

医療マップ



この地図の制作にあたっては、ジオテクノロジーズ株式会社の地図データベースを使用しました。
©2025 GeoTechnologies, Inc.

心と体のリラクゼーション法

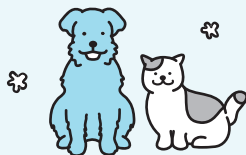
アロマセラピーを利用してみよう

アロマセラピーとは、植物の精油で、主にその香りをかぐことで健康に導くというもの。自分の好きな香りの精油をベースオイルで薄めてマッサージしたり、アロマポットに数滴垂らし、温めて香りを楽しみましょう。



動物や植物に癒される

動物に触れる「アニマル・セラピー」は、脈拍数や血圧が安定するなどの生理的な効果に加え、元気が出る、リラックスするなど、心理面でも大きなメリットがあるとされています。犬、猫、うさぎ、小鳥などのペットや、馬、イルカなどの動物と実際に手でふれあうことで、心身ともにリラックスできます。植物にふれることも精神的な癒しリラクゼーション効果があると注目されています。



愛車の健康法

日常点検や定期点検を習慣づけ、大切なクルマを長持ちさせましょう。「ちょっと変だ」と早めに異変に気付くことで、多くのトラブルを回避することができます。その為のアドバイスを紹介します。

意外と気付きにくいワイパーの交換

雨の日になくってはならないワイパーですが、劣化してくると拭きムラができたりびびり(拭き跡)が残り、かえって視界が悪くなることも。日頃から点検し、できれば1年に1度交換しましょう。

エンジンオイルの交換は定期的に

エンジンオイルは次第に汚れ、機能が低下します。交換時期はエンジンの状態や使用状況によって異なりますが、一般的に5,000~10,000km経過時(走行距離が少ない場合でも6ヶ月~1年ごと)とされています。オイルのグレードによって交換時期が定められているので、状況に合わせ、早めに交換しましょう。

ランプはこまめに点検を

車のランプ類はドライバーが状況を確認する他に、周りに対して意思表示を伝える役割もあります。安全に走行するために、日頃から故障しているランプが無い点検しましょう。



エンジンの点検は耳でもできる

水温計などの計器でエンジンの異常を確認する事は出来ませんが、エンジンから普段と違う音がしないかどうかでも確認は出来ます。ガラガラ・キューキューというような音がしたらすぐに点検しましょう。



クルマも環境も大切にしよう





🗨️ 排気ガスで健康チェックを

エンジンをかけたら排気ガスをチェックしましょう。無色のはずの排気ガスが黒ずんでいるなど、普段と異なる状態を発見したら早めに整備工場に相談しましょう。

🌀 タイヤ点検

タイヤは、唯一路面と接して重い車重を支えている、負担の大きなパーツです。ドライブに出かける前に、タイヤの寿命や溝の有無、空気圧などチェックしましょう。

📄 燃費チェックで健康診断

普段からガソリンを入れた時には燃費を調べて、燃費の変化に注意しましょう。燃費が悪くなったように感じたら点検しましょう。



知っておきたい!車のことQ&A

Q1 車の維持費は年間でどのくらいかかりますか?

A 使用用途や車種によって違いはありますが、車の維持費は大きく4つに分類されます。ガソリンなどの燃料費、定期点検・車検、部品、消耗品などのメンテナンス費、年間の任意保険料、自動車税も必要になってきます。他にも、保管場所によっては駐車場代なども考えられますので、車を購入する前には、これらも併せて考慮することが大切です。

Q2 車種によって支払う税金に違いはありますか?

A 排出ガスや燃費の性能など環境に配慮した度合いによって、車種や車齢ごとに税額の軽減または重課となる「グリーン化特例」が実施されています。(令和10年3月31日まで)これによって電気や天然ガスなどの低公害車は、新車購入時にかかる税率が大幅に軽減されています。一方で一定の車齢を越えたディーゼル、ガソリン、LPG車に対しては、増税もあります。細かな基準と条件がありますので、しっかり確認しておきましょう。

Q3 エコカーって何?

A 環境に優しい車を総称してエコロジーカー、略してエコカーと呼んでいます。エコカーにはいくつか種類があり、低燃費車やガソリンとは違った燃料(バイオ燃料・電気など)で走る車などがあります。最近話題を呼んでいるハイブリッドカーは状況に応じてエンジンと電動モーターを切り替えて走行する事により低燃費、低排出ガスを実現しています。現在、燃費基準適合車を対象にその環境性能に応じて自動車取得税・自動車重量税・自動車税が減税・免税されるということもあり、広く注目を集めています。

