

- 保健センター ☎89-0610 ●健康福祉センター ☎92-1388 ●音羽福祉保健センター ☎88-7723
- 御津福祉保健センター ☎77-1500 ●休日夜間急病診療所 ☎89-0616 ●消防署 ☎89-0119
- 豊川歯科医療センター ☎84-7757 ●救急医療情報センター ☎(0532) 63-1133

モグモグ教室

期日 4月9日(木)・23日(木)
 ▶受付時間 9:45~10:00
 ▶会場 保健センター ▶対象
 平成20年11月生まれの子ども
 とその保護者 ▶内容 離乳食に
 ついての講話など ▶持ち物 母
 子健康手帳、バスタオル、スプ
 ーン、筆記用具 ▶申し込み 当
 日、会場へ

おふろ講座

妊婦や家族の方が、赤ちゃん
 のおふろの入れ方を体験します。
 期日 4月3日(金) ▶受付時
 間 13:15~13:30 ▶会場
 保健センター ▶持ち物 母子健
 康手帳、筆記用具 ▶申し込み
 当日、会場へ



ママのための体操教室

出産後、運動不足を感じてい
 る方にお勧めの教室です。
 日時 4月9日から5月28
 日までの毎週木曜日で全8回。
 10:00~11:00 ▶会場 健康
 福祉センター ▶対象 平成20
 年5月から10月までに生まれ
 た子どもとその保護者 ▶定員
 25組 ▶持ち物 運動のできる
 服装、タオル ▶申し込み 3月
 26日(木)から、先着順に受
 け付け。電話で、保健センター
 へ



心の健康相談「ポラリス」

心の病を心配している方やそ
 の家族の方、気軽にご参加くだ
 さい。
 日時 4月1日(水) 9:30
 ~1人1時間程度(予約制) ▶
 会場 保健センター ▶内容 保
 健師による心の相談 ▶申し込み
 電話で、保健センターへ

つかもう元気会

いつまでも若々しく日常生活
 を過ごす方法を、仲間と一緒に
 活動しながら見つけてみません
 か。

閉じこもり予防「たまり場」

活動量が不足したり家に閉じ
 こもったりすることは、老化を
 加速させる大きな原因となり、
 要介護状態への引き金にもなり
 ます。

「出掛ける場所が欲しい」「誰
 かと話がしたい」「何かを始め
 たい」と思っている方、ぜひお
 越してください。

くわしいことは、介護高齢課
 (89-2173)へ、お問い合わせ
 ください。

期日 4月7日から28日まで
 の毎週火曜日。9:45~11:
 00 ▶会場 南部地域包括支援
 センター ▶内容 簡単体操・ス
 トレッチ、脳トレーニング、交
 流など ▶対象 市内在住のおお
 むね65歳以上の方 ▶申し込み
 当日、会場へ

くわしいこ
 とは、介護高
 齢課(89-
 2173)へ、お
 問い合わせく
 ださい。
 会場・時間・
 期日 右表の
 とおり ▶内容
 元気づくり
 の秘けつ、体
 力テスト、こ
 ころチェック、
 簡単体操、交
 流など ▶対象

会場 時間	西部地域包括 支援センター	保健センター	南部地域包括 支援センター	農業者トレーニ ングセンター
13:45~15:00	9:45~11:00	9:45~11:00	9:45~11:00	9:45~11:00
期 日	4月6日(月)	4月7日(火)	4月8日(水)	4月9日(木)
	4月13日(月)	4月14日(火)	4月15日(水)	4月16日(木)
	4月20日(月)	4月21日(火)	4月22日(水)	4月23日(木)
	4月27日(月)	4月28日(火)	5月13日(水)	4月30日(木)
	5月11日(月)	5月12日(火)	5月20日(水)	5月7日(木)
	5月18日(月)	5月19日(火)	5月27日(水)	5月14日(木)
	5月25日(月)	5月26日(火)	6月3日(水)	5月21日(木)
	6月1日(月)	6月2日(火)	6月10日(水)	5月28日(木)
	6月8日(月)	6月9日(火)	6月17日(水)	6月4日(木)
	6月15日(月)	6月16日(火)	6月24日(水)	6月11日(木)
	6月22日(月)	6月23日(火)	7月1日(水)	6月18日(木)
	6月29日(月)	6月30日(火)	7月8日(水)	6月25日(木)
	7月6日(月)	7月7日(火)	7月15日(水)	7月2日(木)
	7月13日(月)	7月14日(火)	7月22日(水)	7月9日(木)
	7月27日(月)	7月21日(火)	7月29日(水)	7月16日(木)
	8月3日(月)	7月28日(火)	8月5日(水)	7月23日(木)
	—	8月4日(火)	—	7月30日(木)
	—	—	—	8月6日(木)



