

40(よんまる)健診を受けましょう

▼ 健康推進課 ☎95-4802 📠6829

期間 ▶ 令和9年2月10日(水)まで。ただし、成人歯科健診は令和9年1月30日(土)まで

内容 ▶ がん検診、肝炎検査、胃がんリスク層別化検査、成人歯科健診

対象 ▶ 昭和61年4月2日～昭和62年4月1日生まれ(勤務先などで受診する機会のある方を除く)

持ち物 ▶ 受診券、マイナ保険証など

その他 ▶ 申し込みなど詳しいことは、対象の方に郵送する「40健診受診券」を確認してください

妊娠中の方を対象としたRSウイルスワクチンの定期予防接種

▼ 健康推進課 ☎95-4801 📠26808

令和8年度から、RSウイルスワクチンの定期予防接種を開始しました。

接種対象 ▶ 妊娠28週0日～36週6日の妊婦

接種回数 ▶ 1回

申込 ▶ 電話で、HPに掲載の委託医療機関へ

その他 ▶ 予診票は、母子健康手帳交付時にお渡しします。なお、既に母子健康手帳を交付済みで、定期予防接種の対象になる方には、個別に予診票を郵送しています。市外の医療機関で接種する場合は、事前に手続きが必要です。詳しいことは、HPを確認してください

39歳以下の方のための無料セット健診(9・10月実施) ▼ 健康推進課 ☎95-4802 📠6835

対象 ▶ 昭和62年4月1日～平成23年4月1日生まれて、学校や職場などで受診機会のない方

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)、子宮頸がん検診(20歳以上の偶数年齢の女性)。がん検診だけの受診はできません

負担金 ▶ 無料。ただし、同一年度内に同じ検査を重複して受診した場合は、全額負担となる場合があります

申込 ▶ **事前予約が必要**です。次のいずれかの方法で予約してください。①7月27日(月)8:30から、HPで受け付け。②8月3日(月)から、予約専用電話(050-1793-1040)で受け付け。③8月6日(水)・7日(木)は、健康推進課(白鳥町苑足1-5)でも受け付け。①、②、③を合わせた申込数が、各部の定員に達した場合は、受け付け終了となります

期日	会場	
	午前	午後
9月	3日(水) 総合保健センター※1	総合保健センター
	4日(木) —	総合保健センター
	5日(金) 総合保健センター※2	総合保健センター
	9日(水) 御津福祉保健センター	御津福祉保健センター
	10日(木) こざかい葵風館	こざかい葵風館
	11日(金) —	総合保健センター
	15日(水) 桜ヶ丘ミュージアム	桜ヶ丘ミュージアム
	16日(木) いかまい館	いかまい館
	17日(金) 音羽福祉保健センター	音羽文化ホール
	18日(土) 総合保健センター※1※2	総合保健センター
	25日(金) —	総合保健センター
	29日(水) 総合保健センター※2	総合保健センター※3
	30日(木) —	総合保健センター
期日	会場	
	午前	午後
10月	1日(水) 総合保健センター※2	総合保健センター
	2日(木) —	音羽文化ホール
	6日(水) 総合保健センター※1※2	総合保健センター
	7日(木) —	御津福祉保健センター
	9日(金) —	総合保健センター
	10日(土) 総合保健センター※2	総合保健センター
	14日(水) —	一宮生涯学習センター
	15日(木) —	総合保健センター
	16日(金) —	こざかい葵風館
	20日(水) 総合保健センター※2	総合保健センター
	21日(木) —	桜ヶ丘ミュージアム
	22日(金) 総合保健センター※1	総合保健センター
	27日(水) 総合保健センター※2	総合保健センター
	29日(金) —	総合保健センター

