

オーラルフレイル健診

内容 ▶ 口腔機能低下のチェックを含めた歯科健診
対象 ▶ 75～80歳で後期高齢者医療健診を受診し、
 オーラルフレイルのリスクがあると判定された方
費用 ▶ 無料
申込 ▶ 対象者には、受診券を順次送付しています。希
 望する方は、受診券に同封するチラシに記載の委託医
 療機関に直接、予約をしてください

日本脳炎予防接種

日本脳炎の予防接種は、平成17年度から平成21年度まで積極的な勧奨が控えられていましたが、新たなワクチンが開発されたことにより、現在では通常通り予防接種を受けられるようになりました。接種機会を逃した方は、特例対象者として接種を無料で受けることができます。

特例接種対象 ▶ 次の全てを満たす方①平成19年4月1日までに生まれた②日本脳炎ワクチン4回接種を完了していない③接種日時時点で20歳未満

費用 ▶ 無料(4回接種のうち、不足分の回数だけ)

申込 ▶ 電話で、市ホームページに掲載のある委託医療機関へ。市外の医療機関で接種する場合は、接種前に手続きが必要です。市ホームページ、または、直接、母子健康手帳をお持ちの上、保健センターへ

その他 ▶ 接種に必要な予診票がない場合は、電話(95-4801)で再発行の申込をしてください



市ホームページ
はこちら

男性対象の無料風しん抗体検査

期間 ▶ 令和7年2月28日(金)まで

対象 ▶ 市内に在住で、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性(過去にこの制度を利用して風しん抗体検査を受けた方を除く)

費用 ▶ 無料(抗体検査の結果、抗体が十分でない場合はMR(麻しん風しん混合)ワクチン接種も無料)

申込 ▶ 電話で、市ホームページに掲載の医療機関へ

その他 ▶ 対象者には、令和4年3月にクーポン券を送付しています。再発行を希望する方は、電話で保健センター(95-4801)へ



Health and Fitness



●保健センター 89-0610
 詳しい情報は 豊川市 保健 検索

ウェルネス8020めざそう会

日時 ▶ 11月21日(木)13:30～15:30

会場 ▶ 文化会館中ホール

講師・内容 ▶ 豊川市歯科医師会・小川雄右歯科医師、松山尚義歯科医師による「やっというて良かった・やっときゃ良かった「オーラルフレイル予防」と題した講演

対象 ▶ 市内に在住、または在勤の方

定員 ▶ 400人程度(先着順)

費用 ▶ 無料

申込 ▶ 当日、会場へ

その他 ▶ 先着100人に粗品を差し上げます

検診車によるがん検診(冬検診)

対象 ▶ 市内に在住で、令和7年4月1日時点で各検診の対象年齢になる方(勤務先などで受診する機会のある方を除く)

費用 ▶ 無料

申込 ▶ 11月6日(水)から、市ホームページで先着順に受付。11月7日(木)から、電話(95-0075)でも受付

その他 ▶ 申込をした方には、後日郵送で、詳細をお知らせします。乳がん・子宮頸がんの無料クーポン券(6月送付)のある方は、対象年齢でなくても受診できます。また、午後の検診は女性だけです

市ホームページ
はこちら



検診名	対象年齢
結核・肺がん検診	16歳以上
胃がん検診 (バリウム)	44歳以上(偶数年齢)
大腸がん検診	40歳以上
乳がん検診 (マンモグラフィ)	40歳以上(偶数年齢)(女性)
子宮頸がん検診	20歳以上(偶数年齢)(女性)
前立腺がん検診	50～70歳(偶数年齢)(男性)
骨粗しょう症検診	30歳以上

期日	会場	
	午前 (全検診)	午後 【結核・肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、骨粗しょう症検診だけ】
12月	3日(火)	保健センター※
	4日(水)	こざかい葵風館
	5日(木)	いかまい館
	7日(土)	保健センター
	10日(火)	保健センター※
1月	11日(水)	御津福祉保健センター
	15日(火)	桜ヶ丘ミュージアム
	16日(水)	音羽福祉保健センター
	21日(火)	保健センター※

※1歳～未就学児を対象とした託児あり(先着10人)。希望する方は、希望日の1週間前までに申し込んでください。



がんを防ごう

がんは、42年連続で日本人の死因第1位で、2人に1人になり、3人に1人が亡くなる身近な病気の一つです。ある程度症状が進んだ進行がんの状態で見つかった場合、身体的にも経済的にも負担は大きくなり、日常生活に支障をきたします。

不治の病と思われがちですが、早期に発見して治療すれば、がんの約9割が治るといわれています。早期がんは自覚症状がなく、自分自身では気付きにくいいため、定期的にがん検診を受ける他、日頃の生活習慣を見直すことも大切です。

■がん予防のための5つの生活習慣

- 1. 禁煙** たばこを吸っている人は禁煙し、吸わない人はたばこの煙をできるだけ避けて生活しましょう。
- 2. 節酒** お酒を飲む場合は、1日当たりのアルコール量を23g[※](ビール中瓶1本)程度までにしましょう。
- 3. 食生活の見直し** 塩分を控え、野菜と果物を取り、熱いものは少し冷ましてから取りましょう。
- 4. 体を動かす** 普段の生活の中でできるだけ体を動かす時間を増やしましょう。
- 5. 適正体重維持** 太りすぎ、痩せすぎに注意しましょう。

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
プレママ授乳交流会	12月18日(木) 9:45~10:00	妊娠中の方	電話で、保健センターへ(市ホームページでも受付)(要予約)
1回でわかる!産後ライフ教室	12月16日(月)13:15~13:30	妊娠中の方と家族	
妊産婦歯科健診	12月 9日(月)・23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
子育て安心教室(おくすり編)	12月17日(火) 9:45~10:00	妊娠中・産後1年未満の方と家族	電話で、保健センターへ(市ホームページでも受付)(要予約)
母乳相談	12月 4日(火)・13日(金)・20日(金) 9:30~10:30	概ね産後3カ月未満の方	電話で、保健センター(95-4652)へ(要予約)
産後のからだ整え教室	12月 6日(金)10:00~10:15	令和6年8・9月に出産した方	市ホームページで受付(要予約)
モグモグ教室	12月13日(金) 9:45~10:00	令和6年7月生まれの子ども	市ホームページで受付(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	12月20日(金)10:00~10:15	令和6年4・5月生まれの子どもと親	市ホームページで受付(要予約)
カミカミ歯っぴ〜教室 (離乳食後期&歯みがき教室)	12月11日(火) 9:45~10:00	令和6年3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	12月13日(金)13:30~14:30	就学前の子ども	電話で、保健センター(95-4653)へ(要予約)

教室・相談	受付日時	会場	対象	備考
育児相談	12月 4日(火) 9:30~10:30	いかまい館	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
	12月10日(火) 9:30~10:30	こざかい葵風館		
	12月18日(火) 9:30~10:30	音羽福祉保健センター		
	12月23日(月) 9:30~10:30	保健センター		
	12月25日(火) 9:30~10:30	御津福祉保健センター		

けんこう広場

会場 ▶ 保健センター

教室・相談など	日時	対象	備考
健康相談	12月 2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、保健センターへ(要予約)
こころの健康相談	12月 9日(月) 9:30~10:40	心の健康に関する相談をしたい方	電話で、こころの電話相談専用電話(95-0783)へ(要予約)
	12月24日(火)13:30~14:40		
食べ方と栄養相談	12月24日(火) 9:30~10:40	食生活に関する相談をしたい方	電話で、保健センターへ(要予約)