

## いきいき介護者教室

**日程など:** 下表(全2回。1回のみ参加も可) **ところ:** あいトピア(前畑町) **対象:** 介護者、介護に関心のある方(介護職従事者を除く) **定員:** 30人程度(申込順) **受講料:** 無料 **申込先:** 豊橋市中央地域包括支援センター(☎54・7170)

■いきいき介護者教室 ※時間は午後1時15分～3時15分

とき	内容	講師
7月15日(水)	お口のお手入れをおこたると・・・ 口腔ケアのススメ	歯科医師、歯科衛生士
	腰痛予防体操	地域包括支援センター職員
7月22日(水)	認知症を知ろう	老年科専門医
	相談窓口のご案内など	地域包括支援センター職員

## さくらピア 夏休みイベント

問い合わせ

さくらピア

(東新町 ☎53・3153 ☎53・3200)

### ■機能訓練事業 水泳による訓練

**とき** 7月3日～8月7日の金曜日(全6回)午後6時～7時 **ところ** アクアリーナ豊橋(神野新田町字メノ割) **対象** 市内在住の3障害の手帳(※所持者・見と家族、介護者) **内容** 水中で身体を動かすことで新陳代謝の促進を図るとともに水の浮力で身体部位の緊張も緩和し、機能の保持を図ります。(競泳指導ではありません。家族、介護者も入水します) **講師** 壁谷田恵子さん(水泳インストラクター)

**定員** 10組(申込順) **参加料** 無料 **申し込み** 6月16日午前9時から、さくらピア

### ■七夕ライブ

**とき** 7月5日(日)午後6時～7時30分 **ところ** さくらピア **内容** 中国伝統の擦弦楽器「二胡」および日本の伝統音楽「雅楽」の演奏会 **出演** 中村ゆみこさん(二胡奏者)、近藤泰史さん・近藤智佳子さん(雅楽二重奏者)ほか **入場料** 無料 **申し込み** 不要

### ■屋上プールオープン

**とき** 7月7日(火)～9月6日(日)(月曜日、7月21日(火)を除く)の午前10時～午後4時45分(※途中休憩あり。天候などにより時間短縮や休場する場合があります) **ところ**

さくらピア **対象** 市内在住の3障害の手帳所持者・見(小学3年生以下および重度障害者は介護者同伴)と家族、友人 **持ち物** 水泳帽、水着、必要な方はゴーグル、ビート板など **その他** 午前中は利用できない日がありますのでお問い合わせください

### ■水泳教室

**とき** 7月23日～8月25日の火・木曜日(全9回)午前10時～正午(天候などにより中止の場合あり) **ところ** さくらピア

**対象** 市内在住の3障害の手帳を所持する小・中学生(小学1～3年生および重度障害者は介護者同伴)と保護者 **内容** バタ足、けのびなど、水泳の初歩・基本を中心に練習します **講師** 伊藤貴美さん(水泳インストラクター)ほか **定員** 15人(申込順) **参加料** 500円 **持ち物** 水着、水泳帽、ゴーグル **その他** 事前に参加同意書の提出が必要です **申し込み** 6月16日午前9時から、さくらピア

### ■親子陶芸教室

**とき** 7月26日(日)午前10時～11時30分 **ところ** さくらピア **対象** 市内在住の3障害の手帳所持児と保護者 **内容** モノづくりを通じて、親子の交流を深めます **講師** 内藤常次さん(陶芸家) **定員**

10組(申込順) **参加料** 1人500円 **持ち物** 手拭いたオル、エプロン **申し込み** 6月16日午前9時から、さくらピア

### ■サマースクール

**とき/内容** ①7月29日(水)午前10時～正午/映画「ひつじのショーン」バック・トゥ・ザ・ホーム」鑑賞②8月7日(金)午前10時～正午/ポッキー先生のうんどう遊び③8月7日(金)午後1時～3時/クラフト(ランタン作り)④8月20日(木)午後1時～3時/人形劇「二大事でござる」  
**ところ** ①ユナイテッドシネマ(藤沢町)②さくらピア **対象** 市内在住の3障害の手帳所持児と付添者 **講師** ②ポッキー先生(きののいい羊達にじいろキッズ代表)③サマースクール実行委員会④人形劇団ばんび **定員** ①100人②③各20人④30人(各申込順) **参加料** ①500円②③各200円 **持ち物** ②のみ室内用シューズ、飲み物 **その他** ①は1室貸切り上映 **申し込み** 6月16日午前9時から、さくらピア

