乳幼児健診・健康相談等のご案内

★ 10 月の乳幼児健診			★ Hello 赤ちゃん教室（妊婦さんと家族向け）		
※個別通知で案内した時間にお越しください。			※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
日	曜日	地域（会場）	妊婦体験、助産師の話、栄養士の話、グループトーク	10月25日（土）	栃木保健福祉センター
4 か月児健診			★ 子育て広場（乳幼児）		
10	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）	※ 10 時～ 11 時の間に会場に直接お越しください。		
14	火	栃木（栃木保健福祉センター）	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	10月7日（火） 11月4日（火）	栃木保健福祉センター
9 か月児健診			★ 離乳食教室		
1	水	栃木（栃木保健福祉センター）	※事前に問合先へ電話にて申し込みください。		
10	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）	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	10月22日（水）	栃木保健福祉センター
1 歳 6 か月児健診			♥ こころの健康相談		
3	金	栃木（栃木保健福祉センター）	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。		
15	水	栃木（栃木保健福祉センター）	月	日	曜日
17	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）	会場		
3 歳児健診			相談時間		
2	木	栃木（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～		
16	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）	10	20	月
21	火	栃木（栃木保健福祉センター）	会場		

♥ 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）

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		



10 月の当番医師（栃木地区急患センター）		
1	水	獨協医科大学病院医師
2	木	金子（金子内科医院）
3	金	青木（虎）（青木医院）
4	土	獨協医科大学病院医師
5	日	黒木（知）（くろき内科クリニック） 川島（かわしまクリニック）／小児：獨協医大医師
6	月	石川（柴病院）
7	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
8	水	獨協医科大学病院医師
9	木	金子（金子内科医院）
10	金	獨協医科大学病院医師
11	土	横山（よこやま内科小児科クリニック）
12	日	獨協医科大学病院医師 石川（柴病院）／小児：獨協医大医師
13	月	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
14	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
15	水	前田（城西病院）
16	木	金子（金子内科医院）
17	金	獨協医科大学病院医師
18	土	青木（虎）（青木医院）
19	日	金子（金子内科医院） 中野（中野病院）／小児：獨協医大医師
20	月	石川（柴病院）
21	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
22	水	石嶋（金田医院）
23	木	金子（金子内科医院）
24	金	獨協医科大学病院医師
25	土	前田（城西病院）
26	日	獨協医科大学病院医師／17 時～：青木（虎）（青木医院） 青木（虎）（青木医院）／小児：獨協医大医師
27	月	石川（柴病院）
28	火	黒木（知）（くろき内科クリニック）
29	水	獨協医科大学病院医師
30	木	金子（金子内科医院）
31	金	獨協医科大学病院医師
※日・祝下段：外科、その他：内科		

集団検診（受診には予約が必須です）

10・11 月の集団検診日程～ 1 年に 1 回検診を受けましょう～									
受付時間 7 時 30 分～10 時 30 分					受付時間 8 時～11 時				
月	日	曜日	会場		対象	月	日	曜日	会場
10	2	木	長寿園 ※ 1		男女	11	1	土	栃木保健福祉センター
	6	月	藤岡保健福祉センター ※ 1		男女		4	火	皆川公民館 ※ 2
	9	木	CITY GYM&SPA 遊楽々館		女		5	水	都賀総合支所 2 階（新庁舎）
	15	水	北部ゆったり～な		男女		6	木	栃木保健福祉センター
	19	日	栃木保健福祉センター		女		10	月	CITY GYM&SPA 遊楽々館
	20	月	栃木保健福祉センター		男女		11	火	北部ゆったり～な
	21	火	大平ゆうゆうプラザ		男女		13	木	栃木保健福祉センター ※ 3
	22	水	大平ゆうゆうプラザ		男女		14	金	寺尾公民館 ※ 2
	23	木	栃木保健福祉センター		男女		20	木	栃木保健福祉センター
	28	火	栃木保健福祉センター		男女		27	木	藤岡公民館 ※ 1 ※ 2
11	29	水	栃木保健福祉センター		男女	12	28	金	栃木保健福祉センター
	30	木	栃木保健福祉センター ※ 3		女		29	土	大平ゆうゆうプラザ

※ 1 上履きと下足入れ用の袋をご持参ください。
※ 2 11/4、11/14、11/27 は受付時間が 8：30～11：00 となります。
※ 3 10/30、11/13 は託児サービスを実施します。（完全予約制となります。詳しくはけんしんガイドブックをご覧ください。）

がん検診を受けましょう

日本のがんによる死者数は年間 37 万人を越え、死亡原因の第 1 位となっています。今や日本人の 2 人に 1 人が罹患するがんは、自覚症状なく進行するため、初期のうちに発見し、早期治療につなげることが大切です。

市では、集団検診を市内 12 箇所で、土曜・日曜日を含め約 100 日早朝から実施しています。なお、午後の日、女性の日、託児サービスの日なども設定しています。また、個別に医療機関でも、がん検診（子宮、乳、口腔）を実施しています。

がん検診の費用は、市の検診を活用すれば、通常より少額で受けることができます。早期発見・早期治療につなげるためにも、定期的にがん検診を受けましょう。

【お申込み・詳細はこちら】[【乳がん検診・セルフチェック】](#)

	実際の金額	自己負担金
胃がん検診	5,280 円	800 円
大腸がん検診	1,760 円	300 円
乳がん検診	6,160 円	1,000 円

※自覚症状がある方は、検診ではなく、医療機関を受診して、診断のための適切な検査を受けてください。また、検診でがんが 100%見つかるわけではありません。

☎ 健康増進課 ☎（25）3511

特定健診 受けましたか？

栃木市国民健康保険に加入している 40～74 歳の方へ

生活習慣病の多くは進行するまで自覚症状がほとんどありません。疾病の早期発見、生活習慣の改善や健康の保持増進のため、年に 1 回の健診を受けましょう。

詳しくは「けんしんガイドブック（広報とちぎ 6 月号折込み）」、「けんしんパスポート（5 月発送）」をご覧ください（上記二次元コード参照）。受診券を紛失された場合は、再発行いたしますのでご連絡ください。また、職場の健康診断等を受診して市の特定健診（および市助成の人間ドック）を受診されない方は、健診結果の提供をお願いします。

☎ 保険年金課 ☎（21）2131

- 結果の提供の対象者**

栃木市国民健康保険ご加入の 40～74 歳の方のうち、市の特定健診を受診されず

 - ・職場等で健康診断や人間ドックを受診された方
 - ・栃木市国民健康保険の助成を受けずに人間ドックを受診された方

結果の提供方法

本庁保険年金課へ健診結果（原本またはコピー）をお持ちください。確認後、健診結果はお返しします。（窓口でアンケートをお願いする場合があります）
- 健診結果を提供いただく**

 1. 提供の 1～2 か月後からマイナポータルで特定健診情報を閲覧できるようになります。
閲覧できる情報：身長、体重、腹囲、血圧、尿検査・血液検査結果等
 2. 生活習慣病のリスクが高い方に、専門家による生活習慣改善のご案内をさせていただきます。