

## 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	消防団	16 日	9:30~11:30 13:00~15:00	市役所
	駅前・御陵・花園・寿・宮島・一日市	20 木	10:00~11:30 13:00~15:00	コープデイズ豊岡
	市谷・中郷・引野・玉瀧・沖加陽・清冷寺・伏・八社宮	25 火	9:30~11:30 13:00~15:00	中筋地区公民館
日高	万場・栗栖野・山田・万劫・稲葉・水口・東河内・神鍋リゾート開発・日高振興公社・西気小学校・西気保育園	26 水	9:30~11:30	西気地区コミュニティセンター
	十戸・頃垣・石井・山宮・栃本・太田・名色・清滝保育園・但馬総合開発・永田製作所・但馬ドーム・清滝小学校・たじま荘		13:30~15:30	清滝会館
出石	出石全域	11 火	9:30~11:30 13:00~15:00	七曜精機(株) 出石医療センター
		12 水	8:30~10:00 12:30~15:00	メイワボックス(株) 出石モーターズ
但東	但東全域	7 金	10:00~11:30 13:00~15:00	但東市民センター

## 相 談

### 健康相談

地域	日	曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	10	月	9:00~10:30	豊岡市保健センター	どなたでも
城崎	18	火	10:00~11:30	城崎総合支所	
竹野	5	水	9:30~11:00	竹野健康福祉センター	
日高	25	火	13:00~14:00	日高健康福祉センター	
出石	11	火	10:00~11:30	出石健康福祉センター	
但東	17	月	10:00~11:30	但東健康福祉センター	

### もしも電話健康相談

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
2日(日)・3日(月・祝)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・24日(月・休)	9:00~11:30 13:00~16:30	内科・小児科

※30日(日)は都合により休診します。

### シニアのソフトエアロビクス教室 ☎ 21-9055

開催日	時間	会 場
10日(月)・17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してください)  
 ◇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。

※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 (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	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				

# 11月の保健行事

豊岡市 健康増進課 ☎ 24-1127  
 城崎総合支所 健康福祉課 ☎ 32-0001  
 竹野総合支所 健康福祉課 ☎ 47-1111  
 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

## 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20年6月 16~30日生
	21	金		平成20年7月 1~15日生
日高	27	木	13:00~13:30	平成20年7月生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成20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	5	水	13:00~14:00	平成20年3月 11~31日生
日高	27	木	13:15~13:45	平成20年4月生
出石 但東	18	火	13:15~13:30	平成20年3月16日 ~4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	11	火	13:00~14:00	平成19年4月 11~30日生
日高	13	木	13:00~13:30	平成19年4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	4	火	13:00~13:40	平成17年7月21日 ~8月10日生
	18	火		平成17年8月 11~31日生
出石 但東	5	水	13:15~13:30	平成17年7~8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  
◇内容 身体計測・内科・歯科・尿検査・育児相談・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	26	水	13:00~13:15	平成19年10月生
			14:00~14:15	平成19年11月生
竹野	12	水	13:30~13:45	平成19年9~11月生
日高	20	木	13:30~13:45	平成19年10~11月生
出石 但東	14	金	13:15~13:30	平成19年10~11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

### いここ教室 (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
竹野	12	水	13:00~13:15	平成18年7~9月生
日高	13	木	13:15~13:30	平成18年9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

### プレママ相談

地域	日	曜日	受付時間	対象
豊岡	7	金	9:00~11:00	妊娠届を提出する方
	21	金		
日高	11	火	9:30~11:00	

- ◇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

※その他の支所では、母子手帳を随時交付します。

### 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2か 月ごろまでの乳児と その保護者
竹野	20	木	13:15~13:30	
但東	20	木	9:45~10:00	

- ◇持ち物 母子手帳  
◇内容 友達づくり、保健師などの相談  
◇会場 城崎…城崎健康福祉センター  
竹野…竹野健康福祉センター  
但東…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。