家づくり・リフォームの基礎知識 ①

STEP 1 具体的な計画をたてる

Point

- 時期、期間は？
- 予算は？

リフォームの目的から具体的な計画を立てましょう。この時点での情報収集も大切なポイントです。



STEP 2 事業者を決める～契約する

Point

- 施工業者の事業内容がリフォーム目的と合致しているか？
- 実績や業務内容を吟味。信頼できる事業者か？
- 候補を数社選んで同じ条件で見積書を提出してもらい検討したか？

契約前に疑問点・不安点は徹底的に確認しましょう。

見積書・提案書や契約書だけでなく、打ち合わせの際の資料やメモなど書類にはしっかり目を通し、保管しておきましょう。

STEP 3 着工

Point

- 工事に向けての準備や近隣への周知は大丈夫か？
- 工程表に基づいて進んでいるか？
- 変更・追加などが発生していないか？

定期的に施工業者から報告・連絡を受けるようにしましょう。

また、不安がある場合は施工業者の担当者を通じて確認するようにしましょう。

STEP 4 着工後

Point

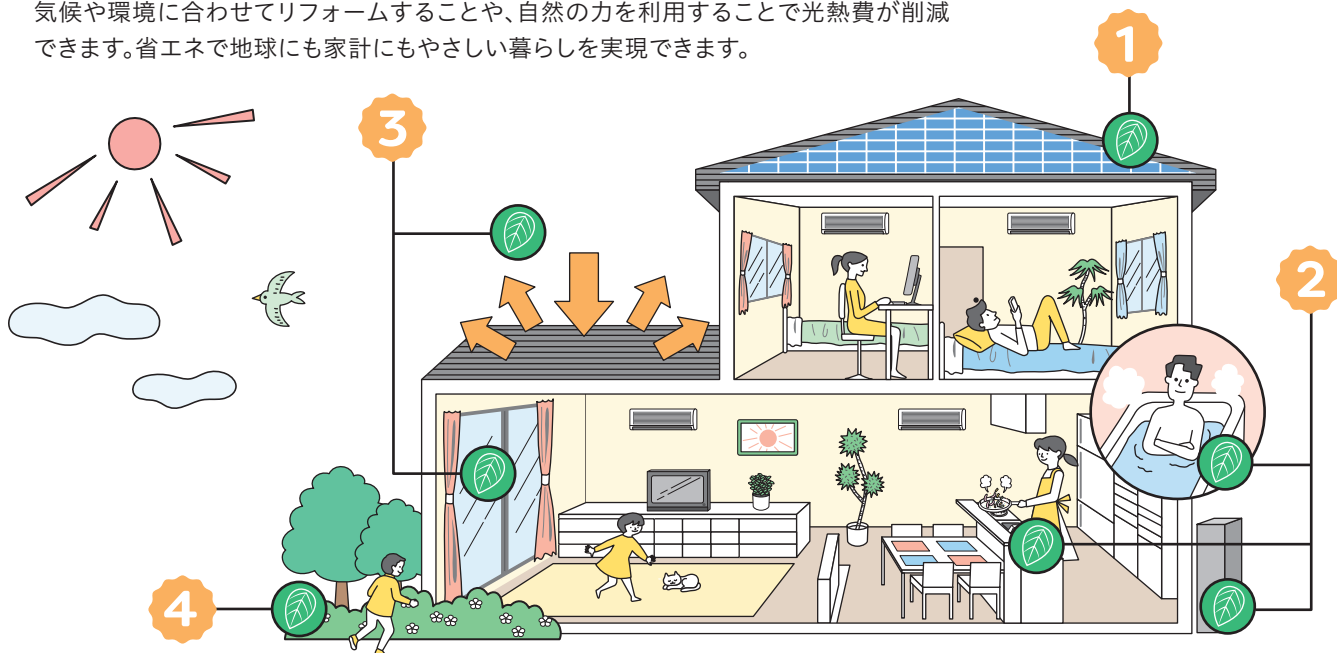
- 事業者立ち会いの下、確認をし説明を受けたか？
- 今後のメンテナンスや保証先を確認したか？



家づくり・リフォームの基礎知識 ②

エコ+リフォームで快適&地球にやさしい暮らし

気候や環境に合わせてリフォームすることや、自然の力を利用することで光熱費が削減できます。省エネで地球にも家計にもやさしい暮らしを実現できます。



1 太陽エネルギーの利用

太陽電池を利用して、太陽光エネルギーを電気に変える太陽光発電システム、太陽熱により水を温める太陽熱温水や床暖房などがあります。



3 外壁および窓などの断熱化

外壁、屋根、天井や床などの断熱性能を高めると、屋外との熱の出入りが減るため冷暖房の効果が高まります。窓は、熱の出入りが大きいため断熱性能に大きく影響します。ガラス自体を複層ガラスにしたり、二重サッシにしたりなどの方法により断熱性能が向上、二重サッシは、結露の防止にもなります。

