

- 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



**食べ方と栄養の相談**

「思うように体重のコントロールができないけど、なんとかしたい」「食事の適量は分かっていても、我慢するのは難しい」という方は、ご相談ください。  
**日時** 8月25日(水) 9:30~11:30 **会場** 保健センター  
**対象** 食生活に疑問をお持ちの方 **申し込み** 電話で、保健センターへ

**認知症を理解するための講演会**

高齢化が進む中で、認知症の症状が現れる方も増えています。この講演会を通して、認知症とは何か、認知症の方と接する時の注意点について学んでみませんか。なお、今回の講演会は認知症サポーター養成講座を兼ねています。  
**日時** 8月20日(金) 13:00~15:00 **会場** 勤労福祉会館 **講師・テーマ** 福祉村病院の伊莉弘之医師による「認知症についての理解と最新情報」と題した講演 **定員** 70人 **申し込み** 8月4日(水)から受け付け。電話で、市民病院医療相談室(86-1111)へ

**心の健康相談「ポラリス」**

**日時** 8月16日(月) 13:30~15:30(1人1時間程度)  
**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、心の電話相談専用電話(95-0783)へ

**「自主グループ一覧表」掲載希望グループ募集**

市では、とよかわ健康づくり計画を推進しています。計画では、「自分に合った運動を知って習慣化しよう」を目標に、市内で自主的に行っている体操のグループを一覧表で紹介し、配布しています。  
 掲載を希望するグループは、申込用紙に記入の上、8月31日(火)までにご提出ください。なお、営利目的の団体の掲載は控えさせていただきます。

**住民健康診査のお知らせ**

市では、住民健康診査を年3回に分けて実施しています。今回は下表の日程で行い、下記の方が対象です。  
**対象** 学校や職場などで受診機会のない15歳~39歳の方▷豊川市国民健康保険の被保険者で、受診券をお持ちの方▷後期高齢者医療保険の被保険者で、受診券をお持ちの方 **内容** 身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、診察、結核・肺がん検診(胸部X線撮影、医師の判断で必要な方は喀痰検査) **負担金** 無料(喀痰検査は700円) **申し込み** 当日、受付時間内に直接、会場へ **注意事項** 健診の前日は、アルコールの摂取や激しい運動は控え、直前は水以外の飲食物を摂取しないでください

期 日	会 場		期 日	会 場			
	受付9:30~11:00	受付13:30~15:00		受付9:30~11:00	受付13:30~15:00		
8月	17日(火)	桜ヶ丘ミュージアム	赤坂台市民館	4日(土)	——	農業者トレーニングセンター	
	18日(水)	小坂井生涯学習会館	牛久保公民館	5日(日)	——	保健センター	
	19日(木)	保健センター	小田淵集会所	6日(月)	——	御津福祉保健センター	
	20日(金)	農業者トレーニングセンター	足山田公民館	7日(火)	——	武道館	
	23日(月)	御津福祉保健センター	国府東市民館	8日(水)	——	小坂井生涯学習会館	
	24日(火)	御油公民館	桜町市民館	9日(木)	——	豊川公民館	
		三蔵子市民館	篠田集落センター	10日(金)	——	萩市民館	
	25日(水)	下長山市民館	千両市民館	9月	11日(土)	——	御津福祉保健センター
		中条市民館	中部南市民館		12日(日)	——	健康福祉センター
	26日(木)	——	三蔵子公会堂		13日(月)	——	平尾市民館
	27日(金)	——	小坂井生涯学習会館		14日(火)	——	八南公民館
28日(土)	——	保健センター	18日(土)		——	御津福祉保健センター	
30日(月)	——	江島ふれあいセンター	19日(日)		——	保健センター	
31日(火)	——	当古公会堂	21日(火)		古宿市民館	桜ヶ丘ミュージアム	
1日(水)	——	長沢市民館	22日(水)		音羽福祉保健センター	麻生田市民館	
3日(金)	——	御油東山集会所					



子ども栄養相談

お子さんに合った食事の量やおやつなどをアドバイスします。

**日時** 8月6日(金) 13:30 ~  
**会場** 保健センター  
**相談員** 小児科医、栄養士  
**対象** 肥満傾向や食事などについて心配のある就学前の子どもとその保護者  
**定員** 2~3人  
**申し込み** 電話で、保健センターへ

育児相談

子育てで、ちょっと困った、ここが心配。そんな時、お気軽に相談を。

期	日	会	場
8月10日(火)		音羽福祉保健センター	
8月18日(水)		健康福祉センター	
8月23日(月)		保健センター	

**受付時間** 9:30 ~ 10:30  
**内容** 育児・生活習慣の相談、体重測定など  
**持ち物** 母子健康手帳、乳児の場合はバスタオル  
**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	8月12日(木) 保健センター	22年4月1日から10日までに生まれた子ども	バスタオル
	8月24日(火) 音羽福祉保健センター	22年4月11日から20日までに生まれた子ども	
	9月1日(水) 保健センター	22年4月21日から31日までに生まれた子ども	
1歳6か月児健診	8月25日(水) 保健センター	21年2月11日から20日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	9月2日(木) 保健センター	21年2月21日から28日までに生まれた子ども	
	9月9日(木) 健康福祉センター	21年3月1日から10日までに生まれた子ども	
2歳児歯科健診	8月18日(水) 保健センター	20年8月11日から20日までに生まれた子ども	歯ブラシ
	8月26日(木) 保健センター	20年8月21日から31日までに生まれた子ども	
	9月7日(火) 御津福祉保健センター	20年9月1日から10日までに生まれた子ども	
3歳児健診	8月19日(木) 御津福祉保健センター	19年5月11日から20日までに生まれた子ども	目と耳の検査用紙 (自宅で実施し、受付時に提出)
	8月31日(火) 保健センター	19年5月21日から31日までに生まれた子ども	
	9月8日(水) 保健センター	19年6月1日から10日までに生まれた子ども	

- ▶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。
- ▶受診日や会場の都合が悪い方は、保健センターへご連絡ください。



妊産婦歯科健診

妊婦さんはお口の状態が悪くなりがちです。まずは、お口のチェックを。

**期日・会場** 9月3日(金) = 保健センター▷9月24日(金) = 御津福祉保健センター  
**受付時間** 13:15 ~ 13:30  
**会場** ▶**対象** 妊娠中の方、産後1年以内の方  
**持ち物** 母子健康手帳、筆記用具  
**申し込み** 当日、会場へ

