

元気に健やかに

健康

健康づくりのためのイベントや、
健康管理に役立つ情報などを紹介します。



PICK UP

歯の健康フェスティバル 2018 健康家族で輝く笑顔

歯周病検診、フッ素塗布、親子で歯の健康教室などを行います。

とき 6/10(日)9:00~12:30(受け付けは12:00まで) **ところ** 保健所・保健センター

問合せ 豊橋市歯科医師会(☎26・8300)、健康増進課(☎39・9145) ☎55123

食改さんのヘルシークッキング 乾物 De カフェごはん!

車ふのステーキ、ひじきとトマトサラダ
などを作ります。

とき 6/22(金)9:40~12:30 **ところ** 大清水
まなび交流館「ミナクル」 **対象** 市内在
住の方(未就学児の同伴不可) **講師**
食生活改善推進員 **定員** 20人(抽選)
料金 500円 **申込み** 5/24(木)までに講座
名、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年
齢、電話番号、本講座の参加回数を健康
増進課(☎39・9145 ☎kenko-info@city.
toyohashi.lg.jp) ☎55101

休日・夜間エイズ即日検査を 受けましょう

HIV抗体検査(5cc程度の採血あり)を行
います。6月1日(金)~7日(木)のHIV検査普
及週間を機に、検査を受けましょう。

とき [休日検査] 6/2(土)9:00~11:00 [夜間
検査] 6/6(水)18:00~20:00 **ところ** 保健
所・保健センター **その他** 検査結果は通常、採血終了から約1時間後(確認検査が
必要な場合は約10日後)に手渡し。検査
は匿名で実施 **問合せ** 健康政策課(☎
39・9104) ☎55132

骨髄ドナー登録会を行います

白血病など血液の病気により骨髄移植や
末梢血幹細胞移植を必要とする方のた
めに、骨髄ドナー登録へご協力ください。

とき 5/11(金)9:30~11:00、13:00~
16:00 **ところ** 豊橋駅南口駅前広場
対象 18歳以上54歳以下の方(健康状
態により登録できない場合あり) **そ
他** 献血も同日実施 **問合せ** 健康政策課
(☎39・9111) ☎8793

禁煙にチャレンジしましょう

5月31日(木)は世界禁煙デー、5月31日(木)~
6月6日(水)は禁煙週間です。この機会に、
喫煙や受動喫煙の害について理解し、禁
煙にチャレンジしましょう。

**タバコクイズ、タバコの害、
禁煙治療についてのパネル展示**
とき 5/21(月)~6/8(金) **ところ** 市役所市民
ギャラリー、保健所・保健センター

[共通事項]
問合せ 健康増進
課(☎39・9145)
☎55057

「受動喫煙のない社会
を目指して」ロゴマーク



豊橋市国保脳ドック等診査 7割助成

対象 4月1日現在、満25歳以上の豊橋
市国民健康保険被保険者(前年度以
前に滞納がある世帯の方、平成28・29
年度に同種の助成を受けた方を除く)

定員 [脳] ①市民病院②成田記念病院
各150人、③弥生病院70人、④榑田脳
神経外科80人、⑤福祉村病院⑥光生会
病院 各20人 [肺がん] ⑦市民病院10人
[心臓] ⑧成田記念病院45人(各抽選
※結果は6月上旬以降に郵送) **申込
み** 5/14(月)(消印有効)までに、はがき、
または封書で保険証記号番号、氏名
(ふりがな)、生年月日、電話番号、住
所、医療機関名・番号(1つ)を国保年金
課(〒440-8501住所不要 ☎51・2298)
☎8058

健康づくりのための スポーツ教室

バレトン教室

とき 6/8~6/29の金曜日(全4回)10:00~
10:50 **ところ** 浜道地区体育館 **申込み**
5/9(水)10:00から直接、豊橋市体育協会、
浜道地区体育館

メタボ予防のための健康増進教室

とき 6/14(木)、6/28(木)、7/12(木)、7/26(木)(全
4回)13:30~15:00 **ところ** 牛川地区体
育館 **申込み** 5/9(水)10:00から直接、豊
橋市体育協会、各体育施設
[共通事項] **定員** 各20人(申込順) **料
金** 各2,000円 **その他** スローストレッチ
教室もあり **問合せ** 豊橋市体育協会(☎
63・3031) ☎55240



PICK UP

防災安全



暮らしの安全・安心に関する講座や、防災・防犯、消防に役立つ情報を紹介します。

水防訓練

洪水や河川の氾濫などを想定した訓練を実施します。

- とき** 5/25(金)9:30
- ところ** 豊川河川敷(豊橋創造大学対岸)
- 問合せ** 防災危機管理課(☎51・3126)
- HP** 55062

梅雨・台風シーズンを前に災害への備えを強化します!