2 給湯設備

ガスで発電し、排熱を給湯や暖房に利用する家庭用コージェネレーションシステムや、省エネ効果の高い高効率給湯器などがあります。

4 自然を取り入れる

壁やベランダにツタ植物を植え、緑のカーテンで夏の日差しを避けたり、家の中の風通しをよくするなど、自然を上手に取り入れましょう。



家づくり・リフォームの基礎知識③

住まいの整備に関する補助金

介護保険制度では、「要支援1～2」や「要介護1～5」と認定された方が、自宅で生活をしやすい住環境にするための手すりの取り付けや段差解消などの、住宅改修に対して費用が支給されます。

また介護保険制度とは別に、高齢者向けや障がい者向けに住宅改修に助成金を支給しているところもあります。工事をお考えの際には事前に自治体に相談してみると良いでしょう。



業者の探し方

最近では自社ホームページを持っているリフォーム会社も多いようです。ポストに入ってくるチラシも情報収集のチャンスです。

またご近所や知り合いでリフォーム工事をした家があったら、その会社がどんな対応だったか聞いてみるのも一つの手です。



バリアフリー住宅

バリアフリー住宅は、お年寄りや障がいを抱えている方でも住みやすい生活をおくれる住宅のことです。床の段差をなくしたり、階段に手すりを取り付けるなどいつまでも安全で暮らしやすい家で子どもから高齢のご両親まで、みんなが居心地よく住めることが重要です。



リフォームと建築基準法

リフォーム時には、住宅に関する法律についても知っておく必要があります。通常業者さんが把握しており問題の起こることはあまりありませんが、知っておきたい法律としては建築基準法があります。

建築基準法は住宅の安全性、居住性、周辺環境への配慮を目的としている法律で、新築だけでなくリフォーム時にも適用されるので注意が必要です。

自然塗料

室内の床や壁、柱、家具などの木製品の多くは、何らかの塗装がされています。特に大量生産の製品はそのほとんどに化学塗料が使われています。

近年、シックハウス症候群の原因となる、化学物質による室内の空気汚染が問題視されています。お子さんやご家族がアレルギー体質なら業者にまず相談する必要があるでしょう。



自分で見つける危険な症状 ～あなたのお家は大丈夫？ 耐震チェック～



10の耐震チェックポイント

一つでも該当する項目があれば、専門家に相談しましょう。

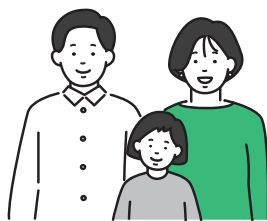


間取りや構造によって差はありますが、在来工法で建てられた住宅の代表的な例をもとに10の項目を挙げました。

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|----------------------|--------------------------|
| 1. 昭和56年度(1981年)以前の建物である | <input type="checkbox"/> | 6. 大きな吹き抜けがある | <input type="checkbox"/> |
| 2. 過去に大きな災害に見舞われたことがある | <input type="checkbox"/> | 7. 2階の外壁の直下に外壁がない | <input type="checkbox"/> |
| 3. 必要な手続きを行わずに増築している | <input type="checkbox"/> | 8. 1階の外壁に壁がない面がある | <input type="checkbox"/> |
| 4. 腐ったり白蟻の被害など老朽化している | <input type="checkbox"/> | 9. 屋根には重い建材を使用している | <input type="checkbox"/> |
| 5. 建物の平面が不整形(複雑な平面)である | <input type="checkbox"/> | 10. 基礎が鉄筋コンクリート造ではない | <input type="checkbox"/> |



快適な
暮らしのために



リフォームの疑問

Q1 リフォームの費用はどのくらいかかりますか？

A 改装の範囲で変わっていきます

建物の一部分の改装もリフォームですし、全面改装でもリフォームです。当然のことですが、手を加えれば加える程かかる費用は増えていきます。例えば、畳敷きの6畳間をフローリングに替える場合は十数万円ですが、家全体に及ぶ大掛かりな改装の場合は、建替えの方が安くなる事もあります。

Q2 満足いくリフォームのポイントは？

A まずは現在の不満点を挙げてみましょう

現在のお住まいの不満のある所をリストアップする事をおすすめします。そうする事でただ漠然と不満に感じていた事も具体的に検討出来るようになり、優先順位をつけて内容の整理もしやすくなります。

また、キッチンなどの設備の取り替えをお考えの場合は、ショールームなどで実際に見て触ってみる事も重要です。

Q3 信頼のおける業者とは？

A 2～3社は候補を挙げて比較しましょう

- 費用の安さで決めずに、契約内容に納得した上で契約をかわしましょう。
- 建築士や増改築相談員などの資格者がいるか確認しましょう。
- 経験豊富で実績がある事業者かどうか確認しましょう。
- アフターフォローはどうか、必ず確認しましょう。



