

## 母と子の健康

### 4か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	4 18	金	13:00~14:00	平成27年7月21日 ~8月1日生 平成27年8月 2~18日生
日高	2	水	13:00~13:30	平成27年7月5日 ~8月2日生
出石 但東	15	火	13:00~13:15	平成27年7月18日 ~8月15日生

◇持ち物 母子手帳・バスタオル・健康診査アンケート  
◇内容 身体計測・内科診察・育児相談・離乳食相談

### 7か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	14	月	13:00~14:00	平成27年4月26日 ~5月14日生
日高	2	水	13:15~13:45	平成27年4月5日 ~5月2日生
出石 但東	15	火	13:15~13:30	平成27年4月18日 ~5月15日生

◇持ち物 母子手帳・バスタオル・ハンカチ・健康診査アンケート  
◇内容 身体計測・内科診察・育児相談・離乳食相談・歯科相談・ブックスタート(絵本の読み聞かせ)

### プレママ相談

◇会場 豊岡市保健センター

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容
全域	4、18	金	9:00~11:00	妊娠届を提出する方	母子手帳交付・保健師・栄養士・歯科衛生士の相談・妊婦健診助成の手続きなど

◇持ち物 妊娠届出書・印鑑・妊婦健診領収書・振込先口座の分かるもの  
※日程に都合のつかない方は、健康増進課に問い合わせてください。

### 1才のすくすく広場

◇会場 豊岡市保健センター

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容
全域	17	木	13:00~13:15	平成26年11月生	幼児食の話・試食・歯みがきの話・栄養相談(希望者)・歯科相談(希望者)

◇持ち物 母子手帳・歯ブラシ・質問票 ◇健康・環境ポイント 100ポイント

### にこにこ教室(2歳児育児教室)

地域	日	曜日	受付時間	対象	内容
日高	16	水	13:00~13:15	平成25年8~10月生	身体計測・歯科診察・フッ素塗布(希望者500円)・歯科相談・育児相談など

◇持ち物 母子手帳・タオル・歯ブラシ・相談票 ◇健康・環境ポイント 100ポイント

### 乳幼児健康相談

※竹野、城崎、但東地域の方は、保健師定期駐在日も利用してください。

日	曜日	受付時間	対象	会場	内容
9	水	10:00~11:00	乳幼児	出石健康福祉センター	身長・体重測定、保健師や栄養士による相談
11	金			日高健康福祉センター	

◇持ち物 母子手帳・バスタオル

※会場が記載されていない保健行事は、下記の各地域のセンターで開催します。  
なお、別の会場で受診を希望する場合は、事前に健康増進課に連絡してください。

教室等	地域	豊岡	城崎	竹野	日高	出石	但東
教室	にこにこ教室(2歳児)						
乳幼児健康診査	4か月児健康診査 7か月児健康診査 1歳6か月児健康診査 3歳児健康診査	豊岡市保健センター (立野町12-12)			日高健康福祉センター (日高町祢布 891-2)	出石健康福祉センター (出石町福住 1302)	

### 1歳6か月児健康診査

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	1 22	火	13:00~14:00	平成26年5月 8~27日生 平成26年5月28日 ~6月12日生
出石 但東	2	水	13:00~13:30	平成26年4・5月生

◇持ち物 母子手帳・歯ブラシ・コップ・バスタオル・健康診査アンケート  
◇内容 身体計測・内科診察・歯科診察・育児相談・歯科相談・フッ素塗布(希望者500円)など

### 3歳児健康診査

※個別に通知します。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	8	火	13:00~13:40	平成24年9月11日 ~10月2日生
日高	9	水	13:00~13:30	平成24年8月26日 ~10月31日生

◇持ち物 母子手帳・視聴覚アンケート・尿・健康診査アンケート  
◇内容 身体計測・内科診察・歯科診察・尿検査・育児相談・歯科相談・栄養相談など

### 保健師 定期駐在日 (時間8:30~17:15)

城崎振興局	毎週 火曜日
竹野振興局	
日高振興局	
出石振興局	毎週 木曜日
但東振興局	

保健師による健康相談を行います。  
乳幼児から高齢者まで誰でも、気軽に相談してください。  
※相談は、事前に連絡してください。  
※日高・出石地域の乳幼児に関する相談は、乳幼児健康相談日を利用してください。

## 健康

## 増進課

☎24-1127



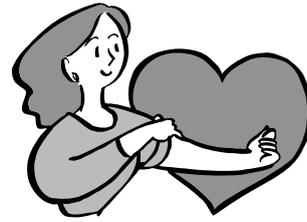
「歩いて暮らすまちづくり」標語 優秀作品④

歩こうよ 脳と体が 喜ぶよ



### 献 血

地域	日	曜日	受付時間	会 場
豊岡	24	木	9:30~11:30	本庁舎
			12:45~16:00	
竹野	6	日	9:00~11:30	竹野庁舎(竹野消防団)
			13:00~15:00	



### 健診結果相談会

日	曜日	時間	会 場
8	火	10:00~11:30	立野庁舎

### 休日急病診療所 (立野町12-12)

診 療 日	受付時間	診療科目	電 話
6日(日)、13日(日)、20日(日)、23日(水・祝)、27日(日)、31(木・年末)	① 9:30~11:30 ② 13:00~16:30	内科・小児科	23-9219

### 相 談

名 称	曜 日	相談時間	電 話
もしもし電話健康相談	月~金	9:00~17:00	22-7700
但馬地域 小児救急医療電話相談	毎日	19:00~22:00	22-9988
兵庫県 小児救急医療電話相談	平日・土	18:00~24:00	プッシュ回線、携帯 #8000
	日・祝日	9:00~24:00	ダイヤル回線、IP電話 078-731-8899



《申込み・問合せ》ドーナツの会 ☎26-11101

**家族の会 交流会**

一人で悩んでいませんか？  
家族同士で語り合い、学び合い、今後について一緒に考えてみませんか。

**交流会と個別相談**

- ▼日時 11月21日(土)午後1時30分~3時30分
- ▼内容 家族同士の交流と個別相談
- ▼日時 12月19日(土)午前10時30分~
- ▼内容 そば打ち大会(若者の会と合同実施)

**【共通】**

- ▼場所 ドーナツの会(豊岡健康福祉センター3階)

### こころのケア相談

何となくやる気がでない、眠れない、涙もろくなったなど、こころが疲れていませんか？

また、最近家族が、物忘れがひどくなった、怒りっぽくなったなど「認知症？」「どのように対応したら良い？」と悩んでいませんか？

◆日時 11月12日(木)午後1時30分~4時30分(1人45分程度)

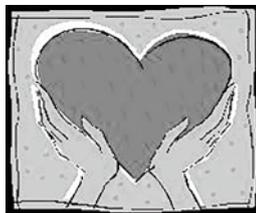
◆場所 立野庁舎

◆対象 本人や家族など

◆担当医師 精神科医師 高石俊一さんしゅんいち

※事前申込み必要  
※個人の秘密は守ります。

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎24-1127



~気づき・つながり・支える~

### こころの相談室

一人で悩まず、気軽に相談してください。

◆日時 11月20日(金)午後1時~4時30分(1人1時間程度)

◆場所 立野庁舎

◆対象 本人や家族など

◆内容 「気持ちが落ち込む」「対人関係で悩んでいる」「家族がしんどそうだが、どう接したら良いか分からない」など、こころの悩みを臨床心理士や保健師に相談

※事前申込み必要  
※個人の秘密は守ります。

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎24-1127

