

献 血

地域	対象区	日 曜日	受付時間	会 場
豊岡	生田東、生田西、西本	29 火	10:00~11:45	コープデイス豊岡
	高屋		13:00~16:00	
城崎	全域	22 火	10:00~11:45	城崎総合支所
			13:00~15:30	

【「はたちの献血」キャンペーン～冬は一年で最も血液の不足する季節です～】

1～2月の2カ月間、成人式を迎える20歳の若者を中心に、献血について理解と協力をお願いする「はたちの献血」キャンペーンを実施します。

冬から春にかけては、一番血液が不足する時期です。皆さんの協力が血液の安定供給を支え、多くの患者さんの尊い生命を救います。ぜひ、献血に協力してください。

相 談

健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	21 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	8 火		城崎総合支所 大会議室	
竹野	15 火		竹野健康福祉センター 保健指導室	
日高	17 木		日高健康福祉センター 診察室	
出石	9 水		出石健康福祉センター 第2会議室	
但東	17 木		但東健康福祉センター トレーニング室	

※豊岡・城崎・日高地域では、10:30から保健師によるミニ講話「丈夫な骨をつくる! (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 <small>シムフreesia</small> ☎#8000
日曜日・祝日 および年末年始	9:00~24:00	・ダイヤル回線・IP電話 ☎078-731-8899 <small>ははきゅうきゅう</small>

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
1日(火・祝)、2日(水)、3日(木)、6日(日)、 13日(日)、14日(月・祝)、20日(日)、27日(日)	・ 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	11日(金)	10:00~11:00
但東健康福祉センター 介護予防機器展示室	18日(金)	

◇対象 20歳以上の市民 ◇定員 各5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	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	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)	

1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	11	金	13:00~14:00	平成24年8月 16~31日生
	18			平成24年9月 1~15日生
日高	9	水	13:00~13:30	平成24年8月 6~31日生
出石 但東	15	火	13:00~13:15	平成24年8月19日 ~9月15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	9	水	13:00~14:00	平成24年5月 11~31日生
	28			平成24年6月 1~20日生
日高	9	水	13:15~13:45	平成24年5月6日 ~6月9日生
出石 但東	15	火	13:15~13:30	平成24年5月19日 ~6月15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	15	火	13:00~14:00	平成23年6月 6~20日生
日高	16	水	12:45~13:00	平成23年6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	8	火	13:00~13:40	平成21年9月21日 ~10月10日生
	29			平成21年10月11日 ~11月4日生
出石 但東	16	水	13:00~13:30	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

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	24	木	13:00~13:15	平成22年10月 14~31日生
			13:30~13:45	平成22年11月 1~23日生
日高	16	水	13:30~13:45	平成22年11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掲げているマークです。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	11	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方
	18			
日高	10	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:15日(火)・竹野:8日(火)
出石:17日(木)・但東:10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。



コーちゃん

毎週火曜日は
歩キングデー



オーちゃん

保健師 定期駐在日
1月のご案内(時間8:30~17:15)

総合支所	曜日	日
城崎総合支所 竹野総合支所	火曜日	8・15・22・29日
日高総合支所 出石総合支所 但東総合支所	木曜日	10・17・24・31日

