

## 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	正法寺、戸牧	28	水	9:00~11:30	コタドラッグ豊岡戸牧店
	桜通、京口、旭、城上、三坂、大磯、新、小尾崎			13:30~15:30	豊岡市保健センター
	永楽、滋茂	29	木	10:00~11:30	コープデイズ豊岡
	久保、亀山、円山			13:00~15:00	
竹野	全域	14	水	10:00~11:30 13:00~15:00	竹野総合支所
日高	上郷、野々庄、池上、西芝、上石、虹の街、 国府テラス、竹貴、府中小学校	30	金	9:30~11:30	国府地区コミュニティーセンター
	松岡、土居、府市場、府中新、堀、こくふ保育園、 但馬合織株式会社、タジマ食品工業株式会社			13:00~15:00	
出石	全域	16	金	9:00~11:30	但馬 T S K
				13:30~15:30	田中屋食品
但東	全域	15	木	10:00~11:30 13:00~15:00	但東総合支所

## 相 談

### 健康相談

地域	日	曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	12	月	10:00~11:30	豊岡市保健センター	乳幼児から
城崎	13	火		城崎総合支所	高齢者までど
竹野	13	火		竹野健康福祉センター	なたでも(た
日高	15	木		日高健康福祉センター	だし、豊岡
出石	8	木		出石健康福祉センター	地域のみ乳
但東	19	月		但東健康福祉センター	幼児を除く)

### 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 ☎#8000 ・ダイヤル回線・IP電話
日曜日・祝日	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
4日(日)・11日(日)・18日(日)・ 20日(火・祝)・25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
但東健康福祉センター 介護予防展示室	15日(木)	10:00~
竹野健康福祉センター 機能訓練室	30日(金)	

◇対象 20歳以上の市民 ◇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 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 3月のご案内(時間8:30~17:15)

城崎総合支所	火曜日	6・13・27日
竹野総合支所		
日高総合支所	木曜日	1・8・15・22・29日
出石総合支所		
但東総合支所	月曜日	5・12・19・26日



# 3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	2	金	13:00~14:00	平成23年10月 16~31日生
	16			平成23年11月 1~15日生
日高	7	水	13:00~13:30	平成23年10月2日 ~11月7日生
出石 但東	27	火	13:00~13:15	平成23年10月22日 ~11月27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	7	水	13:00~14:00	平成23年7月 11~31日生
	26			平成23年8月 1~20日生
日高	7	水	13:15~13:45	平成23年7月2日 ~8月7日生
出石 但東	27	火	13:15~13:30	平成23年7月22日 ~8月27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	13	火	13:00~14:00	平成22年8月 5~31日生
日高	14	水	12:45~13:00	平成22年8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	6	火	13:00~13:40	平成20年11月21日 ~12月10日生
	27			平成20年12月 11~31日生
出石 但東	21	水	13:00~13:30	平成20年11~12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。十分確認ください。

地域	日	曜日	受付時間	対象
出石 但東	6	火	13:15~13:30	平成22年12月 ~平成23年2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
豊岡 城崎 竹野	22	木	13:00~13:15	平成21年12月 1~10日生
			13:30~13:45	平成21年12月 11~31日生
日高	14	水	13:30~13:45	平成22年1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	2 16	金	9:30~11:00	妊娠届を提出する方
日高	8	木		

- ◇持ち物 妊娠届出書・印鑑・妊婦健診の領収書・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:27日(火)・竹野:27日(火)  
出石:15日(木)・但東:5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
城崎	23	金	10:15~10:30	妊娠中の方・生後4か月ごろまでの乳児とその保護者
竹野	8	木	10:00~10:15	

- ◇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。