

みんなの健康

3月1日(月)～7日(日)は「こども予防接種週間」です

健康課健康増進係 ☎(63)8311

入園・入学に備え母子健康手帳を見直し、接種していないものは、医療機関に相談して接種しましょう。

予防接種名	対象者
ヒブ	生後2カ月～5歳未満
小児用肺炎球菌	
B型肝炎	1歳未満
ロタ	1価ワクチン(生後6週0日～24週0日) 5価ワクチン(生後6週0日～32週0日)
四種混合(不活化ポリオ)	生後3カ月～7歳半未満
BCG	1歳未満
水痘	1歳～3歳未満
麻しん 第1期	1歳～2歳未満
風しん 第2期	
日本脳炎	1期: 6カ月～7歳半未満 2期: 9歳～13歳未満 ※対象者が拡大されています。 ※現在ワクチンが不足し接種しにくい状況です。優先となるのは、1期初回(2回接種)が未接種または接種期限が迫っている対象者のみです。
ヒトパピローマウイルス感染症	小学6年生～高校1年生相当の女子 ※現在、積極的勧奨は差し控えています。

3月は「自殺対策強化月間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

あなたの大切な人の様子が「いつもと違う」とき、まずは声を掛けることから始めませんか。その声掛けがゲートキーパーとしての第一歩になります。
※ゲートキーパーとは、悩んでいる人に気づき、声を掛け、話を聞いて必要な支援につなげ、見守る人のことです。

市役所 健康課 ☎(63)8312

(平日午前8時30分～午後5時15分)

県西健康福祉センター 健康支援課 ☎(62)6224

(平日午前8時30分～午後5時15分)

栃木いのちの電話 ☎028(643)7830

(365日24時間)

こころの相談@とちぎ(SNS相談)

(365日午後3～10時・午後9時まで受付)



3月の休日・夜間救急医療

まずは救急電話相談窓口へ連絡を

子ども ☎#8000(月～土は午後6時～翌朝8時、日・祝は24時間受付)

大人 ☎#7111(月～金は午後6時～10時、土・日・祝は午後4時～10時)

持ち物 ①健康保険証 ②おくすり手帳
③子どもの場合は、こども医療費受給資格者証等

休日・夜間急患診療所 貝島町 5027-5 ☎(65)2101

新型コロナウイルス対策として、診療所内への入場前に発熱などの症状の有無を確認しています。ご協力ください。

内科・小児科・歯科		内科・小児科
昼間	日曜日・祝日等 午前10時～正午 (受付は午前11時30分まで) 午後1時～5時 (受付は午後4時30分まで)	日曜日・祝日等および 平日(月・水・金曜日) 午後7時～10時 (受付は午後9時30分まで)
	夜間	

在宅当番医

外科 (昼間) 午前9時～ 午後5時	7日(日)	上都賀総合病院	☎(64)2161
	14日(日)	御殿山病院	☎(64)2131
	20日(土)	西方病院	☎0282(92)2323
	21日(日)	荒木医院	☎(64)2775
	28日(日)	西方病院	☎0282(92)2323

○上記以外は、消防本部☎(63)1141へ。

離乳食教室



健康課母子健康係 ☎(63)2819

とき 3月1日(月)・17日(日)

各日午後1時30分～3時30分

※身長体重を測ります。15分前にお越しください。

ところ 市民情報センター3階 学習室4

内容 離乳食の講話・調理と試食

対象 令和2年7・8月生まれの乳児とその保護者

持ち物 母子健康手帳、生活の記録票、エプロン、
子どものスプーンと食事用エプロン、
バスタオル

申込 母子健康係へ電話で。

自死遺族の会「ひなたぼっこ」

健康課市民健康係 ☎(63)8312

家族などを自死で亡くした人が、思いを分かち合う場です。参加方法など詳しくは市民健康係へ。



3月1日(月)～8日(月)は「女性の健康週間」です

健康課市民健康係 ☎(63)8312

3月1日(月)～8日(月)は「女性の健康週間」です。この機会にぜひ、自身の健康に目を向け、生活習慣を見直してみましよう。