空き家対策の基礎知識

空き家は、個人の財産です。管理は所有者の責任において行っていただく必要があります。空き家を適切に管理せず、放置することで、さまざまなリスクが生じてしまうことにご注意ください。



空き家を放っておくとどうなるの？

RISK 1 倒壊の危険性が高まります。

空き家を放置すると劣化が進み、建物の倒壊や部材の飛散の危険性が高まります。空き家が原因で事故が生じた場合は、損害賠償責任を負う可能性があります。



RISK 2 市から法的措置を受ける可能性があります。

保安上、著しく危険となるおそれのある空き家等については、市から法に基づく措置（指導、勧告、命令、代執行など）を受ける可能性があります。措置を受けると50万円以下の過料を処されたり、代執行にかかった費用を請求されることとなります。



RISK 3 処分が困難になります。

所有者が亡くなった後に相続手続きをしないままにしておくと、相続人が大変な数になってしまうことがあります。空き家を処分（売買・解体）するには、相続人全員の同意が必要となりますが、いざ処分しようと思っても権利者が増えてしまっていると、同意を得ることが非常に困難になってしまいます。

このページは有料広告ページです。
(株)サイネックスによる編集ページです。



快適な暮らしのために



葬儀とお墓の豆知識

故人の宗教に合わせた作法を

知っておきたい葬儀のマナー

故人を悼み、遺族への哀悼を表すために必ず焼香が行われる仏教に対して、神道では故人の霊が子孫を守る守護神となる儀式であると考え、葬儀以降の儀式にも「祭」がつきます。死を「故人を神のみもとへ送る」とされるキリスト教では、祈りは神に捧げるもので、葬儀は遺族を慰め、励ますために行われます。このように宗教によって葬儀の行い方にも異なったルールがあることを知っておきましょう。

宗教別	拝礼の方法	不祝儀袋	不祝儀袋の書き方
仏教	焼香・線香・数珠	白黒や双銀の結び切りで、のしはつけない。	御仏前・御霊前 御香典・御供物料
神道	玉串奉奠・手水	双白や双銀の結び切りで、のしはつけない。	御柩料・玉串料 御神饌料・御霊前
キリスト教	献花	水引、のしは付けない。白封筒か十字架やユリの花が描かれた不祝儀袋。	御花料・御ミサ料 御霊前
無宗教	献花など	白黒の結び切りで、のしはつけない。	御花料・御霊前 などが無難



※掲載の記事に関しましては、一般的な様式を掲載したものであり、各宗教や宗派または地域により異なる場合がございます。

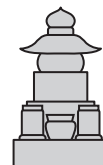
知っておきたいお墓の種類

お墓には、霊園や寺院に見られるような「墓石」のほかに「納骨堂形式」もあります。墓石には和型、洋型、和洋折衷型、オリジナルのデザイン墓石などがありますが、これらは宗派や故人、家族の考えによって選ばれるものです。



和型

最も標準的な形のお墓です。竿石の下に上台石（じょうだいいし）、下台石（げだいいし）を重ねた形が多く見られます。



和型供養塔

現在の和型墓石が広く普及する以前に多く作られた、供養塔の形をしたお墓です。



洋型

芝生墓地やガーデニング霊園、西洋風霊園などの増加とともに、西洋風のお墓も増えてきました。



デザイン墓石

伝統的な形にとられず、故人の趣味や個性を反映したオリジナルのデザインを施したお墓を選ぶ方も増えています。



仏壇・仏具Q&A

Q1 お仏壇を購入するのにいい日にちってありますか？

A 「思い立ったが吉日」という言葉にもあるように、お仏壇を購入または買替えるのに、良い日・悪い日というはありません。

Q2 どんなお仏壇を購入すればいいですか？

A 宗派・地域によりおまつりするお仏壇に違いがあります。それを踏まえた上で、おまつりする場所にあった大きさ、デザイン、色、材質などで選ばれるとよいでしょう。

Q3 お仏具とお供えものはどんなものが必要ですか？

A 仏具とは、お仏壇を飾り、毎日お供えするご飯、花やお茶、果物などをお供えする用具、器などをさします。宗派により用いる仏具が異なります。

葬儀について ~故人の宗教に合わせた作法を~

日常生活の中で、できるだけ考えたくないことかもしれませんが、どのような人生にも終焉は訪れます。いざというとき慌てないために、基本的な葬儀や法要の流れ、会葬のマナーは心得ておきましょう。

弔事の流れ~臨終から法要まで~

葬儀は人生最後の儀式。弔事の一つひとつにしきたりがあり、意味があります。地方によって、また宗教や宗派によって名称や作法は異なりますが、大方の流れは次のようになります。

