

1月の健康カレンダー

ところ：保健センター

名称	とき	受付時間	対象、持ち物など(※母子手帳)
母子手帳の交付と妊婦相談	15・22・29日㊦	午後1時30分～3時	妊娠届出書を交付された方
ママ教室(1回目)〈予約制〉	9日㊦	午前9時20分～9時30分	妊婦さん、体操のできる服装(※)
子育て相談	11日㊦	午前9時30分～11時30分	栄養、歯科相談もできます(※)
もぐもぐ教室(離乳食前期)	18日㊦	午前9時45分～10時	5～6カ月児(※)
カミカミ教室(離乳食後期)	10日㊦		9～10カ月児(※)
1歳児教室☆	22日㊦	午前9時45分～10時45分	1歳の誕生月児(※)
2歳児教室	12日㊦	午前9時45分～10時	2歳の誕生月児(※)
はじめての歯科健診 ☆	12日㊦	午後1時～1時45分	1歳2～3カ月児
2歳児歯科健診 ☆	19日㊦	午後0時50分～1時45分	2歳～2歳3カ月児 フッ素塗布(無料)、 歯ブラシ(※)

◎4カ月・1歳8カ月・3歳児健康診査は対象の方に個別通知します。 ☆ 個別通知します

名称	とき	対象(持ち物)	ところ
脱メタボのための 筋トレ・脳トレ実践教室	13日㊦	午前9時30分～ 11時30分	どなたでも (筆記用具・タオル)
国保出張特定健診 〈予約制〉	21日㊦	午前9時45分～正午	国保加入者で今年度特定 健診を受診してない方
	25日㊦	午後1時30分～2時30分	保健センター 市民会館
健診結果活用セミナー 〈予約制〉	14日㊦	午前10時～正午	どなたでも
	17日㊦	午後1時30分～3時	(筆記用具・タオル・健診 結果)
	23日㊦	午前10時～正午	三谷公民館 保健センター 文化広場
健康相談・栄養相談・歯科相談 〈予約制〉	26日㊦	午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛 生士による相談を希望する方

名称	とき	集合時間	集合場所など
みんなで楽しく無理なく 三谷歩こう会	8日㊦	午前9時	若宮公園時計塔前(雨天中止)
形原西浦の名所をめぐる ウォーキング会	27日㊦	午前9時30分	西浦公民館(雨天中止)

知っ得講座！健康情報

献血を実施します

とき 1月22日(月) 午前9時30分～11時45分、
午後1時～4時
ところ 市役所1階ロビー
対象 17～69歳の方
体調や条件によってはできない場合もあります。
持ち物 運転免許証などの本人確認できるもの

インフルエンザ予防接種・がん検診の 自己負担金が免除されます

世帯全員が市民税非課税の方は、インフルエンザ予防接種、がん検診の自己負担金が免除されます。平成30年度の免除については、平成30年1月31日現在を基準日に判定を行います。対象になると思われる方は基準日までに税務課窓口で市民税非課税であるか確認をお願いします。

うつ病家族教室

うつ病で治療中の方の家族を対象とした、病気への理解を深め支援方法を学ぶための教室です。

ところ 豊川市総合体育館ミーティング室(豊川市諏訪3丁目)
第1回 1月17日(水)午後0時30分～1時50分 講話「うつ病を知ろう」
第2回 1月24日(水)午後2時～3時30分 講話「復職に向けて～家族が知っておくとよいこと～」
第3回 2月1日(木)午後2時～3時30分 グループワーク
申し込み 電話で豊川保健所健康支援課こころの健康推進グループ(☎86♦3626)へ。

お詫びと訂正

11月の回覧でお知らせした2月15日の子宮頸がん集団検診の対象に誤りがありました。お詫びして訂正します。
(誤) 20歳以上70歳以下の女性市民
(正) 前年度に子宮頸がん検診を受けていない20歳以上の女性市民

在宅医などへのお問い合わせ

在宅当番医(テレホンガイド) ☎67♦2828
休日急病診療所 ☎67♦2555
休日歯科・障がい者歯科診療所 ☎69♦8020