

- 保健センター☎89-0610 ●休日夜間急病診療所☎89-0616 ●消防署☎89-0119
- 豊川市歯科医療センター☎84-7757 ●救急医療情報センター☎(0532)63-1133



### 運動はじめての一步教室

なかなか運動を始められない方、膝痛・腰痛を予防したい方を対象に、手軽にできる運動を学べる教室です。

**日時** 11月12日から26日までの毎週水曜日で全3回。13:30～15:00 ▶**会場** 総合体育館 ▶**対象** 市内に在住の方 ▶**持ち物** 運動のできる服装、室内

用靴、タオル、飲み物 ▶**定員** 25人 ▶**申し込み** 電話で、保健センターへ



### 季節性インフルエンザ予防接種について

インフルエンザの予防接種が始まります。予約が必要ですので、ご希望の方は、下表の医療機関にご連絡ください。

#### ■高齢者の方の予防接種

65歳以上の方と、60歳から65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器などの機能に身体障害者手帳1級程度の障害のある方のうち希望する方は、一部負担金だけで予防接種が受けられます。

**実施期間** 10月1日から1月31日まで ▶**負担金** 1,000円（生活保護世帯、または市民税非課税世帯は無料） ▶**接種回数** 1回（2回目以降は実費） ▶**その他** 市民税非課税世帯に該当する方は、事前に、保健センターまたは資産税課（北庁舎1階）、一宮総合支所、音羽・御津・小坂井支所で確認書（要免許証。ただし、本人でない場合委任状（様式は任意）が必要）をもらい、接種日に医療機関へお持ちください（還付はありません）

#### ■一般の方の予防接種

上記以外の方は、有料で予防接種を受けることができます。医療機関ごとに対象が異なりますので、ご確認ください。なお、接種費用につきましては、直接、各医療機関へ、お問い合わせください。

医療機関名	電話番号	対象	医療機関名	電話番号	対象	医療機関名	電話番号	対象
あかさかクリニック	88-1666	8カ月以上	皆藤クリニック	86-3300	6カ月以上	田中内科医院	89-4600	1歳以上
安形医院	93-4811	1歳以上	可知病院	88-3331	6カ月以上	とみた内科	80-2525	3歳以上
あけぼの町耳鼻咽喉科	83-3341	1歳以上	かとう内科医院	85-1655	6カ月以上	豊川さくら病院	85-6511	1歳以上
池田内科循環器科	80-5566	中学生以上	共立荻野病院	86-2161	3歳以上	とりやまクリニック	80-2850	5歳以上
いたづ内科クリニック	80-3355	1歳以上	クリニックすみた	78-2255	6カ月以上	丹羽クリニック	83-5528	1歳以上
一宮クリニック	93-1477	13歳以上	国府病院	88-2611	3歳以上	野本医院	86-4037	原則1歳以上
伊藤医院	86-2637	1歳以上	こざわ小児科	85-3777	6カ月以上	樋口病院	86-8131	1歳以上
いとう内科	87-2610	1歳以上	こじま内科クリニック	87-0088	1歳以上	飛田医院	88-5211	中学生以上
井上医院	89-9966	1歳以上	後藤病院	86-8166	3歳以上	日吉整形外科クリニック	82-2110	3歳以上
今泉アイクリニック	93-6082	6カ月以上	ささき小児科	86-9516	6カ月以上	福田内科	86-6116	15歳以上
大石医院	88-2235	6カ月以上	ささき整形外科クリニック	83-3377	3歳以上	ふくとみクリニック	82-4150	1歳以上
大崎整形リハビリクリニック	84-8261	中学生以上	佐々木皮フ科	82-3285	1歳以上	星野医院	86-2040	3歳以上
大島内科クリニック	85-0849	中学生以上	佐藤医院	72-2513	6カ月以上	星野内科・消化器科クリニック	82-3262	3歳以上
おおいしこどもクリニック	85-1611	6カ月以上	白谷医院	93-2310	3歳以上	堀内クリニック	88-5785	10歳以上
大竹内科	86-2121	中学生以上	しらゆりクリニック	80-2111	1歳以上	御津クリニック	76-4320	3歳以上
大野泌尿器科	86-9651	高校生相当年齢以上	すずきクリニック	89-1007	1歳以上	御津南医院	75-3107	2歳以上
大橋医院	86-2354	1歳以上	鈴木耳鼻咽喉科	87-4133	1歳以上	宮地病院	86-7171	1歳以上
大原医院	86-8785	1歳以上	総合青山病院	73-3784	1歳以上	弥田内科	76-2407	中学生以上
岡田クリニック	85-3251	6カ月以上	高橋医院	86-2507	原則中学生以上	ユタカ医院	93-6515	3歳以上
おぎの耳鼻咽喉科	82-1182	1歳以上	たけだクリニック	83-3730	6カ月以上	ユリクリニック	76-3220	1歳以上
おぐらこどもクリニック	83-0650	6カ月以上	たけもとクリニック	77-1100	1歳以上			
おせき整形外科	77-1212	3歳以上	タチバナ病院	85-3535	6カ月以上			

※おぐらこどもクリニックは、高齢者の方の予防接種を行いません。



### パパママ教室

こころと身体の安産準備講座を開催します。

**期日** 10月17日(金) ▶ **受付時間** 9:45～10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊婦とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

### 親子ピタ・コチョコ教室

**期日** 10月8日(水) ▶ **受付時間** 9:45～10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 平成26年1月生まれの子どものとその保護者 ▶ **持ち物** 母子健康手帳 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

### 妊産婦歯科健診

**期日** 10月20日(月) ▶ **受付時間** 13:15～13:30 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊娠中の方、産後1年未満の方(妊娠中・産後各1回) ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



### プレママバランスごはん塾

ママにぴったりの栄養バランスと簡単レシピを、「手ばかり」などで紹介します。

**期日** 10月27日(月) ▶ **受付時間** 13:15～13:30 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊婦とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



### パパママ教室(おふろ講座)

赤ちゃんのおふろの入れ方を体験します。

**期日** 10月6日(月) ▶ **受付時間** 13:15～13:30 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊婦とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



### もうすぐ3歳! 知っ得教室

3歳の子どもの力を伸ばす生活習慣を学べる教室です。

**期日** 10月15日(水) ▶ **受付時間** 9:45～10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 平成23年11月生まれの子どものとその保護者 ▶ **持ち物** 母子健康手帳 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

### モグモグ教室

**期日・対象** 10月9日(木) = 平成26年5月1日から15日までに生まれた子どもとその保護者 ▶ 10月23日(木) = 平成26年5月16日から31日までに生まれた子どもとその保護者 ▶ **受付時間** 9:45～10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **内容** 離乳食についての講話など ▶ **持ち物** 母子健康手帳、バスタオル、スプーン、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ



### 子育て安心教室(こころ編)

赤ちゃんのこころの成長と関わり方を学びます。

**期日** 10月28日(火) ▶ **受付時間** 9:45～10:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 妊娠中・産後6カ月未満の方とその家族 ▶ **持ち物** 母子健康手帳、筆記用具 ▶ **申し込み** 当日、会場へ

### 介護者交流会

介護をする中での悩みや戸惑いを話しに来て、介護のヒントを見つけませんか。

**日時** 10月16日(木) 13:30～15:00 ▶ **会場** 保健センター ▶ **対象** 高齢者を介護している方 ▶ **申し込み** 当日、会場へ