防災危機管理課
安井 祥哲

上級救命講習

心肺蘇生法、外傷の手当ての仕方、搬送法などを学びます。
とき: 6/3(日)9:00~17:00 **ところ**: 中消防署 **対象**: 中学生以上 **定員**: 20人(抽選) **その他**: 修了証を交付 **申込み**: 5/15(火)までに、はがき、またはEメールで講習名、住所、氏名、生年月日、職業、電話番号を消防救急課(〒440-0874 東松山町23 ☎51・3101 ㊚ teate99@city.toyohashi.lg.jp) **HP** 53423

とよはし防災リーダー養成講座

防災講話やHUG(避難所運営ゲーム)などを行います。
とき: 6/16(土)、6/23(土)・6/24(日)のうち1日、6/30(土)、7/14(土)(全4回)9:00~16:00※最終日は12:30まで **ところ**: アイブラザ豊橋 **対象**: 市内在住の高校生以上 **定員**: 30人(申込順) **申込み**: 5/25(金)までに防災危機管理課(☎51・3126) **HP** 55064

防火管理者(甲種・乙種) 資格取得講習会

- ①甲種
とき: 6/20(水)9:30~16:00、6/21(木)9:30~15:00(全2回) **料金**: 5,500円
 - ②乙種
とき: 6/20(水)9:30~16:30 **料金**: 5,000円
- [共通事項] **ところ**: ライフポートとよはし **対象**: 防火管理者の選任が必要な対象物の関係者(東三河地域に在住・在勤の方優先) **定員**: ①②あわせて140人(申込順) **申込み**: 6/4(月)~6/6(水)に料金を予防課(☎51・3115)、中消防署(☎52・0119)、南消防署(☎46・0119) **HP** 17281

緊急速報メールの配信に伴い、携帯電話が一斉に鳴ります

5月30日(水)午前10時30分頃、国と市から豊川の水位上昇により避難情報が発令されたと想定した緊急速報メール(2回)を、市内に滞在する方の携帯電話に配信する訓練を行います。マナーモードでも音が鳴りますので、支障がある場合は事前に電源を切るなどしてください。
問合せ: 豊川河川事務所(☎48・8107)、防災危機管理課(☎51・3126) **HP** 55206

暮らしの安全安心ひとことメモ

子どものための救急法 おもちゃなどを飲み込んでしまったら

乳児の死因のうち、不慮の事故によるものの代表格が窒息です。トイレトペーパーの芯を通る大きさの物は誤飲の恐れがあるため、手の届かないところに置くなどして、事故を未然に防ぎましょう。万が一、飲み込んでしまった場合は、背中を手のひらで強く叩き、つかえている物を吐き出させてください。対処に迷うようなときは、すぐに119番通報を!

問合せ: 消防救急課(☎51・3101)

■応急手当ベビーコース

とき: 6/10(日)9:30~11:30 **ところ**: 中消防署 **定員**: 20人(抽選)
その他: 子どもの同伴可 **申込み**: 5/20(日)までに、はがき、またはEメールで講習名、住所、氏名、年齢、電話番号、同伴する子どもの人数・年齢を消防救急課(〒440-0874 東松山町23 ☎51・3101 ㊚ teate99@city.toyohashi.lg.jp) **HP** 53424

平成29年中の子どもに対する不審者情報の件数

※13歳未満の子どもに対する事案の件数。()内は前年比

総数	42件(17件増)
・声を掛けられた	9件(2件増)
・つきまとわれた	9件(7件増)

防犯ブザーなどを
持ち歩きましょう!