

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	塩津	23	9:30~11:30	塩津区会館
	妙楽寺		13:30~15:30	妙楽寺会館
城崎	城崎全域	4	10:00~11:30 13:00~15:00	城崎総合支所
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 日高医療センター、共栄建設工業、まつばら、アイ・サプラ、谷本商店、タニー・バック、但馬畳材、北洋紙器	28	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	出石全域	19	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	14 月	10:00~11:30	健康福祉施設(総合健康ゾーン内(立野町))	乳幼児から
城崎	8 火		城崎総合支所	高齢者までど
竹野	1 火		竹野健康福祉センター	なたでも(た
日高	17 木		日高健康福祉センター	だし、豊岡
出石	10 木		出石健康福祉センター	地域のみ乳
但東	21 月		但東総合支所	幼児は除く)

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

休日急病診療所 (総合健康ゾーン内健康福祉施設1階・立野町12-12) ☎23-9219

診 療 日	受付時間	診 療 科 目
6日(日)・11日(金・祝)・13日(日)・ 20日(日)・27日(日)	9:30~11:30 13:00~16:30	内科・小児科

トレーニング機器利用事前講習会 ※事前予約が必要です。

開催日	時 間	会 場
17日(木)	13:30~15:30(1人30分程度)	竹野健康福祉センター 機能訓練室

◇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)					
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			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)



毎週火曜日は
歩キングデー



コーちゃん オーちゃん

健康川柳

やすらぎは 健診受けて いる未来
ふさ子

※とよおか健康川柳応募作品から

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	4	金	13:00~14:00	平成22年9月16日~ 10月1日生
	18			平成22年10月 2~15日生
日高	2	水	13:00~13:30	平成22年9月6日 ~10月2日生
出石 但東	15	火	13:15~13:30	平成22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	14	月	13:00~14:00	平成22年6月21日 ~7月10日生
日高	2	水	13:15~13:45	平成22年6月6日 ~7月2日生
出石 但東	15	火	13:15~13:30	平成22年6月20日 ~7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)

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	1	火	13:00~14:00	平成21年6月21日 ~7月15日生
	15			平成21年7月16日 ~8月5日生
日高	9	水	12:45~13:00	平成21年7月生
出石 但東	2	水	13:00~13:30	平成21年7~8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・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	8	火	13:00~13:40	平成19年10月29日 ~11月20日生
日高	16	水	13:15~14:00	平成19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・歯科・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
豊岡 城崎 竹野	25	金	13:00~13:15	平成22年2月生
			14:00~14:15	平成22年3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

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	9	水	13:30~13:45	平成20年12月生
出石 但東	25	金	13:15~13:30	平成20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)・育児相談など



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	4	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・妊婦健診の領収書
原本・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…健康福祉施設〔総合健康ゾーン内
(立野町)〕

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:15日(火)・竹野:15日(火)

出石:17日(木)・但東:7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
出石	9	水	9:45~10:00	妊娠中の方・生後4
日高	24	木	10:30~11:30	か月ごろまでの乳児
但東	17	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 出石…出石子育てセンター
日高…日高子育てセンター
但東…但東子育てセンター

※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。