● 臨終

遺体を北枕に安置し、喪主、儀式的形式と日取り、葬儀社を決めて依頼し、寺院や知らせるべき人に連絡します。

● 通夜の準備

枕飾りをして遺体を安置。喪服、遺影の準備と世話役との打ち合わせ。戒名の依頼や隣近所への挨拶、死亡届の手配も行います。

● 通夜

故人との別れを惜しみ、夜通し香と灯火を絶やさず遺体を守ったのが本来の通夜ですが、最近では数時間ほどで終わる形式が多くなりました。通夜が終了した後は、通夜ぶるまいとして親族や親しい人に食事を振る舞ったり、代わりに折り詰めなどを渡したりすることもあります。

● 葬儀・告別式

通夜の翌日に、死者を弔うのが葬儀で、故人に別れを告げるのが告別式です。読経の後、遺族、親族が焼香し、参列者の焼香へと移ります。

● 出棺・火葬

最後の対面の後、別れの花などを行い、遺族の手で霊柩車へ。会葬者は合掌して見送ります。

※葬儀・告別式の前行う場合もあります。

● 火葬・骨上げ

火葬の前に全員が焼香。火葬終了後は、二人一組になって箸で遺骨をはさみ骨壺に入れる骨上げを行います。

※葬儀・告別式の前行う場合もあります。

● 還骨回向

持ち帰った遺骨、位牌を祭壇に安置し、僧侶が読経する中、遺族による焼香が行われます。このとき、本来7日目に行う初七日法要を、繰り上げてとりおこなう場合が多くなっています。

● 精進落し

法要後、お世話になった人に感謝と慰労の気持ちを込めて喪主が挨拶。遺族が酒と料理でもてなし、故人をしのびます。

● 追善供養

初七日に始まり、三十五日、四十九日、百か日と、お経を上げて、お香で供養します。このとき納骨を行う場合もあります。

● 年忌法要

一周忌に始まり、2年目の三回忌、6年目の七回忌、その後十三回忌、十七回忌、二十三回忌、二十七回忌、三十三回忌、三十七回忌、五十回忌と法要を続けます。三十三回忌または五十回忌をもって、弔上げ(最終の年忌法要)とする場合が多くなっています。



豊岡商工会議所

経営のことなら、どのようなことでも
豊岡商工会議所にご相談ください！

“会員とともに地域とともに”
元氣な豊岡を創ることを目指します。

豊岡商工会議所では、創業希望者や現在事業を営む経営者のみなさまの様々な課題、お悩みに対して、当所の経営指導員や、連携する各分野に精通した専門家が、創業期から事業の安定・成長期、事業承継期に至るまで、すべての経営ライフサイクルに応じて伴走支援をいたします。



会議所は“相談できる場所”、みなさんの「こうしたい」のお手伝いをします。

support.1	support.2	support.3
経営に関する相談がしたい 経営相談・ 専門家派遣制度	独立して事業を始めたい 創業支援	運転・設備資金を調達したい 融資・補助金
support.4	support.5	support.6
帳簿や申告書の正しい 書き方を知りたい 記帳指導・税務相談	福利厚生の充実、 もしものリスクに備えたい 共済・保険・会議所健診	事業のPR、 販路開拓や人脈を広げたい 販路拡大・交流会・ 展示会・チラシ折込
support.7	support.8	support.9
事業を円滑に引き継ぎたい 事業承継	労働保険の事務を委託したい 労働保険事務組合	人材確保・社員のスキルを 伸ばしたい 求人情報サイト・ 各種セミナー・検定事業

豊岡商工会議所のご案内

兵庫県豊岡市大磯町1-79 じばさん但馬6F

TEL 22-4456

ホームページ▶



公式LINE
友達追加▶



お気軽に
お問合せください



年会費

法人／10,000円／年～（1ヶ月当たり800円余） 個人／5,000円／年～（1ヶ月当たり400円余）

※年会費額は、事業所の従業員数・資本金額等により決まります

豊岡市商工会

商工会って どんなところ？

商工会は、法律(商工会法)に基づいて設立された法人で、地域の商工業者を支援し、地域経済を活性化させることを目的としています。市民の皆様の「暮らし」に欠かせない、様々なお店やサービス、企業を応援し、豊岡の街全体を元気にする活動を行っています。

地域を支える商工会の役割

地元企業への支援

豊岡の企業の成長をサポートすることで、市民の皆様への安定した商品やサービスの提供、雇用の創出に貢献しています。

地域づくりへの貢献

地域振興、観光振興など、「地域づくり」の推進役となり、豊岡の魅力を高める活動をしています。

安心できる地域経済の基盤づくり

豊岡市内で事業を営む方々を総合的にサポートし、社会一般の福祉の増進に資することを目指しています。

地域に夢を、 企業に繁栄を！



こんなお店を応援しています！

商工会は、様々な悩みを抱える地域の事業者寄り添い、持続可能な経営の伴走支援を行っています。

事業者のお悩み例	商工会の支援内容
ネットやチラシでPRするには？	効果的な集客・販売促進の方法をアドバイスします。
商品構成や価格設定に悩んでいる	経営戦略を見直し、安定した経営をサポートします。
設備を新しくしたい	事業に必要な資金調達や補助金の相談に乗ります。
外国人のお客様への対応は？	インバウンド対応など、新しい時代の顧客対応を支援します。