親子ピタ・コチョコ歯みがき教室

期日 4月8日(水) ▶ 受付時間 9:45~10:00 ▶ 会場 保健センター ▶ 対象 平成20年7月生まれの子どもとその保護者 ▶ 持ち物 母子健康手帳 ▶ 申し込み 当日、会場へ



乳幼児健診

受付時間 13:00~13:30 ▶ 申し込み 当日、会場へ ▶ その他 4か月児健診では読み聞かせが、1歳6か月児健診ではフッ素塗布が、3歳児健診では尿検査があります。2歳児歯科健診でフッ素塗布の希望者は、640円(おつりのいらないように)が必要です

	期日・会場	対象	持ち物
4か月児健診	4月2日(木) 保健センター	20年11月11日から20日までに生まれた子ども	バスタオル
	4月7日(火) 健康福祉センター	20年11月21日から30日までに生まれた子ども	
1歳6か月児健診	4月8日(水) 保健センター	19年9月21日から30日までに生まれた子ども	歯ブラシ
2歳児歯科健診	4月9日(木) 音羽福祉保健センター	19年4月1日から10日までに生まれた子ども	歯ブラシ
3歳児健診	4月14日(火) 保健センター	18年1月1日から13日までに生まれた子ども	目と耳のアンケート (自宅で実施のこと)

▶ 母子健康手帳、赤ちゃんノートの健康診査票、筆記具をお忘れなく。
▶ 健診受診日に都合が悪い方は、保健センターへご連絡ください。

4月の予防接種

受付時間 13:45~14:30 ▶ 対象 ポリオ=生後3か月以上7歳6か月未満で、今までに1回接種、または接種したことがない子ども ▶ BCG=生後6か月未満の子ども ▶ 持ち物 母子健康手帳、赤ちゃんノートの予診票 ▶ 申し込み 当日、会場へ

■ポリオ

期日	会場
4月6日(月)	保健センター
4月13日(月)	健康福祉センター
4月27日(月)	保健センター

■BCG

期日	会場
4月10日(金)	音羽福祉保健センター
4月24日(金)	保健センター



近隣市町で予防接種が受けられます

現在、市内の各会場で実施されているポリオ・BCGの予防接種が、4月からは豊橋市・蒲郡市・田原市・小坂井町の集団接種会場でも受けられるようになります(ただし、豊橋市はポリオだけ)。

日時、会場などの詳細については、各市町へお問い合わせください。

持ち物 母子健康手帳、赤ちゃんノートの予診票、接種者の住所を証明するもの(子ども医療費受給者証など) ▶ 問合せ先

豊橋市(〈0532〉51-2380)、蒲郡市(67-1151)、田原市(〈0531〉23-3515)、小坂井町(72-2410)

予防接種の委任状をご存じですか

BCG・ポリオ・三種混合・二種混合・日本脳炎・麻しん風しん混合(1・2期)の予防接種を受けるときには、保護者(父母、養親)の同伴が必要です。保護者の代理(祖父母など)が予防接種に同伴する場合は、保護者の委任状が必要になります。

委任状は、①接種者氏名②保護者住所③保護者氏名④保護者連絡先⑤代理人住所⑥代理人氏名⑦代理人連絡先——を記載してあれば、様式は問いません。

なお、市ホームページからダウンロードもできます。

