



5月31日は世界禁煙デーです

喫煙者のそばに居ることで、タバコを吸わない人も知らないうちにタバコの煙を吸いこむことを受動喫煙といいます。タバコを吸わない人にまで害が及ぶため、現在問題になっています。

タバコに火をつけたとき、先から立つ煙を「副流煙」、喫煙者が吸い込む煙を「主流煙」といいます。副流煙は、目やのどの粘膜に刺激を与えます。また、主流煙に比べてタールやニコチン、一酸化炭素などの有害物質の濃度が2~3倍もあります。

換気の悪い部屋で喫煙をすると、室内の空気が汚染され、がん、心臓病などのリスクが増大するな



Health and Fitness



●保健センター 89-0610
詳しい情報は

ど、受動喫煙によりタバコを吸っていない人の健康も脅かします。特に感受性の高い、子どもや高齢者、呼吸器疾患の人への影響に気をつけましょ

豊川市乳がん市民公開講座

日時 ▶ 5月30日(土) 14:00~15:30
会場 ▶ 市民プラザ(プリオII 4階)
講師 ▶ 市民病院乳腺・内分泌外科部長・柄松章司
定員 ▶ 150人
申込 ▶ 5月29日(金)までの10:00~17:00(29日は15:00まで)。
電話で、乳がん市民公開講座実行委員会(06-6645-8104)へ



歯の健康フェスティバル

日時 ▶ 6月7日(日) 10:00~12:00
会場 ▶ 豊川市歯科医療センター
内容 ▶ ファミリー歯科健診・相談、フッ化物塗布、矯正相談、歯の年齢チェック、歯周病チェックなど
対象 ▶ 就学前の子どもと家族、12歳以下の障害がある子ども
申込 ▶ 当日、会場へ。ただし、障害がある子どもについては予約が必要です。5月30日(土)までに電話で、豊川市歯科医療センター(84-7757)へ



地域巡回健診

対象 ▶ 学校や職場などで受診機会のない15~39歳の方 / 国民健康保険や後期高齢者医療制度の被保険者で、受診券をお持ちの方 / 結核、肺がん検診だけの場合は、15歳以上の方
内容 ▶ 診察、血圧・身体測定、尿・血液検査、結核・肺がん検診(胸部X線撮影、必要に応じ喀痰検査)
負担金 ▶ 無料(喀痰検査は後日700円)
申込 ▶ 当日、受付時間内に、会場へ
その他 ▶ 各会場100人を超えた場合は、お断りする場合があります

受付時間	9:30~11:00	13:30~15:00	受付時間	13:30~15:00	受付時間	13:30~15:00	
期日	会場	会場	期日	会場	期日	会場	
5月	22日(金)	保健センター	萩市民館	15日(月)	中条市民館	1日(水)	武道館
	23日(土)	農業者トレーニングセンター	農業者トレーニングセンター	16日(火)	小坂井生涯学習会館	2日(木)	御油公民館
	25日(月)	麻生田市民館	江島ふれあいセンター	17日(水)	三蔵子公会堂	3日(金)	牛久保公民館
	26日(火)	小坂井生涯学習会館	小坂井生涯学習会館	18日(木)	御油東山集会所	5日(日)	保健センター
	27日(水)	保健センター	御油公民館	21日(日)	保健センター	6日(月)	御津福祉保健センター
	28日(木)	いかまい館	三蔵子市民館	23日(火)	いかまい館	7日(火)	八南公民館
6月	1日(月)	篠田集落センター	当古公会堂	24日(水)	下長山市民館	9日(土)	小坂井生涯学習会館
	2日(火)	保健センター	国府東市民館	25日(木)	一宮生涯学習会館	10日(日)	古宿市民館
	3日(水)	桜ヶ丘ミュージアム	桜ヶ丘ミュージアム	26日(金)	御津福祉保健センター	14日(火)	音羽福祉保健センター
	4日(木)	音羽福祉保健センター	長沢市民館	29日(月)	桜町市民館	15日(水)	豊川公民館
	5日(金)	小坂井生涯学習会館	小坂井生涯学習会館	30日(火)	千両市民館	16日(木)	一宮生涯学習会館
	8日(月)	保健センター	赤坂台老人憩の家			17日(金)	牛久保公民館
	9日(火)	平尾市民館	豊川公民館				
	10日(水)	御津福祉保健センター	御津福祉保健センター				
	12日(金)	保健センター	中部南市民館				