経営のお悩みに寄り添い、 共に解決を図ります！



豊岡の「未来」を創る支援！

● 創業・起業を応援！

新しい事業が生まれることは、豊岡市に新しい雇用を生み出し、市民の皆様の暮らしが豊かになることに直結します。あなたの夢を、一緒に実現します。

創業時のお悩み例	商工会の支援内容
事業計画の立て方がわからない	ロードマップ(事業計画書)作成をサポートします。
資金をどう調達すればいいの？	融資制度や補助金・助成金の申請を丁寧にサポートします。
行政手続きが複雑そう	創業の手続きや労務・税務などをサポートします。

● 大切な事業を未来へ！事業承継支援

長年地域に貢献してきた大切な事業を、次の世代へ円滑に引き継ぐための「事業承継」を支援しています。後継者育成や、親族・第三者承継(M&A)など、多様な選択肢を提示し、検討をサポートします。承継のスケジュール作成から、事業・資産の評価、必要な手続きまで、計画的な承継を支援します。「事業承継の進め方がわからない」といった、既存事業の引継ぎに関するご相談にも応じています。

豊岡市商工会のご案内

豊岡市商工会本部 / 日高町祢布920 TEL 42-4751 HP <https://ingnet.jp>

商工会ホームページ▶



お気軽に
お問合せください



城崎支部 / 城崎町桃島1057-1 TEL 32-4411
竹野支部 / 竹野町竹野1582-1 TEL 47-1771
日高支部 / 日高町祢布920 TEL 42-1251

出石支部 / 出石町内町104 TEL 52-2113
但東支部 / 但東町出合150 TEL 21-9115

ごあいさつ

当地区医師会会員は地域の皆様の健康と生命を守るために、病院と診療所、診療所と診療所の連携を基軸にして公正で適切な医療を提供し、また保健・福祉部門との連携を密にすることによって住民の皆様の生活の質を高め、住民の皆様が生きがいを持って暮らすことが出来るように健康に関連する事業を実施しています。

我々個人で運営する診療所が多数であります。公立病院と連携し、多くの医療人と共に協調して診療するシステム医療へ、質の高い医療提供へ、閉鎖的な医療から、オープンな医療活動など推進すべく、「和を尊び、議論を尽くし、協調して行動する医師会」「風通しの良い開かれた医師会」をめざし日々活動しています。

私たち医師会会員は豊岡市の開業医とその地域病院、そして香美町香住区の病院、開業医の先生方と一緒に豊岡市医師会として活動しています。

豊岡市医師会員一覧表 病院・診療所

病院・診療所

令和8年4月現在(地域別医療機関名五十音順)

地域	医療機関名	所在地	電話番号
豊岡	あかつきホームケアクリニック	泉町6-3	37-8363
	いがらし医院	城南町5-11	29-2766
	うえだあかちゃんこどもクリニック	九日市下町119	22-0700
	浮田整形外科医院	若松町7-5	29-0017
	江本内科クリニック	江本503	29-0333
	えんどう医院	千代田町9-3	22-2003
	大井医院	城南町8-12	24-1001
	大西眼科医院	幸町1-27	24-2424
	小幡内科医院	中陰376-22	24-2511
	川端整形外科	正法寺34	24-6688
	きょうこ内科クリニック	寿町2-36	24-7772
	クリニック富江	若松町5-38	22-3100
	小西整形外科医院	中央町3-36	29-0855
	小林こどもクリニック	高屋987-3	29-3353
	さくらクリニック	弥栄町1-32	23-8668
	しば耳鼻咽喉科医院	戸牧299-8	29-0115
	しみず内科クリニック	正法寺631	29-3100
	高石医院	元町12-6 アクシス元町	34-6399
	ちば内科・脳神経内科クリニック	九日市下町5-1	22-7000
	中治内科クリニック	京町5-43	24-1890
中島医院	高屋1054	24-9500	
中田医院	瀬戸77-20	28-2016	
はながき皮フ科・形成外科クリニック	野田149-3	26-1231	

