

## 献 血

地域	対象区	日 曜日	受付時間	会 場
豊岡	納屋、上佐野、佐野、弥栄、九日市中町、九日市上町、九日市下町	6 水	9:30~11:30 13:00~15:00	八条地区公民館
	法花寺、祥雲寺、栄町、鎌田、下宮、本庄境、中庄境、上庄境、梶原、日無	27 水	9:30~11:30 13:00~15:00	三江地区公民館
竹野	全域	21 木	9:30~11:30 13:00~15:00	竹野総合支所

## 相 談

### 健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	18 月	10:00~11:30	豊岡市保健センター	乳幼児から
城崎	12 火		城崎総合支所	高齢者までど
竹野	19 火		竹野健康福祉センター	なたでも(た
日高	21 木		日高健康福祉センター	だし、豊岡地
出石	13 水		出石健康福祉センター	域のみ乳幼
但東	28 木		但東健康福祉センター	児を除く)

※城崎・日高・但東地域では、10:30から保健師によるミニ講話「血糖値が気になる人のための生活改善」を行います。

### もしもし電話健康相談

曜 日	受付時間	電 話
月～金	9:00~17:00	☎22-7700

### 小児救急医療電話相談

曜 日	受付時間	電 話
平日・土曜日	18:00~24:00	・プッシュ回線・携帯 <sup>シャープハッセン</sup> ☎#8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899 <sup>ははきゅうきゅう</sup>

### 但馬地域小児救急医療電話相談

曜 日	受付時間	電 話
毎日	19:00~22:00	☎22-9988

### 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
3日(日)・10日(日)・17日(日)・24日(日)	9:00~11:30 13:00~16:30	内科・小児科	<sup>にいざんきゅうにいく</sup> ☎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	7日(木)	13:30~、15:00~
但東健康福祉センター 介護予防展示室	11日(月)	

◇対象 20歳以上の市民 ◇定員 各4人 ◇申込み 健康増進課へ来庁または電話(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
育 児 教室	すくすく教室(1歳児) 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						

# 6月の保健行事

豊岡市  
健康増進課  
☎24-1127



毎週火曜日は  
歩キングデー



### 保健師 定期駐在日 6月のご案内(時間8:30~17:15)

城崎総合支所	火曜日	5・12・19・26日
竹野総合支所		
日高総合支所		
出石総合支所	木曜日	7・14・21・28日
但東総合支所		



## 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	1	金	13:00~14:00	平成24年1月 16~31日生
	15			平成24年2月 1~15日生
日高	6	水	13:00~13:30	平成24年1月3日 ~2月6日生
出石 但東	19	火	13:00~13:15	平成24年1月16日 ~2月19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	18	月	13:00~14:00	平成23年10月21日 ~11月3日生
	6			平成23年10月3日 ~11月6日生
出石 但東	19	火	13:15~13:30	平成23年10月16日 ~11月19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	5	火	13:00~14:00	平成22年10月29日 ~11月20日生
	26			平成22年11月21日 ~12月8日生
日高	13	水	12:45~13:00	平成22年11月生
出石 但東	6	水	13:00~13:30	平成22年10~11月生

- ◇持ち物 母子手帳・歯ブラシ・コップ・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	19	火	13:00~13:40	平成21年3月26日 ~4月15日生
日高	20	水	13:15~14:00	平成21年3~4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・朝食アンケート  
◇内容 身体計測・内科診察・歯科診察・尿検査・育児相談・栄養相談・歯科相談など

### すくすく教室(1歳児育児教室)

※地域ごとに実施日が異なります。十分確認してください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	22	金	13:00~13:15	平成23年4月生
			14:00~14:15	平成23年5月生
出石 但東	12	火	13:15~13:30	平成23年3~5月生

- ◇持ち物 母子手帳・バスタオル・教室相談票  
◇内容 身体計測・親子遊び・育児相談・栄養相談・歯科相談など

### にここ教室(2歳児育児教室)

※地域ごとに実施日が異なります。十分確認してください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	28	木	13:00~13:15	平成22年2月 8~25日生
			13:30~13:45	平成22年2月26日 ~3月15日生
日高	13	水	13:30~13:45	平成22年4月生
出石 但東	1	金	13:15~13:30	平成22年3~4月生

- ◇持ち物 母子手帳・タオル・歯ブラシ・コップ・教室相談票  
◇内容 身体計測・歯科診察・フッ素塗布(希望者500円)・育児相談など



マタニティマーク

※妊産婦さんに思いやりを持ちましようと呼びかけているマークです。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。

### プレママ相談

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡	1	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方
	15			
日高	14	木		

- ◇持ち物 妊娠届出書・印鑑・妊婦健診領収書・振込み先口座の分かるもの  
◇内容 母子手帳交付・保健師・栄養士・歯科衛生士の相談など  
◇会場 豊岡…豊岡市保健センター  
日高…日高健康福祉センター

※その他の地域は、母子手帳を各総合支所で、下記日程の午前9時30分~11時の間、交付します。  
城崎:19日(火)・竹野:12日(火)  
出石:21日(木)・但東:7日(木)

※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。