

献 血

地域	対象区および対象事業	日 曜日	受付時間	会 場
豊岡	金剛寺、野上、口鶴井、下鶴井 赤石、船町、山本、森	29 月	9:30~11:45 13:00~15:30	田鶴野地区公民館
出石	全域(出石福祉まつり)	21 日	11:00~15:00	出石文化会館ひほこホール

相 談

健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	15 月	10:00~11:30	総合健康ゾーン健康福祉施設 多目的ホール	乳幼児から 高齢者までど なたでも(た だし、豊岡 地域のみ乳 幼児を除く)
城崎	9 火		城崎総合支所 大会議室	
竹野	16 火		竹野健康福祉センター 保健指導室	
日高	18 木		日高健康福祉センター 診察室	
出石	24 水		出石健康福祉センター 第2会議室	
但東	18 木		但東健康福祉センター トレーニング室	

※豊岡・日高・出石地域では、10:30から栄養士によるミニ講話「やめられない間食の上手な選び方」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

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

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 ☎ ^{シャープハッセン} #8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899 ^{ははきゅうきゅう}

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)、8日(月・祝)、14日(日)、 21日(日)、28日(日)	9:00~11:30 13:00~16:30	内科・小児科	☎ ^{にいさんきゅうにい} 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	12日(金)	・13:30~14:30
但東健康福祉センター 介護予防機器展示室	17日(水)	・15:00~16:00

◇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						



毎週火曜日は
歩キングデー



保健師 定期駐在日 10月のご案内(時間8:30~17:15)

城崎総合支所	火曜日	2・9・16・23・30日
竹野総合支所		
日高総合支所		
出石総合支所	木曜日	4・11・18・25日
但東総合支所		



10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24年5月 16~31日生
	19			平成24年6月 1~15日生
日高	3	水	13:00~13:30	平成24年5月6日 ~6月3日生
出石 但東	16	火	13:00~13:15	平成24年5月19日 ~6月16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	15	月	13:00~14:00	平成24年2月16日 ~3月10日生
	日高	3	水	13:15~13:45
出石 但東	16	火	13:15~13:30	平成24年2月19日 ~3月16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	9	火	13:00~14:00	平成23年2月21日 ~3月15日生
	23			平成23年3月16日 ~4月7日生
日高	10	水	12:45~13:00	平成23年3月生
出石 但東	3	水	13:00~13:30	平成23年2~3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	16	火	13:00~13:40	平成21年7月 10~24日生
	日高	17	水	13:15~14:00

- ◇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	26	金	13:00~13:15	平成23年8月生
			14:00~14:15	平成23年9月生

- ◇持ち物 母子手帳・バスタオル・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
◇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	25	木	13:00~13:15	平成22年6月 8~30日生
			13:30~13:45	平成22年7月 1~13日生
日高	10	水	13:30~13:45	平成22年8月生
出石 但東	5	金	13:15~13:30	平成22年7~8月生

- ◇持ち物 母子手帳・タオル・歯ブラシ・コップ・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持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	5	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方
	19			
日高	11	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。また、相談日に都合の悪い方は問い合わせください。城崎:16日(火)・竹野:9日(火)・出石:18日(木)・但東:4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。