

元気もりもりトピックス

問合せ 健康増進課 (☎25-3512)

6月は「食育月間」、19日は「食育の日」

「毎月19日は食育の日、家族そろって食事を楽しみましょう」をテーマに、全国で食育運動が行われています。「食育」とは、単に「食」に関する知識だけを学ぶのではなく、食物をおいしいと感じたり、豊かな自然によって育まれる食物の命の素晴らしさや、愛おしさを学ぶこと、すなわち「心」を育てることです。

お子さんの好きなメニューは何ですか？

お子さんの好きなものを一緒に作ってみては？

材料を混ぜる、盛りつけをするなど、まずは簡単なことから始めてみましょう。そうすることで、お子さんの興味を引き出し、一緒に料理をする楽しさ、一緒に食事をする楽しさが芽生え、普段よりさらにおいしい食事へとつながります。

「子どもの料理コンクール」が開催されます。
詳しくは広報とちぎ7月号に掲載予定です。ぜひ挑戦してみてください☆

7月のけんしんけんしん健診・検診

① 乳幼児健康診査

4 か月児
2日(木)・28日(火)
9 か月児
10日(金)
絵本の読み聞かせとプレゼントがあります。
1歳6か月児

② 2歳児歯科検診

7日(火) 保健福祉センター
受付・1回目
9時15分～9時30分
・2回目
10時15分～10時30分
※歯みがき指導とフッ素ジェル体験も行っていきます

③ 3歳児健康診査

9日(木)・29日(水)
時間 13時～13時50分
場所 保健福祉センター
※各該当月の方には通知します

④ 子育て広場・子育て何でも相談

お母さん同士で自由に集える場としてご利用ください。保健師・保育士が相談に応じます。離乳食教室も開催します。
6日(月) 保健福祉センター
受付 10時～11時15分
◎離乳食教室
時間 10時30分
内容 講話
「離乳食の進め方のポイント」～中期(7・8か月)から完了期まで～」
申込み 当日、子育て広場で受付してください

⑤ 健康相談・栄養相談(無料)

10日(金)・27日(月)
時間 9時～11時
場所 保健福祉センター
助言者 保健師・栄養士
内容 肥満・血圧・血糖等の生活習慣病予防や貧血等の食生活の相談
※電話で申し込みください

⑥ 健康診査「集団」

3日(金)・6日(月)・18日(土) (6日

保健福祉センター内健康増進課
①～⑤の問合せは、☎(25)3512
⑥～⑨の問合せは、☎(25)3511
特定健康診査について、社会保険等の被扶養者は、会社に問い合わせください

☆休日・夜間救急診療のお知らせ☆

栃木地区急患センター6月(下半期)・7月(上半期)の当番医師 境町(医師会病院隣) ☎22-8699
※変更になる場合もありますので、事前に電話確認をしてお出かけください

