

メディアとこころの健康講演会

日時▶ 10月19日(土)13:30~15:30

会場▶ 文化会館

講師・内容▶ 予防医療研究所代表・磯村毅医師による「早ければ早いほうがいい どう守る?デジタルネイティブの子ども脳」と題した講演

対象▶ 市内に在住、または在勤の方

定員▶ 200人(先着順)

申込▶ 電話で、保健センター(95-4803)へ。FAX(89-5960)、または市ホームページでも受付

その他▶ 手話通訳、要約筆記あり。希望する方は、10月11日(金)まで、申込時にお知らせください



申込はこちら



Health and Fitness



●保健センター 89-0610
詳しい情報は

豊川市 保健 検索

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症定期予防接種

対象▶ いずれの予防接種も、65歳以上の方と60~64歳で身体障害者手帳(心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能障害)1級をお持ちの方

申込▶ 対象者には、9月下旬に2種類の予防接種の予診票をあわせて送付します。接種を希望する方は、案内に記載のある委託医療機関に直接、予約をしてください。また、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。保健センターへ、直接、または市ホームページで、申込をしてください

種類	高齢者インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
期間	10月1日~令和7年1月31日	
費用※	1500円	2000円

※ いずれも、生活保護受給世帯・住民税非課税世帯の方は無料。

地域巡回健診(秋健診)

対象▶ 昭和60年4月1日~平成21年4月1日生まれで、学校や職場などで受診機会のない方/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/生活保護受給世帯の方

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^{かくたん}検査)

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

定員▶ 各60人(保健センター・御津福祉保健センター・こざかい葵風館・いかまい館は各65人)

申込▶ 9月5日(木)から、市ホームページで先着順に受付。当日、会場でも受付

当日受付時間▶ 午前は9:15~10:00(市ホームページで申込した方は9:00~9:15)、午後は13:45~14:45(市ホームページで申込した方は13:30~13:45)

その他▶ 結核・肺がん検診だけの受診はできません。また、11月19日(火)・20日(水)の午前は、1歳~未就学児を対象とした託児付きの健診を実施します(先着10人)。希望する方は、9月5日~希望日の1週間前までに市ホームページ、または電話(95-4802)で受付



申込はこちら

期日		会場		期日	会場		期日	会場			
		午後			午後			午前		午後	
10月	2日(火)	御津福祉保健センター		10月	20日(日)	保健センター		11月	9日(土)	—	保健センター
	3日(水)	音羽文化ホール			22日(火)	いかまい館			12日(火)	—	御津福祉保健センター
	4日(木)	牛久保生涯学習センター			23日(水)	ふれあいセンター			13日(水)	—	桜ヶ丘ミュージアム
	7日(月)	保健センター（※）			24日(木)	牛久保生涯学習センター			14日(木)	—	一宮生涯学習センター
	9日(水)	農業者トレーニングセンター			25日(金)	こざかい葵風館			15日(金)	—	こざかい葵風館
	11日(金)	こざかい葵風館			27日(日)	保健センター			19日(火)	保健センター	ふれあいセンター
	12日(土)	保健センター			29日(火)	桜ヶ丘ミュージアム			20日(水)	保健センター	豊川生涯学習センター
	15日(火)	武道館		11月	2日(土)	保健センター					
	17日(木)	桜ヶ丘ミュージアム			5日(火)	豊川生涯学習センター					
18日(金)	御津福祉保健センター		8日(金)		音羽文化ホール						

※ 夜間も実施。当日受付時間は、18:00~19:00(市ホームページで申込した方は17:45~18:00)



電子メディアと子どもの脳

あらゆるメディアにあふれている現代社会では、幼い頃からスマホに接して育つ子どもが増えています。テレビやスマホなどの電子メディアは、脳の一部である前頭前野へ悪影響を与えるといわれています。

前頭前野は、「考える」「人を思いやる」などの人間らしい機能のほとんどを担っており、スマホの使用中はその機能が働きません。幼い頃からスマホを使うことで脳の成長が阻害され、「考えない」「我慢できない」「頑張れない」「思いやれない」という「4ない人間」になってしまうことが懸念されています。やさしく思いや

りがあり、いろいろなことに挑戦する子に育つためには、前頭前野の発達が大切です。

子どもとのかかわり方のポイントとして大切なのは、目を合わせることです。子どものスマホ使用に気を付けていても、親がずっとスマホを見ていると、親子のコミュニケーションの機会が奪われてしまいます。また、外遊びや読み聞かせ、スキンシップなど、遊びを通した「わくわく」「ドキドキ」の経験は、子どもの心を豊かに育んでくれます。スマホを置いて、親子の楽しい時間を増やしていきましょう。

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	10月 2日(水) 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	10月21日(月)13:15～13:30	妊娠中の方と家族		
子育て安心教室(からだ編)	10月18日(金)13:15～13:30	妊娠中・産後6カ月未満の方と家族		電話で、保健センターへ(市ホームページでも受付)(要予約)。 会場は勤労福祉会館となります
妊産婦歯科健診	10月28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	10月11日(金)・16日(水)・25日(金) 9:30～10:30～	概ね産後3カ月未満の方		電話で、保健センターへ(要予約)
産後のからだ整え教室	10月11日(金)10:00～10:15	令和6年6・7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	10月11日(金) 9:45～10:00	令和6年5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	10月18日(金)10:00～10:15	令和6年2・3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)	10月 9日(水) 9:45～10:00	令和6年1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	10月11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	10月 2日(水) 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
	10月 8日(火) 9:30～10:30	こざかい葵風館		
	10月16日(水) 9:30～10:30	音羽福祉保健センター		
	10月23日(水) 9:30～10:30	御津福祉保健センター		
	10月28日(月) 9:30～10:30	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	10月 7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	10月 8日(火)13:30~14:40~ 10月28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)
食べ方と栄養相談	10月22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)
歩こう会(赤塚山公園)	10月24日(水)10:00~11:30 (雨天は10月29日(火)に順延)	運動に関心がある方、始めたいと思っている方	前日までに、電話(95-4803)、またはFAX(89-5960)で、保健センターへ(要予約)。約2・3kmのコースを1時間程度で歩きます