



Health and Fitness



筋肉の質に注目！血糖降下教室

- 日時▶1月23日(火)13:30～15:30
 会場▶保健センター
 内容▶健康運動指導士による運動の実践と、保健師によるミニ講話、血糖値セルフチェック
 対象▶血糖値が気になる40～64歳の方
 定員▶20人(先着順)
 申込▶1月16日(火)まで、電話で、保健センター(95-4803)へ
 その他▶動きやすい服装で参加

●保健センター 89-0610
 詳しい情報は

医療機関検診(ワンコインがん検診)

- 期間▶令和6年2月10日(土)まで
 対象▶市内に在住で、令和6年4月1日時点で各検診の対象年齢となる方(勤務先などで受診する機会のある方を除く)
 申込▶電話で、市ホームページに掲載の委託医療機関へ
 その他▶胃がん・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検診の受診間隔は2年に1回(偶数年齢)です。40健診の受診券、乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券のある方は、無料で受診できます。期間終了間際は予約が取れないことがありますので、早めの受診をお勧めします



医療機関一覧はこちら

検診名など		対象年齢	自己負担額
結核・肺がん検診	X線撮影	16歳以上(喀痰検査は50歳以上の方で喫煙状況による)	500円
	X線撮影 <small>かくたん</small> と喀痰検査		1000円
胃がん検診	X線撮影(バリウム)	42歳以上(偶数年齢)	500円
	内視鏡検査(カメラ)	50歳以上(偶数年齢)	
大腸がん検診		40歳以上	500円

検診名など		対象年齢	自己負担額
乳がん検診	超音波(エコー)	30歳以上(偶数年齢)(女性)	500円
	X線撮影(マンモグラフィ)	40歳以上(偶数年齢)(女性)	
子宮頸がん検診		20歳以上(偶数年齢)(女性)	
前立腺がん検診		50～70歳(偶数年齢)(男性)	

骨髄提供者助成金交付事業

- 骨髄・末梢血幹細胞移植を推進するため、提供者(ドナー)と提供者が勤務する事業所に対して助成金を交付します。
- 対象▶①提供者(ドナー):日本骨髄バンクを介して骨髄または末梢血幹細胞を提供した方②事業所:提供者(ドナー)が勤務している国内の事業所(国、地方公共団体、独立行政法人、地方独立行政法人、国立大学法人、公立大学法人を除く)
- 助成額▶通院・入院などに要した日数に応じて、①は2万円/日(上限7日)、②は1万円/日(上限7日)
- 申込▶骨髄・末梢血幹細胞を提供した日から1年以内に申込書などを、直接、保健センターへ(申込前に、電話で、保健センター(95-4801)へお問い合わせください)

男性対象の無料風しん抗体検査

- 対象▶市内に在住で、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性(過去にこの制度を利用して風しん抗体検査を受けた方を除く)
- 費用▶無料(抗体検査の結果、抗体が十分でない場合は、MR(麻しん風しん混合)ワクチン接種も無料)
- 申込▶直接、医療機関へ。医療機関は、市ホームページ、または厚生労働省ホームページで確認できます
- その他▶対象の方には、令和4年3月にクーポン券を送付しています。紛失などによりクーポン券がお手元のない場合は再発行できますので、保健センター(95-4801)へお問い合わせください

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(平日だけ。年末年始(12月29日~1月3日)を除く)

接種期間 ▶ 令和6年3月31日(日)まで

接種会場 ▶ 市内医療機関(12月以降は原則個別接種だけ)

対象 ▶ 初回接種が完了している生後6カ月以上の方

利用可能な接種券 ▶ 前回接種から3カ月経過後に順次発送する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。その場合は、改めて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	1月17日(休) 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	1月29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)	1月26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	1月22日(月)13:15~13:30	妊娠中・産後1年未満の方(各1回)	当日、母子手帳を持って会場へ
母乳相談	1月12日(金)26日(金)31日(休) 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	1月 9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	1月 5日(金)10:00~10:15	令和5年9・10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	1月12日(金) 9:45~10:00	令和5年8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、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
	1月26日(金) 9:45~10:00	令和5年8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	1月19日(金)10:00~10:15	令和5年5・6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	1月10日(休) 9:45~10:00	令和5年4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	1月12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	1月 9日(火) 9:30~10:30	こざかい葵風館	乳幼児と家族	当日、母子手帳、バスタオルを持って会場へ
	1月17日(休) 9:30~10:30	音羽福祉保健センター		
	1月22日(月) 9:30~10:30	保健センター		
	1月24日(休) 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
こころの健康相談	1月10日(休) 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)
	1月22日(月)13:00~14:10~		
健康相談	1月15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)
食べ方と栄養相談	1月23日(火) 9:30~10:40~	食生活に関する相談をしたい方	