地域	医療機関名	所在地	電話番号
豊岡	風発達クリニック	戸牧1029-11	37-8001
	舟木内科医院	京町3-21	22-3538
	もりやま診療所	桜町11-7	23-5100
	やすだ内科クリニック	戸牧37-5	22-1159
	ゆう眼科クリニック	戸牧535-1	22-1146
	吉田クリニック	土淵133-1	26-8188
	ろっぽう診療所	今森465-1	24-7007
城崎	浅見医院	城崎町湯島349-1	32-2610
竹野	内山医院	竹野町竹野344	47-0010
	賀嶋医院	竹野町竹野2510	47-0005
日高	すず内外科クリニック	日高町上石230-2	42-0885
	谷垣医院	日高町伊府660	44-0010
	つるさこ耳鼻咽喉科	日高町土居170-1	42-5800
	のだ内科クリニック	日高町岩中212-1	42-1022
	長谷川クリニック	日高町国分寺400-13	42-3955
	前田クリニック	日高町東芝250	43-1100
	やさか眼科クリニック	日高町国分寺647-1	34-8655
出石	中沢医院	出石町本町66	52-5803
	藤原医院	出石町松枝105	52-2301
	やまいけ眼科	出石町福住1316	52-6441
	由良内科クリニック	出石町八木36	52-2006
	和田内科クリニック	出石町町分131-3	53-2788
但東	合橋診療所	但東町出合76	54-0011

公立病院

公立豊岡病院	戸牧1094	22-6111
公立日高クリニック	日高町岩中81	42-1611
公立出石医療センター	出石町福住1300	52-2555

市立診療所

森本診療所	竹野町森本513-1	48-0001
神鍋診療所	日高町栗栖野60-34	45-0003
資母診療所	但東町中山788	56-0303
高橋診療所	但東町久畑126	55-0036
休日急病診療所	立野町12-12	23-9219

★この一覧表は、豊岡市医師会からの資料提供により作成しています。
※診療内容、時間などの詳細は、直接各医療機関にお問い合わせください。

豊岡市歯科医師会

ごあいさつ

この度は、豊岡市くらしの便利帳が3年ぶりに発刊される事となり大変喜ばしく思います。豊岡市は兵庫県下で最も広い面積を占める市となっており、豊岡市歯科医師会はこの広範囲にわたる豊岡市の地域医療に貢献致しております。豊岡市行政と共に、乳幼児歯科健診、学校歯科健診、市民歯周病検診、在宅歯科診療並びに障がい者(児)歯科医療、訪問歯科など多岐にわたり行っており、市民への情報提供など、歯科診療について様々な啓蒙啓発事業を行政と協力して推進しております。

「最近、食事がしにくい」「むせることが増えた」と感じることはありませんか?それは「オーラルフレイル(お口の衰え)」のサインかもしれません。お口の機能を維持することは、一生美味しく食べ、元気に笑うための土台です。歯周病予防は全身の健康維持にもつながります。大切なのは、痛みが出る前に「かかりつけ歯科医」を持つこと。定期的なプロのメンテナンスで、お口の環境を整えましょう。

豊岡市民の皆様が、健やかな毎日をご過ごせるよう、私たち歯科医師会はサポートいたします。まずは、お近くの歯科医院へお気軽にご相談ください。



お口元気で100年時代、お口の元気はからだの元気



豊岡市歯科医師会員一覧表

令和8年4月現在(地域別医療機関名五十音順)

地域	医療機関名	所在地	電話番号	地域	医療機関名	所在地	電話番号
豊岡	あだち歯科クリニック	大手町8-5 アピックスαビル4階	24-4182	豊岡	ともえ歯科	若松町7-11	26-6480
	あぼ歯科医院	高屋八坂通968	24-0730		中村歯科クリニック	小田井町17-10	22-8241
	大井医院・歯科	城南町8-12	26-1004		はっとり歯科クリニック	下陰池ノ内575-1	20-3434
	おはら歯科クリニック	寿町11-3	22-1182		まつもと歯科医院	江本523-1	24-6840
	かどの歯科医院	大手町4-5	22-8119		やすふく歯科医院	塩津町2-16	23-4555
	金下歯科医院	戸牧295-5	26-4618	城崎	河原歯科医院	城崎町桃島1292-6	32-2247
	きづき歯科医院	寿町1-31	24-1814	日高	あかまつ歯科医院	日高町岩中643-6	42-1010
	クラノ歯科・矯正歯科 クリニック	九日一丁64-5	34-6272		あんず歯科クリニック	日高町土居48	42-3440
	黒住歯科クリニック	京町5-43	22-4536		古田歯科医院	日高町国分寺400-10	42-2510
	澤田歯科医院	中陰45	23-7077		山科歯科医院	日高町国分寺878-8	42-4109
	砂治歯科医院	昭和町1-35	22-6000		由良歯科医院	日高町夏栗488	42-5700
	武田歯科医院	中央町9-37	22-2401	出石	うおさき歯科クリニック	出石町町分391-8	52-3456

★歯科医院の情報は、豊岡市歯科医師会からの資料提供により作成しています。
※診療内容、時間などの詳細は、直接各医療機関にお問い合わせください。



一般社団法人 但馬薬剤師会豊岡部会

薬剤師会の主な活動 ～市民の健康な生活を確保するために～

▶ かかりつけ薬剤師(薬局)

