12月の主な相談

DECEMBER

		_	- 1		n+ ee	IB -r	00 0 11	
	内	容		日・曜日	時間	場所	問合せ	電話
				2日(火)	_	竹野庁舎		
				3日(水)		城崎庁舎		
人	権	相	談		13:30~16:00	出石ふれあいセンター	多様性推進・ジェンダー	23-0341
	18	10		4 日(木)	13.30 10.00	但東健康福祉センター	ギャップ対策課	25 05+1
				10日(水)		豊岡健康福祉センター		
				100 (30)		日高地区コミュニティセンター		
				2日(火)		竹野庁舎		
				9日(火)		豊岡健康福祉センター	秘書広報課	
行	政	相	談	9 ()()	13:30~15:30	但東庁舎	[電話相談] 総務省 行政相談センター きくみみ	21-9035
				10口(水)		日高地区コミュニティセンター	0570-090110	
				10日(水)		出石庁舎		
身体	障害	者相	談	3日(水)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター		
視覚障	宇書者相	談(要予	約)	26日(金)	13:00~15:00	豊岡健康福祉センター		
		者相			9:00~11:00	立野庁舎	社会福祉課	24-7033
				11日(木)		立野庁舎		
精神	保健	福祉相	談	25日(木)	9:00~11:00	但東健康福祉センター		
7 \ ±	. – +	. (1 1 0	雲火	毎週月~金	10.00-16.00	豊岡健康福祉センター	ドーナツの会	26-1101
						豆	(不登校相談も含む)	
				毎週月~金	9:00~17:00		健康増進課	22-7700
心酉	ここ	と相	談	毎週月~金	8:30~17:30			
				6 日(土)				
結	婚	相	談	10日(水)	13:30~16:00			
心	XB	TH	改	20日(土)	(受付は15:30まで)	豊岡健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	23-2573
				24日(水)				
法	律	相 /2(火)8:3	談	0 5 (1)	10.00 16.00			
予約受 (生姜	付開始12 Q 人 • 雪	/2(火)8:3 話予約の	(0~)	9日(火)	13:00~16:00			
	登 核		談					
				毎週月~金	9.00~17.00	 アイティフ階	 こども支援センター	24-8303
		マ庭相			7.00 17.00		ことの文派とグラ	21-9003
				毎週月~金	8:30~17:15		 こども未来課	24-9604
						アイティ4階	CCOAAA	24 9004
子育	てなん	でも相	談	毎週月~金	10:00~15:00	アイティ4階 WACCU TOYOOKA内		
農地	に関	する柞	談	毎週月~金	9:00~16:30	市役所農業委員会	農業委員会事務局	21-9021
				毎週月~金		市役所地域づくり課	ジョブ・サポ豊岡(無料職業紹介所)	21-9008
				毎週月~金	9:00~16:30	市役所環境経済課	豊岡市ものづくり支援センター	21-9024
(原	、工 則要	活相更予約	שאל שלים	毎週月~金	9:00~16:00	市役所生活環境課	消費生活センター	21-9001
				一一一	9:00~16:00	市役所多様性推進・ジェ	多様性推進・ジェンダー	23-0341
Adv	isory	活相 Servi	ice	毎週月~金	9.00~10.00	ンダーギャップ対策課	ギャップ対策課	23-0341
出会	いに関	する#	談	毎週日~木	9:00~17:00	アイティ4階	地域づくり課	21-9100
	, -				1 10 ,, 100	みらい応援Room	ハートリーフ事務局	
但馬地地	或 小児救	急医療電話	相談	毎日	19:00~22:00			22-9988
							・短縮ダイヤル・#711	9
救急安	心センタ	ーひょう	ご※	24時	間365日		(シャープナナイチイラ	チキュー)
					40.00		・直通ダイヤル・078-3	
兵庫県	子ども	医療電話	相談	平日・土	18:00~翌朝8:00		・プッシュ回線、携帯☎#800	0
				日・祝日	8:00~翌朝8:00		・ダイヤル回線、IP電話 ☎07	x-3U4-8899
エイ	ズ・肝	炎検査	要予	9日(火)	9:15~11:15	豊岡総合庁舎	豊岡健康福祉事務所	26-3660
_ '	, 111	八八旦	約	23日(火)	3.13 11.13	豊岡健康福祉事務所	健康管理課	
	++ 0-		. 5117	/- O+ //	A C 186 00	- 	ハキ/- 2.40年月26日 +D=火	— uni

