

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	コープデイズ 豊岡
				13:00～15:00	
城崎	内島、旭、来日、円山、 ^{ひのそ} 簸磯、上山、二見、 結、戸島、 ^{さきうら} 楽々浦、飯谷	22	火	9:30～11:30	城崎総合支所
				13:00～15:00	

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

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

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。

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

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

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。