

★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

★ 2 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		
6	金	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）
26	木	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		
13	金	大平（大平ゆうゆうプラザ）
17	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		
4	水	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）
25	水	栃木（栃木保健福祉センター）
3 歳児健診		
3	火	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）
24	火	栃木（栃木保健福祉センター）

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		



★プレパパ教室（これからパパになる方向け）※事前に電話にて申込

プレパパ・先輩パパの交流会	2月14日（土）	こどもっちパーク
---------------	----------	----------

★子育て広場（乳幼児）※10時～11時に会場へ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	2月3日（火）	栃木保健福祉センター
	3月3日（火）	

★離乳食教室 ※事前に電話にて申込

離乳食の進め方、歯みがきの仕方など	2月10日（火）	栃木保健福祉センター
-------------------	----------	------------

★医療相談 ※事前に電話にて申込

お子様の発達や学校生活等について医師が相談に応じます。

月	日	曜日	会場	相談時間
2	10 24	火	栃木保健福祉センター	① 13時～② 14時～ ③ 15時～④ 16時～

♥こころの健康相談 ※事前に電話にて申込

保健師、カウンセラーが相談に応じます。

月	日	曜日	会場	相談時間
2	18	水	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～

♥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。

2 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) 斉藤(浩)(はこのもりクリニック)／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	大門(康)(大門内科医院)
8	日	獨協医科大学病院医師 岡田(岡田皮膚科耳鼻咽喉科クリニック)／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 芳賀(芳賀耳鼻咽喉科医院)／小児:獨協医大医師
12	木	金子(金子内科医院)
13	金	島田(均)(しまだクリニック)
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	獨協医科大学病院医師
21	土	横山(よこやま内科小児科クリニック)
22	日	獨協医大医師／17 時～青木(虎)(青木医院) 青木(虎)(青木医院)／小児:獨協医大医師
23	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
24	火	黒木(知)(くろき内科クリニック)
25	水	高田(高田クリニック)
26	木	金子(金子内科医院)
27	金	獨協医科大学病院医師
28	土	獨協医科大学病院医師
※日・祝下段：外科、その他：内科		

感染性胃腸炎ノロウイルスに注意！

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、特に冬に流行します。ノロウイルスにはワクチンや特效薬がありません。治療は対症療法に限られるため、手洗いや消毒などで予防することが大切です。



主な症状 手指や食品を介して経口で感染することが多く、1～2 日でおう吐や下痢、発熱などの症状が出ます。感染しても症状が出なかったり、風邪のような症状しか出ないこともあります。症状が出なくても、感染するとノロウイルスを便中に排出しているため、気づかず他の人にうつす可能性があります。健康な方は軽症で回復することが多いですが、子どもやお年寄りなどは重症化したり、吐いた物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

- 予防方法** ・石けんを使ってこまめに手を洗う（石けんは、手の脂や汚れを落とすことで、ウイルスを洗い流しやすくします）。
- ・調理器具は洗浄後、次亜塩素酸ナトリウム液（塩素濃度 200ppm）で 5 分以上浸す（家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤を希釈して代用可）。
 - ・カキなどの二枚貝を含む食品は、十分に加熱してから食べる（中心部が 85℃以上、90 秒以上の加熱が必要）。
 - ・下痢やおう吐などの症状があるときは、食品に直接ふれる作業は避ける。
 - ・感染源になりやすいトイレは、清掃消毒を実施して衛生的に管理する。



■とちぎメディカルセンター市民公開講座～医療から介護へのネットワーク～		
日時	3 月 14 日（土）14 時 30 分～ 16 時 30 分（開場 14 時）	
場所	とちぎ岩下の新生姜ホール（栃木文化会館／旭町）小ホール	
内容	①「介護老人保健施設について」 講師 とちぎの郷 施設長 <small>しもえだ のりふみ</small> 下枝 宣史 氏 ②「医療から介護を結ぶサービスについて」	
費用	無料	
申込	事前申込不要	
問	一般財団法人とちぎメディカルセンター総合連携推進部 ☎（20）1281	



集団検診（受診には予約が必須です）

問 健康増進課 ☎(25)3511

集団検診日程（受付時間 8 時～ 11 時） ～令和 7 年度の集団検診は 2 月で終わりです～				
月	日	曜日	会場	対象
2	1	日	大平ゆうゆうプラザ	男女
	7	土	栃木保健福祉センター	男女
	9	月	栃木保健福祉センター	男女

※今年度の集団検診は、2 月 9 日（月）が最終日です。
※来年度は、6 月中旬から開始の予定です。