かかりつけ薬剤師は病院・診療所から処方される薬や市販薬等の服薬状況を患者さん毎に一元的・継続的に把握し、薬の重複や相互作用、副作用を防止します。また、かかりつけ医と連携して安全で安心な最適な薬物治療を提供するとともに健康相談などのサポート機能も備えています。日頃から薬のことを何でも相談し易いかかりつけ薬剤師(薬局)をお持ちください。

▶ 休日急病診療所

豊岡市には応急的な内科診療に対応するため、休日急病診療所が設置されています。薬剤師会では診療所内で処方されるお薬の調剤・指導業務を輪番で担当しています。休日における体調不良時にはご利用ください。

▶ 学校薬剤師

認定こども園を含む幼稚園・小学校・中学校・高等学校・特別支援学校に学校薬剤師の配置が必要であり、薬剤師会より派遣しています。子供たちの健康・生活環境を守るため、校内のお薬の管理はもとより水質・換気・照度検査等の公衆衛生についても管理・指導しています。



地域の皆様の健康をお薬の供給・管理や公衆衛生向上を通して支援致します。

豊岡市内保険薬局一覧表

令和8年4月現在(地域別薬局名五十音順)

地域	薬局名	所在地	電話番号
豊岡	あいらす薬局 元町店	元町1-11	34-6131
	いしつぼ薬局	下陰7	24-2244
	京町センター薬局	京町3-23	24-2960
	キロ口調剤薬局	野田字仁倉149-1	24-7878
	九日市センター薬局	九日市下町119-4	29-0096
	コスモス薬局城南	城南町11-3	26-3177
	コスモス薬局大開	千代田町9-5	29-3515
	コスモス薬局豊岡	城南町9-19	22-7887
	コスモス薬局中筋	土淵133-5	29-2288
	コスモス薬局正法寺	正法寺612-1	26-5020
	ゴダイ薬局 江本店	江本496-1	090-2866-5773
	ゴダイ調剤薬局豊岡千代田店	千代田町1-17	090-2866-8230
	(株)小西薬局	中央町3-37	23-0051
	すずらん薬局	小田井町17-6	29-0071
	たいよう薬局	高屋字八坂通987-4	22-1122
	但馬調剤薬局豊岡店	戸牧944-6	26-7500
	但馬調剤薬局戸牧店	戸牧534-4	22-0744
つじとく薬局正法寺店	正法寺字上中通106-1	29-3172	
豊岡薬局	千代田町8-21	22-2946	
ニコニコ薬局 豊岡店	九日市下町5-6	20-8003	
阪神調剤あかり薬局店	戸牧300-1	22-8880	
阪神調剤アヤマ薬局店	正法寺570-4	26-6622	

地域	薬局名	所在地	電話番号
豊岡	阪神調剤いちご薬局店	戸牧37-2	29-3855
	阪神調剤薬局豊岡店	戸牧1094	29-1715
	宮本薬局	寿町7-4	24-3626
	めぐみ調剤薬局	京町4-16	26-5588
	薬局クリアさくら町店	桜町11-7	34-6508
城崎	城崎 かがやき薬局	瀬戸77-6	28-3070
	すみれ薬局	城崎町湯島147	32-3945
竹野	ゴダイ薬局 竹野店	竹野町竹野2508-3	080-8506-8434
出石	あいらす薬局ひまわり店	出石町町分134-2	52-6881
	出石センター薬局	出石町福住1315	53-2233
	すずらんもりもと薬局	出石町八木33	52-2603
	福住みどり薬局	出石町福住376-6	53-2251
	由良薬局	出石町町分21-1	52-5868
日高	アヤマ薬局日高店	日高町土居170-5	43-1668
	きたみ薬局	日高町土居206-1	42-4891
	ゴダイ薬局日高パーク店	日高町祢布1035-1	090-2866-6259
	サンロードナカノ薬局	日高町日置23-14	42-2945
	日本調剤日高薬局	日高町岩中208	43-1681
	阪神調剤薬局 国府店	日高町上石230-6	43-1501

★この一覧表は、一般社団法人但馬薬剤師会豊岡部会の資料提供により作成しています。
※開局時間などの詳細は、直接各薬局にお問い合わせください。



お持ちですか?「お薬手帳」

● 持って安心!! お薬の記録

処方されたお薬を正確に記録するための手帳です。医師や薬剤師に見せることによって、薬の重複、飲み合わせの確認や、適切な処置を迅速に行う上で役に立ちます。

● 薬局では処方箋と一緒にお願いします。

● 一人一冊にまとめましょう。

病院・薬局ごとに分けてしまうと、必要な確認が出来なくなります。

● 救急外来や災害時にも

急病で救急外来にかかる場合、飲んでいる薬を聞かれます。服薬中の薬がわかると適切な処置が迅速に行われます。