※救急車を呼ぶべきか迷った時や、どの医療機関をいつ受診すればよいか分からない時に、24時間365日、相談無料 (通話料自己負担)でいつでも受け付ける短縮ダイヤル

相談

健康増進課から

こころの相談室

■1月9日逾13:00~16:30※1 人60分程度内こころの悩みを市 の臨床心理士や保健師に相談

こころのケア相談

■12月18日承13:30~16:30※ 1 人45分程度内心の悩み、不眠や 認知症の相談◆相談=精神科医 師・高石俊一さん

【共通事項】所立野庁舎対本人や 家族など他申込み必要。●論業● 個人の秘密は厳守申問



年始のUターン仕事相談会

■1月6日例9:00~16:00内相 談員による市内企業情報・仕事 情報の提供、各種助成金の紹介等 対市外在住で本市に就職・転職 を考えている学生や社会人甲必 要。詳細は二次元コー 🗨 📆 📆 🖳 ドから確認所問地域づ くり課(本庁舎2階)☆ □ 20年 21-9008

個別運動相談

■2026年1月4日圓10:00~20: 00(受付19:00まで)※1人1時 間程度內体組成測定、体力測定、 個別運動指導対20歳以上の市民 他申込み必要所申問ウェルスト
続・登記・多重債務・消費者問 ーク豊岡☎24-0582

保健師1月駐在日

城崎振興局	6・20日必					
竹野振興局	13・27日⊛					
日高振興局	8・22日⊛					
出石振興局	15・29日⊛					
但東振興局	8・22日衆					
時間9:00~16:30						

内保健師による健康相談他事前 に電話連絡が必要問健康増進課 ☎24-1127またはこども未来課 **2**24-9604

司法書士による無料相談会

■12月20日⊕13:00~16:00所 豊岡市民プラザ活動室A内相 27-0188

題・成年後見申2日前の17:00 までに間に電話※①目捌を除く 問兵庫県司法書士会但馬支部☎ 23-7817

土地家屋調査士による 無料相談会

■12月20日⊕13:30~16:00所豊 岡市民プラザ市民活動室B内土 地建物登記・土地境界町前日の 17:00までに間に電話問兵庫県 土地家屋調査士会但馬支部☎ 42-4734

行政書士による無料相談会

■12月20日⊕13:30~16:00所豊 岡市民プラザ市民活動室C内 遺言、相続、なんでも甲不要問 兵庫県行政書士会但馬支部☎

マイナンバーカードで自宅からスマホでe-Tax! ~「マイナンバーカード」と「電子証明書」の

有効期限に注意してください~

マイナンバーカードを利用したe-Taxを行うには、次の2種 類のパスワードが必要となります。

①利用者証明用電子証明書(数字4桁)

②署名用電子証明書(英数字6文字以上16 文字以下)

[マイナンバーカード]とマイナンバー カードに付与された[電子証明書]には有効 期限があり、更新手続きが必要です。

問豊岡税務署個人課税第1部門☎22-2144



2025年10月31日現在(前月比)						
豐	岡市の人口					
〔住民基本台帳(日本人+外国人)〕						

合 計	男性	女 性	世帯数
73,920人(-94人)	35,539人(-57人)	38,381人(-37人)	33,695世帯(-15世帯)

ひとりごと

▶食欲の秋ですね。美 味しいごはんをいただ けて幸せです。間食の お菓子を口に運ぶ手も 止まりません。お腹は どんどん育ちます。食 べ物を効率よく吸収し ているようです。仕事 も効率よくこなせるよ うになりたいな