診療時間等 平日：19時～22時(内科/小児を含む) 休日：9時～21時(内科/小児を含む)(外科)	急患センターの終了後に受診できる病院の問合せ ・月～土曜日の22時以降 栃木消防本部 ☎22-0119 ・休日の21時以降 (日曜・祝日・年末年始) 栃木消防本部 ☎24-9999																																																			
<table border="1"> <tr><td>6月16日</td><td>16 火 河口 (河口医院)</td><td>1 水 秋元 (秋元クリニック)</td></tr> <tr><td>17 水 天海(憲) (天海整形外科)</td><td>2 木 新村 (新村ファミリークリニック)</td><td>2 木 新村 (新村ファミリークリニック)</td></tr> <tr><td>18 木 川島 (かわしまクリニック)</td><td>3 金 山田 (合戦場クリニック)</td><td>3 金 山田 (合戦場クリニック)</td></tr> <tr><td>19 金 桜井 (桜井こどもクリニック)</td><td>4 土 小林 (こばやしクリニック)</td><td>4 土 小林 (こばやしクリニック)</td></tr> <tr><td>20 土 青木(虎) (青木医院)</td><td>5 日 内：高田 (高田クリニック)</td><td>5 日 内：高田 (高田クリニック)</td></tr> <tr><td>21 日 内：川田 (かわたクリニック)</td><td>外：三浦 (三浦整形外科)</td><td>外：三浦 (三浦整形外科)</td></tr> <tr><td>22 月 永谷 (大島医院)</td><td>6 月 青木(虎) (青木医院)</td><td>6 月 青木(虎) (青木医院)</td></tr> <tr><td>23 火 横山 (よこやま内科小児科クリニック)</td><td>7 火 成田 (成田内科)</td><td>7 火 成田 (成田内科)</td></tr> <tr><td>24 水 竹田 (竹田内科医院)</td><td>8 水 川田 (かわたクリニック)</td><td>8 水 川田 (かわたクリニック)</td></tr> <tr><td>25 木 野崎 (野崎医院)</td><td>9 木 盛川 (サンライズクリニック)</td><td>9 木 盛川 (サンライズクリニック)</td></tr> <tr><td>26 金 筒井 (筒井医院)</td><td>10 金 長谷川 (長谷川医院)</td><td>10 金 長谷川 (長谷川医院)</td></tr> <tr><td>27 土 玉野 (たまのクリニック)</td><td>11 土 江口 (えぐち内科クリニック)</td><td>11 土 江口 (えぐち内科クリニック)</td></tr> <tr><td>28 日 内：江口 (えぐち内科クリニック)</td><td>12 日 内：山門 (山門クリニック)</td><td>12 日 内：山門 (山門クリニック)</td></tr> <tr><td>29 月 亀田 (亀田整形外科医院)</td><td>外：大家 (おおやクリニック)</td><td>外：大家 (おおやクリニック)</td></tr> <tr><td>30 火 関口(弘) (関口医院)</td><td>13 月 大森 (うづまクリニック)</td><td>13 月 大森 (うづまクリニック)</td></tr> <tr><td></td><td>14 火 石井 (石井内科医院)</td><td>14 火 石井 (石井内科医院)</td></tr> <tr><td></td><td>15 水 海老沼 (海老沼医院)</td><td>15 水 海老沼 (海老沼医院)</td></tr> </table>	6月16日	16 火 河口 (河口医院)	1 水 秋元 (秋元クリニック)	17 水 天海(憲) (天海整形外科)	2 木 新村 (新村ファミリークリニック)	2 木 新村 (新村ファミリークリニック)	18 木 川島 (かわしまクリニック)	3 金 山田 (合戦場クリニック)	3 金 山田 (合戦場クリニック)	19 金 桜井 (桜井こどもクリニック)	4 土 小林 (こばやしクリニック)	4 土 小林 (こばやしクリニック)	20 土 青木(虎) (青木医院)	5 日 内：高田 (高田クリニック)	5 日 内：高田 (高田クリニック)	21 日 内：川田 (かわたクリニック)	外：三浦 (三浦整形外科)	外：三浦 (三浦整形外科)	22 月 永谷 (大島医院)	6 月 青木(虎) (青木医院)	6 月 青木(虎) (青木医院)	23 火 横山 (よこやま内科小児科クリニック)	7 火 成田 (成田内科)	7 火 成田 (成田内科)	24 水 竹田 (竹田内科医院)	8 水 川田 (かわたクリニック)	8 水 川田 (かわたクリニック)	25 木 野崎 (野崎医院)	9 木 盛川 (サンライズクリニック)	9 木 盛川 (サンライズクリニック)	26 金 筒井 (筒井医院)	10 金 長谷川 (長谷川医院)	10 金 長谷川 (長谷川医院)	27 土 玉野 (たまのクリニック)	11 土 江口 (えぐち内科クリニック)	11 土 江口 (えぐち内科クリニック)	28 日 内：江口 (えぐち内科クリニック)	12 日 内：山門 (山門クリニック)	12 日 内：山門 (山門クリニック)	29 月 亀田 (亀田整形外科医院)	外：大家 (おおやクリニック)	外：大家 (おおやクリニック)	30 火 関口(弘) (関口医院)	13 月 大森 (うづまクリニック)	13 月 大森 (うづまクリニック)		14 火 石井 (石井内科医院)	14 火 石井 (石井内科医院)		15 水 海老沼 (海老沼医院)	15 水 海老沼 (海老沼医院)	<p>小児救急診療 毎週日曜日19時～21時 市内の小児科開業医が中心となって実施しています。 対象 0歳～中学生 場所 とちの木病院(大町) ☎22-7722</p> <p>とちぎ子ども救急電話番号 毎日19時～23時 ☎028-600-0099 プッシュ回線の場合 #8000</p>
6月16日	16 火 河口 (河口医院)	1 水 秋元 (秋元クリニック)																																																		
17 水 天海(憲) (天海整形外科)	2 木 新村 (新村ファミリークリニック)	2 木 新村 (新村ファミリークリニック)																																																		
18 木 川島 (かわしまクリニック)	3 金 山田 (合戦場クリニック)	3 金 山田 (合戦場クリニック)																																																		
19 金 桜井 (桜井こどもクリニック)	4 土 小林 (こばやしクリニック)	4 土 小林 (こばやしクリニック)																																																		
20 土 青木(虎) (青木医院)	5 日 内：高田 (高田クリニック)	5 日 内：高田 (高田クリニック)																																																		
21 日 内：川田 (かわたクリニック)	外：三浦 (三浦整形外科)	外：三浦 (三浦整形外科)																																																		
22 月 永谷 (大島医院)	6 月 青木(虎) (青木医院)	6 月 青木(虎) (青木医院)																																																		
23 火 横山 (よこやま内科小児科クリニック)	7 火 成田 (成田内科)	7 火 成田 (成田内科)																																																		
24 水 竹田 (竹田内科医院)	8 水 川田 (かわたクリニック)	8 水 川田 (かわたクリニック)																																																		
25 木 野崎 (野崎医院)	9 木 盛川 (サンライズクリニック)	9 木 盛川 (サンライズクリニック)																																																		
26 金 筒井 (筒井医院)	10 金 長谷川 (長谷川医院)	10 金 長谷川 (長谷川医院)																																																		
27 土 玉野 (たまのクリニック)	11 土 江口 (えぐち内科クリニック)	11 土 江口 (えぐち内科クリニック)																																																		
28 日 内：江口 (えぐち内科クリニック)	12 日 内：山門 (山門クリニック)	12 日 内：山門 (山門クリニック)																																																		
29 月 亀田 (亀田整形外科医院)	外：大家 (おおやクリニック)	外：大家 (おおやクリニック)																																																		
30 火 関口(弘) (関口医院)	13 月 大森 (うづまクリニック)	13 月 大森 (うづまクリニック)																																																		
	14 火 石井 (石井内科医院)	14 火 石井 (石井内科医院)																																																		
	15 水 海老沼 (海老沼医院)	15 水 海老沼 (海老沼医院)																																																		

