

## 献 血

地域	対象地区	日	曜日	受付時間	会 場
豊岡	生田東、生田西、西本、高屋	15	火	10:00～11:30 13:00～15:00	コープデイズ 豊岡
城崎	内島、旭、来日、円山、 <sup>ひのそ</sup> 簸磯、上山、二見、 結、戸島、 <sup>さきうら</sup> 楽々浦、飯谷	22	火	9:30～11:30 13:00～15:00	城崎総合支所

献 血 条 件 (全血献血)		
1回献血量	200ml	400ml
年 齢	16歳～69歳	18歳～69歳
体 重	男性45kg以上・女性40kg以上	男女とも50kg以上
最高血圧	90mmHg以上	
年間総献血量	男性1 200ml以内、女性800ml以内	
献血の間隔	男女とも4週間	男性は12週間、女性は16週間

ただし、65歳以上の献血は、60～64歳の間に献血経験のある方に限ります。

## 相 談

### 健康相談

地域	日	曜日	受付時間	会 場	対 象
豊岡	7	月	9:00～10:30	豊岡市保健センター	どなたでも
	17	木	13:30～15:00	長寿園	高齢者
城崎	15	火	10:00～11:30	城崎総合支所	どなたでも
竹野	9	水	9:30～11:00	竹野健康福祉センター	
日高	15	火	13:00～14:00	日高健康福祉センター	
出石	8	火	10:00～11:30	出石健康福祉センター	
但東	21	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

### 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
1日(火・祝)・2日(水)・3日(木) 6日(日)・13日(日)・14日(月・祝) 20日(日)・27日(日)	9:30～11:30 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 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				

# 1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  
☎ 42 - 1111  
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	11	金	13:00～14:00	平成19年8月 16～31日生
	18	金		平成19年9月 1～15日生
日高	24	木	13:00～13:30	平成19年9月生
出石 但東	22	火	13:15～13:30	平成19年8月16日 ～9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

### すくすく教室（1歳児育児教室）

地域	日	曜日	受付時間	対 象
豊岡	25	金	13:00～13:15	平成18年12月生
			14:00～14:15	平成19年1月生
日高	17	木	13:30～13:45	平成18年12月 ～平成19年1月生
出石 但東	15	火	13:15～13:30	平成18年12月 ～平成19年1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

### 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	9	水	13:00～14:00	平成19年5月 11～31日生
	28	月		平成19年6月 1～20日生
日高	24	木	13:15～13:45	平成19年6月生
出石 但東	22	火	13:15～13:30	平成19年5月16日 ～6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

### にこにこ教室（2歳児育児教室）

地域	日	曜日	受付時間	対 象
日高	10	木	13:15～13:30	平成17年11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	11	金	9:00～11:00	妊娠届を提出する方
	25	金		
日高	8	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。

### 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	15	火	13:00～14:00	平成18年6月18日 ～7月5日生
日高	10	木	13:00～13:30	平成18年6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

### 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	25	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	18	金	13:15～13:30	

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

### 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16年9月21日 ～10月10日生
	29	火		平成16年10月 11日～31日生
出石 但東	8	火	13:15～13:30	平成16年9～10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

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。