

献 血

地域	対象区等	日	曜日	受付時間	会場
豊岡	奥野、市場、三宅、森尾、立石、下鉢山	15	月	9:30~11:45	神美地区公民館
	香住、上鉢山、長谷、倉見			13:00~15:30	
竹野	竹野消防団	7	日	9:00~11:45	竹野支所
				13:00~15:00	

相 談

市民健康相談

日	曜日	時 間	会 場
9	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
7日(日)、14日(日)、21日(日)、23日(火・祝)、28日(日)、31日(水・年末)	① 9:30~11:30 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
但東健康福祉センター 介護機器展示室	19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(24-1127)で申し込んでください

※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)	豊岡市保健センター (立野町12-12)			日高健康福祉 センター (日高町赤布 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						



毎週火曜日は
歩キングデー



保健師 定期駐在日 12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。

12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	5	金	13:00~14:00	平成26年7月20日 ~8月2日生
	19			平成26年8月 3~19日生
日高	3	水	13:00~13:30	平成26年7月6日 ~8月3日生
出石 但東	9	火	13:00~13:15	平成26年7月19日 ~8月9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	8	月	13:00~14:00	平成26年4月9日 ~5月2日生
	22			平成26年5月 3~22日生
日高	3	水	13:15~13:45	平成26年4月6日 ~5月3日生
出石 但東	9	火	13:15~13:30	平成26年4月19日 ~5月9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	2	火	13:00~14:00	平成25年5月 1~18日生
	16			平成25年5月19日 ~6月10日生
出石 但東	3	水	13:00~13:30	平成25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	9	火	13:00~13:40	平成23年8月26日 ~9月18日生
日高	17	水	13:00~13:30	平成23年9~10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	18	木	13:00~13:15	平成25年11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

にここ教室(2歳児育児教室)

地域	日	曜日	受付時間	対象
日高	24	水	13:00~13:15	平成24年9~10月生

- ◇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ようとして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	5	金	9:00~11:00	妊娠届を提出する方
	19			

- ◇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
11	木	10:00~11:00	乳幼児	日高健康福祉センター
10	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。