※市のホームページにも掲載しています

と18日は女性のみ)
保健福祉センター
9日(木) 皆川地区公民館
31日(金) (女性のみ)
吹上地区公民館
受付 9時～10時30分



⑦ 女性がん検診
23日(木) 老人福祉センター長寿園
受付 13時30分～14時
対象 乳がんは30歳以上、子宮頸がんは20歳以上の女性

⑧ 子宮がん施設検診
期間 平成22年2月まで
場所 市内の産婦人科病院
対象 20歳以上の女性
内容 子宮頸がん、体がん検診

⑨ 歯周疾患検診
期間 平成22年2月まで
場所 市内協力歯科医院
対象 4月1日現在30歳、40歳、50歳、60歳、70歳

○平成21年度の女性がん検診(乳がん・子宮頸がん)は、奇数年4～12月生まれの方と偶数年1～3月生まれの方が対象
○検診を希望する方は、電話等で申し込みください。今まで受けていた方も申込みが必要です

「HIV検査普及週間」
夜間検査(無料)のお知らせ
日時 6月9日(火)18時～19時
場所/問合せ 県南健康福祉センター (☎028552)1219)

各種検診の料金

(各種がん検診75歳以上無料)
特定健康診査 1,000円
胃がん検診 1,000円
肺がん検診 300円
(肺)喀たん検査 200円
大腸がん検診 400円
前立腺がん検診 500円
子宮頸がん検診 700円
乳がん検診 40歳以上レントゲン+超音波 1,200円
30歳代 超音波のみ 500円
肝炎ウイルス検診 B+C型 700円
C型 500円
子宮がん施設検診 B型 200円
子宮頸がん 1,300円
子宮頸がん+体がん検診 2,400円
歯周疾患検診 1,100円

『愛の献血』にご協力を

7月24日(金)9時30分～11時45分
/12時45分～16時
マロニエ医療福祉専門学校
7月31日(金)9時～12時
星風会(代官荘・ケアハウス)
7月31日(金)13時30分～16時
栃木刑務所庁舎前
問合せ 健康増進課 (☎25)3511)

6月1日から飼い犬・飼い猫の引き取りが有料になります

引き取りをたのむ前に
新しい飼い主を探しましょう
・小さな命を奪わないために、不妊や去勢の手術を受けましょう
・自分の犬や猫が迷惑にならないよう、しつけや飼育環境を整えてあげましょう
・犬や猫の命も大切な命です。飼い続ける努力をしてください。引き取りをたのむのは最後の手段です

引き取り手数料
引き取りの時に、県収入証紙で支払います。
・生後91日以上犬・猫1頭(匹) 3,000円
・生後91日未満の犬・猫1頭(匹) 6,000円
・訪問による引き取り 犬・猫1頭(匹) 5,000円

引き取り日、時間、場所など詳しくは、事前に栃木県動物愛護指導センター(☎028168415458)へ問い合わせください。
※犬や猫などの愛護動物を捨てた人は50万円以下の罰金が課せられます

