

乳幼児健診・健康相談等

♥は健康増進課 ☎(25)3511
★はこども家庭センター ☎(25)3505 またはこちらから▶



★ 11 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		
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）
19	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）
9 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）
19	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）
1 歳 6 か月児健診		
12	木	大平（大平ゆうゆうプラザ）
18	水	栃木（栃木保健福祉センター）
3 歳児健診		
2	月	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）

★ Hello 赤ちゃん教室（妊娠後期クラス）

※事前に問合先へ電話またはアプリにて申し込みください。

助産師の話、妊婦体験
グループトーク

11 月 27 日（金）

子育て支援センター
いまいずみ子育てサロン

★ 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

11 月 10 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またはアプリ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

11 月 25 日（水）

栃木保健福祉センター

医療相談 ※事前に電話（☎ 20-7705）にて申込

お子さま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
11	10	火	栃木保健福祉センター	① 13 時～② 14 時～
	24			③ 15 時～④ 16 時～

♥ 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
11	11	水	大平ゆうゆうプラザ	① 13 時 30 分～ ② 14 時 30 分～
	27	金	栃木保健福祉センター	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。	

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。

※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。

…………… 急患センター終了後 ……………

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	



オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

こども家庭庁では、毎年 11 月を「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン期間」と位置づけています。本市においても、家庭や学校、地域等の社会全般にわたり、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得ることができるよう、児童虐待防止のための広報・啓発活動に集中的に取り組みます。

身体的虐待

なぐる、ける、熱湯をかける、タバコの火を押しつける、など

心理的虐待

言葉によるおどかし、無視、他のきょうだいと著しく差別する、夫婦間の暴力を子どもに見せる、など

ネグレクト（養育の怠慢・拒否）

食事を与えない、入浴させない、など

性的虐待

性的行為を強要する、など

◎子どもは大人が守るべき存在です◎

児童虐待は、子どもの人権を著しく侵害し、心身の成長や発達にさまざまな悪影響があると科学的に証明されています。子どもを虐待から守るためには、子どもの立場が最優先されなければなりません。虐待の可能性があると思ったらご連絡ください。子どもを守るだけでなく、家庭の支援にもつながります。連絡は匿名でも結構です。

県 HP「子どもの虐待に気づいたら」

オレンジリボン講演会

日時 11月20日(金)14時～15時

場所 栃木保健福祉センター(今泉町2丁目)

定員 30 人 費用 無料

内容 ヤングケアラーについて

申込 11月2日(月)～16日(月)

問 こども家庭センター ☎(25)5149

〔平日 8 時 30 分～ 17 時 15 分〕

糖尿病予防「運動習慣見直し教室」

日時	11 月 12 日（木） 14 時～ 16 時（受付：13 時 45 分）
場所	CITY GYM & SPA 遊楽々館（岩舟健康福祉センター／岩舟町三谷）
対象	40 ～ 74 歳の国民健康保険加入者、 75 歳以上後期高齢医療制度加入者
定員	20 人（先着順）
費用	無料
持物	運動靴、飲み物、帽子、フェイスタオル 筆記用具、血液検査結果がわかるもの（ある方のみ）
申込	11 月 5 日（木）までにお申し込みください。
問	健康増進課 ☎（25）3511

内容

高血糖ミニ講話
運動の話
ウォーキング体験



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） ～1 年に 1 回検診を受けましょう～									
月	日	曜日	会場	対象	月	日	曜日	会場	対象
11	2	月	CITY GYM&SPA 遊楽々館	女	12	1	火	都賀総合支所 2 階（新庁舎）	男女
	4	水	都賀総合支所 2 階（新庁舎）	男女		3	木	藤岡保健福祉センター ※ 1	女
	5	木	長寿園 ※ 1	男女		4	金	栃木保健福祉センター ※ 3 ※ 4	女
	9	月	藤岡保健福祉センター ※ 1	男女		5	土	大平ゆうゆうプラザ	女
	10	火	大平ゆうゆうプラザ	男女		8	火	北部ゆったり～な	男女
	12	木	皆川公民館 ※ 2	男女		10	木	大平ゆうゆうプラザ	男女
	13	金	寺尾公民館 ※ 2	男女		12	土	栃木保健福祉センター	男女
	19	木	吹上公民館 ※ 2	男女		21	月	藤岡保健福祉センター ※ 1	男女
	26	木	藤岡公民館 ※ 1 ※ 2	男女		22	火	CITY GYM&SPA 遊楽々館	男女
	27	金	大平ゆうゆうプラザ	女					

- ※ 1 上履きと下足入れ用の袋をご持参ください。
- ※ 2 11/12、11/13、11/19、11/26 は受付時間が 8：30 ～ 11：00 となります。
- ※ 3 12/4（AM）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。）
- ※ 4 12/4 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）