※1 1歳～未就学児を対象とした託児あり(先着8人)。希望する方は、事前予約時にHPから受け付け。

※2 子宮頸がん検診実施日。

※3 夜間実施日。17:30～18:00～受け付け。



わくわく元気Labo

～夏休み家族で楽しむ とことん食育～

▼ 健康推進課 ☎95-4803 📠6842

■野菜摂取レベル測定・野菜を使った重さあてゲーム

日時 ▶ 8月20日(木)・21日(金) 10:00～14:30

会場 ▶ イオンモール豊川1階ノースコート(白鳥町)

■ロコモチェックコーナー

日時 ▶ 8月20日(木) 10:00～14:30

会場 ▶ イオンモール豊川3階イオンホール(白鳥町)

内容 ▶ 立ち上がりテストなど

■血糖セルフチェック

日時 ▶ 8月21日(金) 10:00～14:30

会場 ▶ イオンモール豊川1階ノースコート(白鳥町)

内容 ▶ 豊川市医師会・野本和希医師監修の血糖値測定

対象・定員 ▶ 18歳以上の方で先着150人



家庭でできる食中毒予防

夏は気温が高く、細菌による食中毒が発生しやすい時期です。毎日食べている家庭の食事でも食中毒が発生する危険性が潜んでいます。食中毒予防の3原則を意識して調理することが大切です。

一食中毒予防の3原則一

① つけない(洗う・分ける)

食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないように、小まめな手洗いを心掛けましょう。包丁やまな板などの調理器具は使い



分けることも大切です。

② 増やさない(低温で保存する)

多くの細菌は10度以下では増殖が遅くなり、マイナス15度以下では増殖が停止します。肉や魚、野菜などの生鮮食品や惣菜は、購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

③ やっつける(加熱処理)

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。

すくすく広場

会場 ▶ 総合保健センター(白鳥町兎足1-5)

教室・相談など	受付日時	対象	備考
妊娠中に知っておこう! 産後ライフ教室～生活編～	8月17日(月)13:15～13:30	妊娠中の方と家族	電話で、母子保健課(95-4652)へ (HPでも受け付け)(要予約)
妊娠婦歯科健診	8月 4日(火)・24日(月) 13:15～13:30	妊娠中・産後1年未満の方(各1回)	当日、母子健康手帳を持って会場へ
母乳相談	8月12日(水)・21日(金)・28日(金) 9:30～10:30～	おおむね産後3カ月未満の方	電話で、母子保健課(95-4652)へ (要予約)
育児相談	8月24日(月) 9:30～10:30	乳幼児と家族	当日、母子健康手帳、バスタオルを持って会場へ
産後ママのからだ整え教室	8月 7日(金)10:00～10:15	令和8年4-5月に出産した方	HPで受け付け(要予約)
モグモグ教室	8月21日(金) 9:45～10:00	令和8年3月生まれの子ども	HPで受け付け(要予約)。当日、母子健康手帳、バスタオル、筆記用具、大人用スプーン、4か月児健診で配布された離乳食のチラシを持って会場へ
子育て世代のリフレッシュエクササイズ	8月14日(金)10:00～10:15	令和7年12月・令和8年1月生まれの子どもと親	HPで受け付け(要予約)
カミカミ歯っぴ～教室 (離乳食後期8歯みがき教室)	8月12日(水) 9:45～10:00	令和7年11月生まれの子ども	当日、母子健康手帳、バスタオル、筆記用具を持って会場へ
子ども栄養相談	8月21日(金) 13:30～14:30～	就学前の子ども	電話で、母子保健課(95-4653)へ (要予約)

けんこう広場

会場 ▶ 総合保健センター(白鳥町兎足1-5)

教室・相談など	日時	対象	備考
健康相談	8月 3日(月) 9:30～10:40～	健康・生活習慣に関する相談をしたい方	電話で、健康推進課(95-4803)へ (要予約)
こころの健康相談	8月 6日(水) 9:30～10:30～ 8月24日(月)13:00～14:00～	心の健康に関する相談をしたい方	電話で、こころの電話(95-0783)へ (要予約)
食べ方と栄養相談	8月25日(火) 9:30～10:40～	食生活に関する相談をしたい方	電話で、健康推進課(95-4803)へ (要予約)