※6月25日(木)18:00~19:30は保健センターでも実施

すくすく広場

会場 ▶ 保健センター ☎89-0610

教室・相談など	受付日時	対象	備考	
パパママ教室(おひろ講座)	6月 1日(月)13:15~13:30	妊娠中の方と家族	当日、母子手帳、筆記用具を持って会場へ	
プレママごはん講座	6月15日(月)13:15~13:30	妊娠中の方と家族		
パパママ教室(こころと身体の安産準備講座)	6月19日(金) 9:45~10:00	妊娠中の方と家族		
妊産婦歯科健診	6月8日・22日(月) 13:15~13:30	妊娠中、産後1年未満の方(各1回)		
双子ちゃん交流会	6月 5日(金) 9:45~10:00	双子・三つ子を妊娠中の方、平成24年4月2日以降生まれの双子・三つ子の保護者		
モグモグ教室	6月11日(木) 9:45~10:00	平成27年1月 1日~15日生まれの子ども	当日、母子手帳、バスタオル、スプーン、筆記用具を持って会場へ	
	6月25日(木) 9:45~10:00	平成27年1月16日~31日生まれの子ども		
親子ピタコチョコ教室	6月10日(水) 9:45~10:00	平成26年9月生まれの子ども	当日、母子手帳、筆記用具を持って会場へ	
もうすぐ3歳!知っ得教室	6月17日(水) 9:45~10:00	平成24年7月生まれの子ども	当日、母子手帳、筆記用具を持って会場へ	
子ども栄養相談	6月12日(金)13:30~14:30~	就学前の子ども	電話で保健センターへ(要予約)	
子ども発達相談	6月16日(火) 9:30~10:30~	就学前の子ども	電話で保健センターへ(要予約)	
教室・相談	受付日時	会場	対象	備考
ママのための健康体操教室	6月 3日(水) 9:45~10:00	健康福祉センター	平成26年11月生まれの子ともと母	希望する日程を選んで、母子手帳、タオル、飲み物を持って会場へ
	6月11日(木) 9:45~10:00	御津福祉保健センター		
育児相談	6月 3日(水) 9:30~10:30	健康福祉センター	乳幼児と保護者	当日、母子手帳を持って会場へ
	6月 9日(火) 9:30~10:30	小坂井生涯学習会館		
	6月22日(月) 9:30~10:30	保健センター		
	6月24日(水) 9:30~10:30	御津福祉保健センター		

● 乳幼児健診(受付時間) 13:00~13:30 / 会場 ▶ 保健センター

健診	期日	対象の子ども	備考
4か月児健診	6月 9日(火)	平成27年 1月21日~ 1月31日生まれ	当日、バスタオルを持って会場へ。ブックスタート(読み聞かせ)もあります
	6月18日(木)	平成27年 2月 1日~ 2月10日生まれ	
	6月30日(火)	平成27年 2月11日~ 2月20日生まれ	
1歳6か月児健診	6月 2日(火)	平成25年11月22日~11月30日生まれ	当日、歯ブラシを持って会場へ。フッ化物塗布もあります
	6月11日(木)	平成25年12月 1日~12月10日生まれ	
	6月24日(水)	平成25年12月11日~12月21日生まれ	
2歳児歯科健診	6月 5日(金)	平成25年 6月 1日~ 6月10日生まれ	当日、歯ブラシを持って会場へ。フッ化物塗布希望の場合は640円が必要です
	6月19日(金)	平成25年 6月11日~ 6月20日生まれ	
	6月25日(木)	平成25年 6月21日~ 6月30日生まれ	
3歳児健診	6月 3日(水)	平成24年 2月11日~ 2月20日生まれ	当日、目と耳の検査票(自宅で実施したもの)、採尿容器(容器は事前に郵送。当日朝に採尿)を持って、会場へ
	6月17日(水)	平成24年 2月21日~ 2月29日生まれ	
	6月23日(火)	平成24年 3月 1日~ 3月10日生まれ	
	6月26日(金)	平成24年 3月11日~ 3月21日生まれ	

※共通の持ち物として、母子手帳、赤ちゃんノートの健康診査票、筆記用具

けんこう広場

会場 ▶ 保健センター

教室・相談など	受付日時	対象	備考
こころの健康相談	6月10日(水) 9:30~11:40 6月22日(月)13:30~15:40	こころの相談をしたい方	電話で、こころの電話相談専用電話(95-0783)へ(要予約)。電話相談も可
健康相談	6月15日(月) 9:00~12:00	健康・歯の相談をしたい方	電話で、保健センターへ(要予約)
オリジナル健康体操講習会	6月16日(火)13:30~15:00	市内に在住の方	当日、室内靴、タオル、飲み物を持って、会場へ
得するウォーキング教室	6月20日(土)13:30~15:30	市内に在住で、歩く基本を学びたい方	電話で、保健センターへ(要予約)。会場は総合体育館
食べ方と栄養相談	6月23日(火) 9:30~11:30	食生活の相談をしたい方	電話で、保健センターへ(要予約)