

## 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	桜木・小田井	18 火	10:00~11:30 13:00~15:00	コープデイズ豊岡
	消防団	23 日	9:30~11:30 13:00~15:00	豊岡市役所
城崎	城崎全域	26 水	9:30~11:30 13:30~15:30	城崎健康福祉センター 城崎総合支所
日高	日高総合支所・社会福祉協議会・ガンピー・森田教材・但馬信用金庫・但馬銀行・日高小学校・べいんたあ・鶴岡・日高・日置・日吉	28 金	9:30~11:30	日高健康福祉センター
	中田工芸・西村商店・前野紙業・システムリサーチ・コヤマリビング・保育園・ニコス・但馬フーズ・日高小学校・商工会・JAたじま日高支店・たじま日高郵便局		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	10 月	10:00~11:30	豊岡健康福祉施設(総合健康ゾーン)	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は除く)
城崎	11 火		城崎総合支所	
竹野	11 火		竹野健康福祉センター	
日高	20 木		日高健康福祉センター	
出石	13 木		出石健康福祉センター	
但東	17 月		但東総合支所	

### 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 ☎ <sup>シャープハッセン</sup> #8000 ・ダイヤル回線、携帯・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899 <sup>ははきゅうきゅう</sup>

### 休日急病診療所 (総合健康ゾーン健康福祉施設1階・立野町12-12) ☎<sup>にいさんきょううにいく</sup>23-9219

診 療 日	受付時間	診 療 科 目
2日(日)・3日(月・祝)・4日(火・祝)・5日(水・祝)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・30日(日)	9:00~11:30 13:00~16:30	内科・小児科

\*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	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					

# 5月の保健行事

豊岡市  
健康増進課  
☎24-1127

健康増進課は5月から総合健康ゾーン(立野町12-12)に移転します。

## 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	7	金	13:00~14:00	平成21年12月 16~23日生
	21			平成21年12月24日 ~平成22年1月15日生
日高	12	水	13:00~13:30	平成21年12月8日 ~平成22年1月12日生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成21年12月20日 ~平成22年1月19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・育児相談・離乳食相談など

### 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	17	月	13:00~14:00	平成21年9月26日 ~10月10日生
日高	12	水	13:15~13:45	平成21年9月8日 ~10月12日生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成21年9月20日 ~10月19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・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)など

### 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	18	火	13:00~14:00	平成20年10月 8~31日生
日高	26	水	12:45~13:00	平成20年10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・歯科・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	11	火	13:00~13:40	平成19年1月26日 ~2月15日生
	25			平成19年2月16日 ~3月10日生
出石 但東	19	水	13:00~13:30	平成19年1~2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・歯科・尿検査・育児相談・歯科相談など

### 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	20	木	13:00~13:15	平成20年1月 1~25日生
			13:30~13:45	平成20年1月26日 ~2月10日生
日高	26	水	13:30~13:45	平成20年3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)・育児相談など  
※城崎ですでに参加された方は対象になりません。



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・妊婦健診の領収書  
原本・振込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:18日(火)・竹野:18日(火)  
出石:20日(木)・但東:10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	28	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	13	木	9:45~10:00	
日高	27	木	10:15~10:30	
出石	19	水	9:45~10:00	
但東	20	木		

- ◇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

※健診は住所地域の総合支所および保健センターでの受診を原則とします。なお、別の会場で受診を希望の場合は、各住所地域の総合支所または保健センターまで事前に連絡ください。



毎週火曜日は  
歩キングデー



コーちゃん                      オーちゃん

### 今号の健康川柳

禁煙を 明日こそすると 早一年

京子

※とよおか健康川柳応募作品から