

# 12月の保健行事

豊岡市  
健康増進課  
☎24-1127

## 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	市谷、中郷、引野、玉瀧、沖加陽	12 水	9:30~11:45	中筋地区公民館
	下加陽、清冷寺、伏、八社宮		13:00~15:30	
	市役所	20 木	9:30~11:30	市役所(東庁舎別館)
竹野	消防団	2 日	13:30~16:00	市役所(城南町飯庁舎)
			9:00~11:45	竹野総合支所
			13:00~15:00	

## 相 談

### 健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	17 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
城崎	11 火		城崎総合支所 大会議室	高齢者までど
竹野	18 火		竹野健康福祉センター 保健指導室	なたでも(た
日高	20 木		日高健康福祉センター 診察室	だし、豊岡
出石	12 水		出石健康福祉センター 第2会議室	地域のみ乳
但東	20 木		但東健康福祉センター トレーニング室	幼児を除く)

※竹野・出石・但東地域では、10:30から保健師によるミニ講話「丈夫な骨を作る！(骨粗しょう症予防の話)」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

### 兵庫県 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 ☎#8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日 および年末年始	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)、9日(日)、16日(日)、23日(日・祝)、 24日(月・休)、30日(日)、31日(月)	・ 9:30~11:30 ・ 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	7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	14日(金)	・ 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							

### 保健師 定期駐在日 12月のご案内(時間8:30~17:15)

地域	日 曜日	日 次
城崎総合支所 竹野総合支所	火曜日	4・11・18・25日
日高総合支所 出石総合支所 但東総合支所	木曜日	6・13・20・27日



毎週火曜日は  
歩キングデー



## 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24年7月 16~31日生
	21			平成24年8月 1~15日生
日高	5	水	13:00~13:30	平成24年7月8日 ~8月5日生
出石 但東	18	火	13:00~13:15	平成24年7月21日 ~8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24年4月21日 ~5月10日生
	5			平成24年4月8日 ~5月5日生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成24年4月21日 ~5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	4	火	13:00~14:00	平成23年5月 1~20日生
	25			平成23年5月21日 ~6月5日生
日高	12	水	12:45~13:00	平成23年5月生
出石 但東	5	水	13:00~13:30	平成23年4~5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	18	火	13:00~13:40	平成21年9月 1~20日生
	19			平成21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・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	14	金	13:00~13:15	平成23年10月生
			14:00~14:15	平成23年11月生
出石 但東	11	火	13:15~13:30	平成23年9~11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	20	木	13:00~13:15	平成22年9月 9~30日生
			13:30~13:45	平成22年10月 1~13日生
日高	12	水	13:30~13:45	平成22年10月生
出石 但東	7	金	13:15~13:30	平成22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	7	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方
	21			
日高	13	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:18日(火)・竹野:11日(火)・出石:20日(木)・但東:6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。