

食品選びの工夫で解決! ちょっと高めの血圧教室

日時▶9月7日(木)13:30~15:30
会場▶保健センター
対象▶血圧130を超えている40~64歳の方
定員▶20人(先着順)
申込▶9月6日(水)まで、電話で、保健センター(95-4803)へ



食とこころの健康講演会

日時▶9月13日(水)13:30~15:00
会場▶文化会館
講師・内容▶名古屋学芸大学管理栄養学部・安達内美子教授による「食事がこころの元気をつくるワケ~大切にしたい食を楽しむこころ~」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▶9月12日(火)まで、電話で、保健センター(95-4803)へ。FAX(89-5960)、または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、9月6日(水)まで、予約時に申し込んでください

●保健センター 89-0610
詳しい情報は



申込はこちら

楽ちん栄養バランス教室

時間▶10:00~11:00
会場▶保健センター
定員▶20人(先着順)
申込▶9月12日(火)まで、直接、または電話で、保健センター(95-4803)へ。FAX(89-5960)でも受付

期日	内容
9月14日	食べる時間が身体を変える
9月28日	ベスト体重でベスト体調にする食べ方
10月 5日	腸内環境で心と身体を整える

※全3回。いずれも木曜日。

今こそ立ち上がれ! コツコツ骨強化 ロコモ予防実践教室

日時▶9月26日(火)13:30~15:00
会場▶総合体育館
講師・内容▶健康運動指導士・伊藤聖子さんによる骨への刺激を意識した筋トレの実践と、保健師によるミニ講話
対象▶市内に在住の74歳以下の方
定員▶30人(先着順)
持ち物▶室内用靴、飲み物、タオル
申込▶8月10日~9月25日、電話(95-4803)、またはFAX(89-5960)で、保健センターへ。FAXでの申込は①氏名②電話番号③生年月日④「ロコモ予防実践教室」を記載してください
その他▶動きやすい服装で参加

带状疱疹ワクチンの接種費用助成

対象▶次の全てに該当する方①接種日時点で豊川市の住民基本台帳に登録されている50歳以上②令和5年8月1日以降に初めてこの制度を利用してワクチンを接種する
助成金額▶2回接種ワクチン(シングリックス)は1回当たり1万円、1回接種ワクチン(ビケン)は3000円。ただし、費用の助成は、どちらかのワクチンで生涯に1度だけ
接種方法▶市内の委託医療機関に、直接、予約をしてください
その他▶市内の委託医療機関で接種する場合は、接種金額から助成金額を差し引いた額を医療機関へお支払いください。市外の医療機関で接種を希望する場合は、事前に、保健センター(95-4801)へお問い合わせください



詳しくはこちら

新型コロナワクチン追加接種に関するお知らせ

豊川市新型コロナワクチンコールセンター ☎56-2210 (FAX)89-5960 時間▶9:00~17:00(土・日曜日、祝日を含む)

9月から始まる新たな追加接種についてお知らせします。

接種券▶8月中旬以降に順次発送

接種会場▶個別接種は市内医療機関/集団接種は市民プラザ(プリオII4階)、保健センター

対象▶1・2回目接種が完了している5歳以上の方

利用可能な接種券▶クリーム色の接種券(お手元に未使用の接種券がある場合はそちらを利用してください。その場合、8月中旬以降に接種券は発送されません)

※一度も接種していない方向けの初回接種の他、8月までは65歳以上の方などにに向けた追加接種も実施しています。希望する方は、[豊川市新型コロナワクチンコールセンター](#)、または市内医療機関へお問い合わせください。



市ホームページ
はこちら

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	9月 6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	9月11日(月)13:15~13:30	妊娠中の方と家族	
妊産婦歯科健診	9月25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
母乳相談	9月 8日(金)・22日(金)・27日(水) 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)
みんなで学ぶ! 赤ちゃんの気持ち教室	9月12日(火) 9:45~10:00	生後2~3カ月の子どもと家族	電話で、保健センターへ(市ホームページでも受付)(要予約)
産後のからだ整え教室	9月 1日(金)10:00~10:15	令和5年5・6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	9月 8日(金) 9:45~10:00	令和5年4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、スプーン(保護者向けの試食があります)、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
	9月22日(金) 9:45~10:00	令和5年4月16日~30日生まれの子ども	
ママのリフレッシュ エクササイズ	9月15日(金)10:00~10:15	令和5年1・2月生まれの子どもと母	市ホームページで受付(要予約)
親子ピタ・コチョコ教室	9月13日(水) 9:45~10:00	令和4年12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
子ども栄養相談	9月 8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	9月 6日(水) 9:30~10:30	いかまい館	乳幼児と家族	当日、母子手帳、バスタオルを持って会場へ
	9月12日(火) 9:30~10:30	こぞかい葵風館		
	9月20日(水) 9:30~10:30	音羽福祉保健センター		
	9月25日(月) 9:30~10:30	保健センター		
	9月27日(水) 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	9月 4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	9月 6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)
	9月25日(月)13:00~14:10~		
食べ方と栄養相談	9月26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)