

## 献 血

地域	対象区	日 曜日	受付時間	会 場
豊岡	塩津	24 金	9:30~11:30	塩津区会館
	妙楽寺		13:30~15:30	八条地区公民館
日高	江原、宵田、岩中、赤崎、浅倉、谷垣工業、谷垣、神戸ヤクルト、朝倉商事、ヒラキ、NSI	16 木	9:30~11:30	日高健康福祉センター
			13:30~15:30	日高医療センター
出石	全域	18 土	9:30~11:30	福住小学校

## 相 談

### 健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	13 月	10:00~11:30	豊岡市保健センター	乳幼児から
城崎	14 火		城崎総合支所	高齢者までど
竹野	14 火		竹野健康福祉センター	なたでも(た
日高	16 木		日高健康福祉センター	だし、豊岡
出石	9 木		出石健康福祉センター	地域のみ乳
但東	20 月		但東健康福祉センター	幼児は除く)

※豊岡・竹野・出石地域では、10:30から臨床心理士によるミニ講話「簡単ストレスチェック!」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 <small>ショートカット</small> ☎#8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899 <small>はきはきゆうきゅう</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
5日(日)・11日(土・祝)・ 12日(日)・19日(日)・26日(日)	9:30~11:30 13:00~16:30	内科・小児科	<small>にいさんきゅうにいく</small> ☎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 介護予防展示室	16日(木)	13:30~、15:00~
竹野健康福祉センター 機能訓練室	23日(木)	

◇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。

地 域	豊 岡	城 崎	竹 野	日 高	出 石	但 東
育 児 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 2月のご案内(時間8:30~17:15)

城崎総合支所	火曜日	7・14・21・28日
竹野総合支所		
日高総合支所	木曜日	2・9・16・23日
出石総合支所		
但東総合支所	月曜日	6・13・20・27日



# 2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ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	3	金	13:00~14:00	平成23年9月 16~30日生
	17			平成23年10月 1~15日生
日高	1	水	13:00~13:30	平成23年9月12日 ~10月1日生
出石 但東	21	火	13:00~13:15	平成23年9月18日 ~10月21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ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	13	月	13:00~14:00	平成23年6月21日 ~7月10日生
	日高			1
出石 但東	21	火	13:15~13:30	平成23年6月18日 ~7月21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ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	7	火	13:00~14:00	平成22年6月24日 ~7月12日生
	28			平成22年7月13日 ~8月4日生
日高	8	水	12:45~13:00	平成22年7月生
出石 但東	1	水	13:00~13:30	平成22年6~7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	21	火	13:00~13:40	平成20年11月 1~20日生
	日高			15

- ◇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・歯科相談・栄養相談など

### 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。十分確認ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡 城崎 竹野	24	金	13:00~13:15	平成22年12月生
			14:00~14:15	平成23年1月生
日高	22	水	13:30~13:45	平成22年11月 ~平成23年1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。十分確認ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
日高	8	水	13:30~13:45	平成21年12月生
出石 但東	10	金	13:15~13:30	平成21年11~12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	17	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方

- ◇持ち物 妊娠届出書・印鑑  
◇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:21日(火)・竹野:21日(火)  
出石:16日(木)・但東:6日(月)

### 母親交流 ~子育ての友達をつくりましょう~

地域	日	曜日	受付時間	対象
日高	23	木	10:15~10:30	妊娠中の方・生後4
出石	8	水	10:00~10:15	か月ごろまでの乳児
但東	16	木	9:45~10:00	とその保護者

- ◇持ち物 母子手帳  
◇内容 友達づくり、保健師などの相談  
◇会場 各地域の子育てセンター

※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ください。