ほけん

Health and Fitness

コーナー

●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予防接種

期間▶10月1日〜令和5年1月31日

対象▶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

費用▶1500円（生活保護・住民税非課税世帯は無料）

申込▶対象者には、9月下旬に予診票を送付します。接種を希望する方は、予診票裏面に記載のある委託医療機関に直接、予約をしてください

地域巡回健診（秋健診）

対象▶昭和58年4月1日〜平成19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／生活保護を受給している方／結核・肺がん検診だけの場合は、平成19年4月1日生まれまでの方

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▶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・桜ヶ丘ミュージアムは各65人／その他の会場は各60人

申込▶9月7日㈬から、市ホームページで先着順に受付。当日、会場でも受付

その他▶各会場の初日は混み合いますので、それ以外の日程をお勧めします

申込はこちら

受付時間		14:00〜15:00
期日		会場
10月	5日㈬	御津福祉保健センター
	6日㈭	農業者トレーニングセンター
	7日㈮	ふれあいセンター
	11日㈫	武道館
	12日㈬	こざかい葵風館
	14日㈮	音羽図書館
	16日㈰	御油小学校体育館
	18日㈫	桜ヶ丘ミュージアム
	19日㈬	御津福祉保健センター
	21日㈮	こざかい葵風館
	22日㈯	保健センター

受付時間		14:00〜15:00
期日		会場
10月	26日㈬	桜ヶ丘ミュージアム
	30日㈰	保健センター
	31日㈪	保健センター（※1）
11月	1日㈫	一宮生涯学習センター
	2日㈬	音羽図書館
	5日㈯	保健センター
	7日㈪	保健センター
	8日㈫	桜ヶ丘ミュージアム
	10日㈭	いかまい館
	11日㈮	こざかい葵風館
	12日㈯	保健センター

受付時間		9:30〜11:00	14:00〜15:00
期日		会場	会場
11月	13日㈰	−	保健センター
	15日㈫	−	御津福祉保健センター
	16日㈬	−	豊川生涯学習センター
	17日㈭	−	音羽文化ホール
	21日㈪	−	いかまい館
	24日㈭	−	こざかい葵風館
	25日㈮	−	ふれあいセンター
	29日㈫	保健センター（※2）	豊川生涯学習センター
	30日㈬	保健センター（※2）	こざかい葵風館

（※1）18:00〜19:30も実施。
（※2）1歳〜未就学児を対象とした託児あり（各回先着10人）。希望する方は、9月7日〜11月16日、市ホームページ、または電話（95−4802）で受付。

健康講演会

対象▶市内に在住、または在勤の方

費用▶無料

申込▶開催日の前日まで、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

申込はこちら

講演名	日時	会場	講師	定員
糖質オフの落とし穴	10月15日㈯ 13:30〜15:00	小坂井文化会館	おおぐち糖尿病内科クリニック院長・大口英臣医師	120人
知らないとこわい…歯周病に潜む危険!	10月20日㈭ 13:30〜15:00	文化会館	杉石歯科クリニック院長・杉石晋歯科医師	70人
自分を大切に相手も大切にするコミュニケーションのコツ コロナ禍で実感した人とのつながりの大切さ	10月26日㈬ 13:30〜15:00	文化会館	藤田医科大学医学部精神神経科学教授・内藤宏医師	200人

※いずれも先着順。

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 5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17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28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)
妊産婦歯科健診	10月 3日(月)13:15〜13:30	妊娠中・産後1年未満の方(各1回)	当日、母子手帳、筆記用具を持って会場へ
	10月24日(月)13:15〜13:30		
母乳相談	10月14日(金)・28日(金) 9:00〜・10:00〜・11:00〜	概ね産後2カ月までの方	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 7日(金)10:00〜10:15	令和4年6月・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14日(金) 9:45〜10:00	令和4年5月 1日〜15日生まれの子ども	当日、母子手帳、バスタオル、筆記用具を持って会場へ
	10月28日(金) 9:45〜10:00	令和4年5月16日〜31日生まれの子ども	
ママのリフレッシュエクササイズ	10月21日(金)10:00〜10:15	令和4年2月・3月生まれの子どもと母	タオル、飲み物、だっこひも、ヨガマットを持って会場へ(だっこひも、ヨガマットはお持ちの方)
親子ピタ・コチョ教室	10月12日(水) 9:45〜10:00	令和4年1月生まれの子ども	当日、母子手帳、バスタオル、筆記用具を持って会場へ
1歳からの子育て安心教室	10月 4日(火) 9:45〜10:00	令和3年4月〜7月生まれの子どもと家族	電話で、保健センターへ(要予約)
もうすぐ3歳!知っ得栄養教室	10月18日(火) 9:45〜10:00	令和元年11月生まれの子どもと家族	当日、筆記用具を持って会場へ
子ども栄養相談	10月14日(金)13:30〜・14:30〜	就学前の子ども	電話で、保健センターへ(要予約)

教室・相談	受付日時	会場	対象	備考
育児相談	10月 5日(水) 9:30〜10:30	いかまい館	乳幼児と保護者	当日、母子手帳、バスタオルを持って会場へ
	10月11日(火) 9:30〜10:30	こざかい葵風館		
	10月19日(水) 9:30〜10:30	音羽福祉保健センター		
	10月24日(月) 9:30〜10:30	保健センター		
	10月26日(水) 9:30〜10:30	御津福祉保健センター		

●乳幼児健診〈受付時間〉13:00〜13:30／会場▶保健センター

健診	期日	対象の子ども	備考
4か月児健診	10月 6日(木)	令和4年5月11日〜20日生まれ	当日、バスタオルを持って会場へ。ブックスタート(絵本の配布)もあります
	10月12日(水)	令和4年5月21日〜31日生まれ	
	10月20日(木)	令和4年6月 1日〜10日生まれ	
1歳6か月児健診	10月 4日(火)	対象の方には個別に通知します	当日、歯ブラシを持って会場へ。フッ化物塗布もあります
	10月19日(水)		
	10月28日(金)		
2歳児歯科健診	10月 7日(金)		当日、歯ブラシを持って会場へ。フッ化物塗布もあります
	10月21日(金)		
	10月27日(木)		
3歳児健診	10月 5日(水)		当日、自宅で実施した目と耳の検査票と、採尿容器(容器は事前に郵送。当日朝に採尿)を持って会場へ
	10月11日(火)		
	10月18日(火)		
	10月26日(水)		

※共通の持ち物として、母子手帳、問診票、筆記用具。

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 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、保健センターへ(要予約)
こころの健康相談	10月12日(水) 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)
	10月24日(月)13:30〜・14:40〜		
月1!エクササイズ	10月24日(月)10:00〜11:10	運動に関心がある方、始めたいと思っている方	電話で、保健センターへ(要予約)
食べ方と栄養相談	10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、保健センターへ(要予約)
歩こう会(赤塚山公園)	10月27日(木)10:00〜11:30(雨天は11月1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	電話で、保健センターへ(要予約)。当日、タオル、飲み物を持って、ぎょぎょランド建物入口前へ