12月の主な相談 DECEMBER

内容	日・曜日	時間	場所	問合せ	電話
人権相談	1日(火)	13:30~16:00	竹野庁舎	多様性推進・ジェンダーギャップ対策課	23−0341
	2日(水)		城崎庁舎		
			出石ふれあいセンター		
	3日(木)		但東健康福祉センター		
	9日(水)		豊岡健康福祉センター		
			日高地区コミュニティセンター		
行政相談	8日(火)	13:30~15:30	豊岡健康福祉センター	秘書広報課 [電話相談] 総務省 行政相談センター きくみみ 0570−090110	21−9035
			但東庁舎		
	1日(火)		竹野庁舎		
	10日(木)		日高地区コミュニティセンター		
	9日(水)		出石庁舎		
身体障害者相談(要予約)	2日(水)	13:00~16:00	豊岡健康福祉センター	社会福祉課	24−7033
視覚障害者相談(要予約)	25日(金)	13:00~15:00	豊岡健康福祉センター		
知的障害者相談	9日(水)	9:00~11:00	立野庁舎		
精神保健福祉なんでも相談	10日(木)	10:00~12:00	竹野健康福祉センター		
	24日(木)		但東健康福祉センター		
ひきこもり相談	毎週月~金	10:00~16:00	豊岡健康福祉センター	ドーナツの会 (不登校相談も含む)	26−1101
もしもし電話健康相談	毎週月~金	9:00~17:00		健康増進課	22−7700
心配ごと相談	毎週月~金	8:30~17:30	豊岡健康福祉センター	豊岡市社会福祉協議会	23−2573
結婚相談	5日(土)	13:30~16:00 (受付は15:30まで)			
	9日(水)				
	19日(土)				
	23日(水)				
法律相談 (予約受付開始12/1(火)8:30~) (先着8人・電話予約のみ)	8日(火)	13:00~16:00 (時間指定不可)			
不登校相談	毎週月~金	9:00~17:00	アイティ7階	こども支援センター	24−8303
発達にかかわる相談					
子育て家庭相談					21−9003
子どもの成長に関する相談	毎週月~金	8:30~17:15		こども未来課	24−9604
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		
農地に関する相談	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
Uターン就職相談	毎週月~金	9:00~16:30	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
ものづくり相談	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
消費生活相談(原則要予約)	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
外国人生活相談 Advisory Service	毎週月~金	9:00~16:00	市役所多様性推進・ジェンダーギャップ対策課	多様性推進・ジェンダーギャップ対策課	23−0341
結婚・出会いに関する相談 ※完全予約制(HPを確認ください)	月~金+第2・第4(日)	9:00~17:00	アイティ4階 「みらい応援Room」	地域づくり課 ハートリーフ事務局	21−9100
但馬地域 小児救急医療電話相談	毎日	19:00~22:00			22−9988
救急安心センターひょうご※2	24時間365日			・短縮ダイヤル・＃7119 ・直通ダイヤル・078-331-7119	
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☎＃8000 ・ダイヤル回線、IP電話 ☎078-304-8899	
	日・祝日	8:00~翌朝8:00			
エイズ・肝炎検査 要予約	8日(火)	9:15~10:45	豊岡総合庁舎 豊岡健康福祉事務所	豊岡健康福祉事務所 健康管理課	26−3660
	22日(火)				

※毎週の相談日は、祝・休日を除く

※2 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

①こころのケア相談・②こころの相談室

日①12月17日㈭13:30～16:30(45分程度)
②１月８日㈮13:00～16:30(60分程度)
内①精神科医師、②臨床心理士・保健師の相談
対本人や家族など(①は18歳以上)
【共通事項】
所豊岡市役所立野庁舎
他申込み必要▷個人の秘密は厳守
申問健康増進課☎21-9095

個別運動相談

日１月10日㊐10:00～20:00(受付19:00まで)
※１人15～30分程度
内体組成測定、体力測定、個別運動指導
対20歳以上の市民
他申込み必要
所申問ウェルストーク豊岡☎24-0582

健康チェック＆相談会

日１月26日㈫13:30～15:30
所立野庁舎１階多目的ホール
内みそ汁の塩分濃度チェック、推定野菜摂取量の測定、血管年齢測定、体組成測定、握力・足指力測定、口腔(こうくう)内の酸性度測定、保健相談、栄養相談、歯科相談等
他予約優先
申問健康増進課☎24-1127

大人の発達障害に関する専門相談

日12月11日㈮午後
※１人80分程度
所立野庁舎
◆相談員＝トータルハーモニィ発達相談員
対市内在住の中学校を卒業した15歳以上で、発達障害の診断を受けている、もしくは疑われる本人またはその家族
※すでに専門機関で定期的な支援を受けられている方は不可
他申込み必要
申問社会福祉課☎21-9147
F24-4516

保健師１月駐在日

内健康相談
他事前に電話連絡が必要
問健康増進課☎24-1127
こども未来課☎24-9604

振興局	城崎	竹野	日高	出石	但東
日付	5･19日㈫	12･26日㈫	7･21日㈬	14･28日㈬	7･21日㈬

時間９:00～16:30

年始のUターン仕事相談会

日１月４日㈰10:00～16:00
所市役所本庁舎２階地域づくり課相談ブース
内相談員による市内企業情報・仕事情報の提供
対市外在住で本市にUターン就職・転職しようと考えている社会人および大学・専門学校等の学生
申必要※申込方法や詳細な内容は二次元コードから確認してください
問地域づくり課☎21-9008

専門家による無料相談会

日①行政書士による相談
12月５日㈯13:30～16:00
②司法書士による相談
12月19日㈯13:00～16:00
③土地家屋調査士による相談
12月19日㈯13:30～16:00
所①豊岡市民プラザ練習室Ｂ
②豊岡市民プラザ市民活動室Ａ
③豊岡市民プラザ市民活動室Ｂ
内①遺言、相続
②相続、登記、多重債務、消費者問題、成年後見
③土地建物登記、土地境界
申②２日前の17:00までに電話※先着６組※㈯㊡㊗除く
③前日17:00までに電話
問①兵庫県行政書士会但馬支部☎27-0188
②兵庫県司法書士会但馬支部☎23-7817
③兵庫県土地家屋調査士会但馬支部☎42-4734

豊岡市の人口〔住民基本台帳(日本人+外国人)〕

2026年10月31日現在(前月比)

合　計	男　性	女　性	世帯数
72,611人(－55人)	34,860人(－29人)	37,751人(－26人)	33,619世帯(+5世帯)

ひとりごと

豊岡の空模様は変わりやすい。「弁当忘れても傘忘れるな」と言われますが、私はよく傘を忘れます。不思議なことに、弁当だけは忘れたことがありません。傘を忘れたことには気づかなくても、弁当がないことにはすぐ気づきます。 Ⓙ