

# 2月の保健行事

## 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	26 金	9:30~11:30	塩津区会館
	妙楽寺		13:30~15:30	八条地区公民館
城崎	城崎全域	2 火	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	25 木	9:30~11:30	日高健康福祉センター
	日高医療センター、伊丹産業、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		13:30~15:30	日高医療センター
出石	出石全域	14 日	9:30~11:30	福住小学校ランチルーム

## 相 談

### 健康相談

地域	日 曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	3 水	9:00~10:30	豊岡市保健センター	どなたでも
	18 木	13:30~15:00	長寿園(幸町10-6)	高齢者
城崎	9 火	10:00~11:30	城崎総合支所	どなたでも
竹野	3 水	9:30~11:00	竹野健康福祉センター	
日高	16 火	13:00~14:00	日高健康福祉センター	
出石	9 火	10:00~11:30	出石健康福祉センター	
但東	15 月	10:00~11:30	但東健康福祉センター	

### 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 ☎#8000 ・ダイヤル回線、携帯・IP電話
日曜日・祝日	9:00~24:00	☎078-731-8899

### 休日急病診療所 (豊岡健康福祉センター内・城南町23-6) ☎23-9219

診 療 日	受付時間	診 療 科 目
7日(日)・11日(木・祝)・14日(日)・21日(日)・28日(日)	9:30~11:30 13:00~16:30	内科・小児科

### シニアのソフトエアロビクス教室 ☎21-9055

開 催 日	時 間	会 場
1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)	10:00~11:00	日高農村環境改善センター
◇対 象 40歳以上の市民(治療中の方は主治医の許可を得て参加ください) ◇持 ち 物 タオル、上履き(運動靴)、飲み物 ◇服 装 運動のできる服装 ◇参加費 1回200円 ◇申 込 み 不要です。当日会場にお越しください。		

豊岡市 健康増進課 ☎24-1127  
 城崎総合支所 健康福祉課 ☎21-9067  
 竹野総合支所 健康福祉課 ☎21-9075  
 日高総合支所 健康福祉課 ☎21-9055  
 出石総合支所 健康福祉課 ☎21-9027  
 但東総合支所 健康福祉課 ☎21-9034

\*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	豊岡市保健センター(城南町23-6)	城崎健康福祉センター(城崎町湯島625-9)	竹野健康福祉センター(竹野町須谷1478)	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	豊岡市保健センター					

## 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	5	金	13:00~14:00	平成21年9月 16~30日生
	19			平成21年10月 1~15日生
日高	3	水	13:00~13:30	平成21年9月11日 ~10月10日生
出石 但東	16	火	13:15~13:30	平成21年9月16日 ~10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・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	15	月	13:00~14:00	平成21年6月21日 ~7月10日生
	日高	3	水	13:15~13:45
出石 但東	16	火	13:15~13:30	平成21年6月16日 ~7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・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	9	火	13:00~14:00	平成20年7月 1~20日生
	16			平成20年7月21日 ~8月10日生
日高	10	水	12:45~13:15	平成20年7月生
出石 但東	3	水	13:15~13:30	平成20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	2	火	13:00~13:40	平成18年10月26日 ~11月20日生
	日高	17	水	13:15~14:00

- ◇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  
◇内容 身体計測・内科・歯科・尿検査・育児相談・歯科相談など



毎週火曜日は  
歩キングデー

コーちゃん

オーちゃん

### 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
竹野	17	水	13:30~13:45	平成20年12月 ~平成21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・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	24	水	13:00~13:15	平成19年10月21日 ~11月20日生
			13:30~13:45	平成19年11月21日 ~12月31日生
竹野	17	水	13:00~13:15	平成19年10~12月生
日高	10	水	12:45~13:15	平成19年12月生
出石 但東	12	金	13:15~13:30	平成19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ようと呼びかけているマークです。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	5 19	金	9:00~11:00	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  
※その他の地域では、母子手帳を各総合支所(但東地域は但東健康福祉センター)で随時交付します。

### 母親交流~子育ての友達をつくりましよう~

地域	日	曜日	受付時間	対象
但東	18	木	9:45~10:00	妊娠中の方・生後2か月ごろまでの乳児とその保護者

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

※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。

### 今号の健康川柳

おはようと 笑顔で言える 有難さ  
三日坊主

※とよおか健康川柳優秀賞から