

## 献 血

地域	対象区および対象事業所	日	曜日	受付時間	会場
豊岡	消防団	23	日	8:00~11:30	総合健康ゾーン 健康福祉施設 多目的ホール
				13:00~15:00	
日高	久斗、道場、久田谷、夏栗、国分寺、静修小学校、静修保育園、嶺新免製作所、日高ハウジング(株)、(株)日高興産運輸、日高西中学校、蓼川保育園、但馬銀行日高支店、兵庫県学校厚生会但馬支部、日高支所、フレッシュバザルトヨダパーク日高店	20	木	9:30~11:30	日高健康福祉 センター
				13:30~15:30	
出石	出石全域	12	水	9:00~11:00	七 曜 精 機
			13:00~15:30	出石モーターズ	
但東	但東全域	27	木	8:30~10:30	メイワパックス
				13:00~15:00	出石医療センター
				10:00~11:45	但 東 支 所
				13:00~15:30	

## 相 談

### 市民健康相談

日	曜日	時 間	会 場
11	火	10:00~11:30	豊岡健康福祉施設 多目的ホール

### もしもし電話健康相談

曜 日	相談時間	電 話
月~金	9:00~17:00	☎22-7700

### 但馬地域 小児救急医療電話相談

曜 日	相談時間	電 話
毎日	19:00~22:00	☎22-9988

### 兵庫県 小児救急医療電話相談

曜 日	相談時間	電 話
平日・土曜日	18:00~24:00	・プッシュ回線・携帯 ☎#8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899

### 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
2日(日)、3日(月・祝)、9日(日)、 16日(日)、23日(日・祝)、24日(月・休)	① 9:00~11:30 ② 13:00~16:30	内科・小児科	☎23-9219

### トレーニング機器利用事前講習会 ※事前申込みが必要です

会 場	開催日	時 間
竹野健康福祉センター 機能訓練室	26日(水)	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(24-1127)で申し込みください

※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。

教室等	地域	豊 岡	城 崎	竹 野	日 高	出 石	但 東
教室	ここにこ教室(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)	



毎週火曜日は  
歩キングデー



### 保健師 定期駐在日 11月のご案内(時間8:30~17:15)

城崎支所	毎週 火曜日
竹野支所	毎週 火曜日
日高支所	毎週 木曜日
出石支所	毎週 木曜日
但東支所	毎週 木曜日

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どなたでも、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。

# 11月の保健行事

豊岡市  
健康増進課  
☎24-1127

## 母と子の健康

### 4か月児健康診査

※対象となる生年月日を確認してください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	7	金	13:00~14:00	平成26年6月17日 ~7月3日生
	21			平成26年7月 4~19日生
日高	5	水	13:00~13:30	平成26年6月2日 ~7月5日生
出石 但東	18	火	13:00~13:15	平成26年6月22日 ~7月18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

※対象となる生年月日を確認してください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	17	月	13:00~14:00	平成26年3月16日 ~4月8日生
	5			平成26年3月2日 ~4月5日生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成26年3月22日 ~4月18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)

### 1歳6か月児健康診査

※対象となる生年月日を確認してください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	11	火	13:00~14:00	平成25年4月 13~30日生
	19			平成25年3~4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	4	火	13:00~13:40	平成23年7月17日 ~8月8日生
	25			平成23年8月 9~25日生
出石 但東	5	水	13:00~13:30	平成23年7~8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

### 1才のすくすく広場

地域	日	曜日	受付時間	対象
全域	20	木	13:00~13:15	平成25年10月生

- ◇持ち物 母子手帳・歯ブラシ・質問票  
◇内容 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)

※計測は実施しません。

◇会場 豊岡市保健センター

◇健康ポイント制度対象事業 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
豊岡 城崎 竹野	27	木	13:00~13:30	平成24年8月11日 ~9月15日生

- ◇持ち物 母子手帳・タオル・歯ブラシ・相談票  
◇内容 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  
◇健康ポイント制度対象事業 100ポイント



マタニティマーク

※妊産婦さんに思いやりをもちましょ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、皆さんの心遣いをお願いいたします。

### プレママ相談

地域	日	曜日	受付時間	対象
全域	7	金	9:00~11:00	妊娠届を提出する方
	21			

- ◇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  
◇内容 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  
◇会場 豊岡市保健センター  
※プレママ相談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。

### 乳幼児健康相談

日	曜日	受付時間	対象	会場
13	木	10:00~11:00	乳幼児	日高健康福祉センター
19	水			出石健康福祉センター

- ◇持ち物 母子手帳・バスタオル  
◇内容 身長・体重測定、保健師や栄養士による相談

※竹野、城崎、但東地域の方は、保健師支所定期駐在日も利用してください。

※健診は地域ごとに受診していただくことを原則とします。なお、別の会場で受診を希望の場合は、事前に健康増進課まで連絡してください。