「共通事項」その他 詳細はホームページ(<http://hosyoren.jp/sakurapia/>)参照

※3障害の手帳とは身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳



### ひきこもり講演会

**とき:**7月13日(月)午後2時～4時 **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいつぶ」内) **対象:**ひきこもりの問題に関心のある方、ひきこもりの問題を抱える方の家族 **テーマ:**不登校・ひきこもりどうしたらいいの?「まだ大丈夫?」「もう少し様子をみよう」そう思っているお父さん、お母さんに伝えたい **講師:**古橋功一さん(あいち小児保健医療総合センター医師) **定員:**70人(申込順) **参加料:**無料 **その他:**講演会終了後、ひきこもり家族交流会を開催します(市内在住の希望者のみ) **申し込み:**7月10日までに健康増進課(☎39・9145)

## 支援・医療



### あゆみの会

#### 神経系難病患者・家族のつどい

**とき:**7月24日(金)午前10時～11時30分 **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいつぶ」内) **対象:**パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経系難病の方と家族 **内容:**管理栄養士による講話 **定員:**50人(申込順) **参加料:**無料 **申し込み:**7月23日までに健康増進課(☎39・9145)



### 夏休み自由研究教室

**とき:**7月29日(水)午前の部午前10時～正午、午後の部午後2時～4時 **ところ:**保健所・保健センター(中野町字中原「ほいつぶ」内) **対象:**小学5・6年生と保護者(子ども1人につき保護者1人同伴) **内容:**家の飲み水を水質検査します **定員:**各8組16人(抽選) **参加料:**無料 **持ち物:**検査する水、筆記用具、スリッパ **申し込み:**7月7日(消印有効)までに返信先明記の往復はがきで希望の部、保護者の郵便番号・住所・氏名・電話番号、子どもの氏名・学年を生活衛生課衛生試験所(〒441-8539 中野町字中原100 ☎39・9165)

情報ピックアップ

がんは日本人の2人に1人がなるといわれていますが、早期に発見し、適切な治療を行えば高い確率で治る病気です。そのため、がん検診を受け、がんを早期に発見することが極めて重要となります。7月上旬に、国が定めた条件に該当する方に「がん検診無料クーポン券」を送付します。この機会に、がん検診を受診してください。なお、本事業の対象者のうち、4月下旬に発送した市の各種検診票を持っており、まだ受診していない方は、無料クーポン券が届いてから受診してください。

**検診実施期間** 無料クーポン券が届いた日(7月上旬予定)～平成28年1月31日 **対象** 平成27年4月20日時点で豊橋市に住民登録があり、下表に該当する方  
 ※4月21日以降に豊橋市に転入し、下表に該当する方は、お問い合わせください

■無料クーポン券がん検診対象者 ※子宮頸がん、乳がん検診は女性のみ

がんの種類	対象	生年月日(年齢は平成28年4月1日現在)
子宮頸がん(※)	右記生年月日の方のうち、過去5年間に一度も市検診またはクーポン券による子宮頸がん検診を受けたことがない方	右記生年月日の方
		平成6年4月2日～平成7年4月1日(21歳)
		平成4年4月2日～平成5年4月1日(23歳)
		平成元年4月2日～平成2年4月1日(26歳)
		昭和62年4月2日～昭和63年4月1日(28歳)
		昭和59年4月2日～昭和60年4月1日(31歳)
		昭和57年4月2日～昭和58年4月1日(33歳)
		昭和54年4月2日～昭和55年4月1日(36歳)
乳がん(※)	右記生年月日の方のうち、過去5年間に一度も市検診またはクーポン券による乳がん検診(マンモグラフィ検査)を受けたことがない方	右記生年月日の方
		昭和49年4月2日～昭和50年4月1日(41歳)
		昭和47年4月2日～昭和48年4月1日(43歳)
		昭和44年4月2日～昭和45年4月1日(46歳)
		昭和42年4月2日～昭和43年4月1日(48歳)
		昭和39年4月2日～昭和40年4月1日(51歳)
		昭和37年4月2日～昭和38年4月1日(53歳)
		昭和34年4月2日～昭和35年4月1日(56歳)
大腸がん	右記生年月日の方	昭和49年4月2日～昭和50年4月1日(41歳)
		昭和44年4月2日～昭和45年4月1日(46歳)
		昭和39年4月2日～昭和40年4月1日(51歳)
		昭和34年4月2日～昭和35年4月1日(56歳)
		昭和29年4月2日～昭和30年4月1日(61歳)



無料クーポン券によるがん検診(子宮頸がん・乳がん・大腸がん検診)を行います

問い合わせ

健康増進課 ☎39・9136