

## 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	6	金	13:00~14:00	平成27年12月16日~ 平成28年1月6日生
日高	11	水	13:00~13:30	平成27年12月7日 ~平成28年1月11日生
出石 但東	17	火	13:00~13:15	平成27年12月20日 ~平成28年1月17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

### 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	17	火	13:00~14:00	平成26年10月 7~23日生
日高	18	水	12:45~13:15	平成26年9・10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

### 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	16	月	13:00~14:00	平成27年9月26日 ~10月16日生
日高	11	水	13:15~13:45	平成27年9月7日 ~10月11日生
出石 但東	17	火	13:15~13:30	平成27年9月20日 ~10月17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)

### 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	10	火	13:00~13:40	平成25年1月26日 ~2月18日生
	31			平成25年2月19日 ~3月9日生
出石 但東	11	水	13:00~13:30	平成25年1・2月生

◇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

### 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	6、20	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	19	木	13:00~13:15	平成27年4月生	幼児食の話・試食・歯みがきの話・栄養・歯科相談(希望者)※計測は実施しません

◇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
豊岡 城崎 竹野	26	木	13:00~13:30	平成26年1月1日~ 2月18日生	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
出石 但東	13	金	13:00~13:15	平成26年1~4月生	

◇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

※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)	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)	
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)	

### 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。

## 健康

## 増進課

☎24-1127



### 献 血

地域	日	曜日	受付時間	会 場
豊岡	22	日	8:00~11:30	立野庁舎
			13:00~15:00	
城崎	23	月	9:30~11:30	城崎健康福祉センター 城崎庁舎
			14:30~16:00	
日高	17	火	9:30~11:45	日高健康福祉センター
			13:00~15:30	



マナティマーク

※妊産婦さんに思いやりをもちましよう  
と提唱しているマークです。この  
マークをつけている妊産婦さんを見  
かけたら、皆さんからの思いやり  
のある気遣いをお願いします。

### トレーニング機器利用事前講習会

会 場	開催日	時 間
但東健康福祉センター 介護機器展示室	27日(金)	10:00~11:30

◇内容 トレーニング機器を利用した、自主トレーニングのための講習会です。◇対象 20歳以上の市民  
◇定員 3人程度 ◇申込み 健康増進課に電話  
(21-9095)で申し込んでください。

### 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
1日(日)、3日(火・祝)、 4日(水・祝)、5日(木・祝)、 8日(日)、15日(日)、 22日(日)、29日(日)	9:00~11:30 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

わくわくクッキング教室  
参加者募集!

食 べ る 事 物  
に 興 味 を 持 つ  
よ う に な っ た  
ら、食 育 を 実  
践 す る チ ャ ン  
ス で す。お い  
し く、楽 し い  
食 事 作 り に チ  
ヤ レ ン ジ し て  
み ま せ ん か?

▼日時 5月10日、6月  
7・14・28日、7月5日の  
火曜日(全6回)。午前9時  
30分~午後0時30分

▼場所 ウェルストーク豊岡  
調理実習室

▼内容 食育・育児講話、調  
理実習

▼対象 3歳児以上就学前の  
幼児とその保護者

▼参加費 1組1800円  
(6回分)

▼持ち物 エプロン・三角巾・  
子どものお茶とお箸

▼定員 15組

▼申込期間 4月12日(火)~  
22日(金)

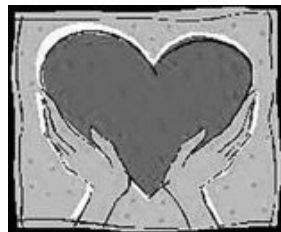
《申込み・問合せ》健康増進  
課 ☎24-1127



### 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  
くなつたなど、こころ  
が疲れていませんか?

また、最近家族が、  
物忘れがひどくなつた、怒りっぽくなつた  
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?



~気づき・つながり・支える~

◆日時 5月19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 高石俊一しんいちさん

※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

### 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 4月15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」  
など、こころの  
悩みを市の臨床  
心理士や保健師  
に相談してくだ  
さい。

※事前申込みが必要

※個人の秘密は守ります。

《申込み・問合せ》健康増進課 ☎24-1127

