



特集

性は十人十色

性の多様性を考える



今号 3 ページに新型コロナウイルス感染症の情報を掲載しています。



もくじ contents

03 新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

04 イチオシ情報

- キッズ豊橋農業マイスターになろう!
- 健康づくりを始めよう フィッチャレ!

06 特集

性は十人十色 性の多様性を考える

10 豊橋ニュース

- アオハル防災キャンプ
- ラジオパーソナリティになろう!

11 のんほいパーク

- はじめまして!キリンのリンです!
- チンパンジーに新しい遊具を贈ろう

12 公共施設イベント

- 司文庫展 エリック・カール
- さくらピア スポーツ吹矢教室

16 スポーツ

- ベースボール5 目指せ、日本代表!
- 市民スポーツ祭

17 演劇・コンサート

- 野村万作・野村萬斎狂言公演2021
- 高校生と創る演劇 ミライハ

18 暮らし情報

25 相談

26 パパママ

- モグモグ教室
- 幼児ふれあい教室

27 シニア

- 100歳以上の方への長寿祝い
- 高齢者セミナー

28 健康

- 健康づくりのためのスポーツ教室
- 定期的ながん検診を受けましょう

29 防災・安全

- 応急手当ベビーコース
- 防犯ボランティア養成アカデミー

31 緊急医

新型コロナウイルス感染症によるイベントなどの延期や中止・変更については、各問合せ先へご連絡いただくか、各ホームページでご確認ください。



東京2020オリンピック競技大会に出場した豊橋ゆかりのアスリートが各競技で活躍されました。その姿は私たちを元気づけ、感動を与えてくれました。

マラソン

鈴木亜由子選手

バレーボール

山田二千華選手

ラグビー

彦坂匡克選手

バスケットボール

高田真希選手

馬瓜エブリン選手

3x3バスケットボール

馬瓜ステファニー選手

富永啓生選手

新型コロナウイルス感染症に関するお知らせ

※最新の情報はホームページをご覧ください

新型コロナウイルス感染症予防接種証明書(ワクチンパスポート)の申請受付

海外渡航に必要な、新型コロナワクチンを接種済みであることの証明書を発行します。

対象 豊橋市発行の接種券(または接種券付き予診票)を利用して新型コロナワクチンを接種し、海外渡航の予定のある方

申請 随時、必要書類を健康政策課(〒441-8539中野町中原100)

問合せ 健康政策課(☎39・9109)

HP 87750

必要書類

- 申請書
- 渡航時に有効期限内の旅券(パスポート)の写し
- 接種券(接種済証)または接種記録書の写し
- 運転免許証やマイナンバーカードなど本人確認書類の写し

※ この他にも追加で書類が必要な場合あり

新型コロナウイルス感染対策を徹底しましょう

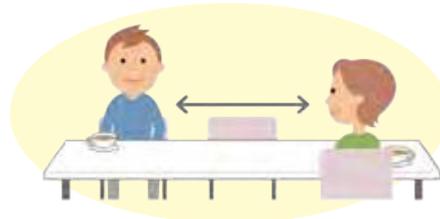
新型コロナワクチンの接種が終わっても、周囲への感染を防ぐため感染症対策を徹底する必要があります。引き続き以下のことを実践し、感染を防ぎましょう。

人と会う時



- ① 人との十分な距離を保つ
- ② 混雑している場所や時間を避ける
- ③ オンラインの利用や、時差出勤を取り入れる
- ④ 屋外でも密接や密集を避ける

飲食する時



- ① 少人数・短時間の利用を心掛け、大声での会話を避ける
- ② 互い違いに座るなど、対面にならないようにする
- ③ アクリル板の設置や換気の徹底など、ガイドラインを守った飲食店を利用する
- ④ テイクアウトやデリバリーを利用する

ポイント

会話の際は、マスクの着用を徹底しましょう

問合せ 感染症対策室 ☎39・9104

新型コロナワクチンに関する



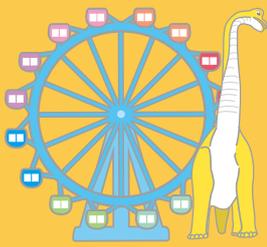
Q 接種直後に起きる症状はどんなものがあるの？

A ワクチン接種に対する緊張や痛みをきっかけに、血の気が引いて立ちくらみなどを引き起こす「血管迷走神経反射」が確認されていますが、通常は横になって休めば回復します。また、まれに息苦しさやじんましんなどの症状が出るアナフィラキシーが起こる場合もあります。

Q 接種してからどのくらいで免疫がつくの？

A ファイザー社製のワクチンで最も高い効果が得られるのは、2回目を接種してから7日程度以降です。武田/モデルナ社製のワクチンは、臨床試験では2回目を接種してから14日以降です。

問合せ ワクチンコールセンター ☎0570・09・5670 HP 84691



まちおし情報

主なイベントや重要なお知らせなどをピックアップして紹介します。



キッズ豊橋農業マイスター になろう!

豊橋ならではの農畜産業体験ができます。

- ところ** 道の駅とよはし、市内圃場ほか
- 対象** 市内在住の小学生
- 定員** 25人(抽選)
- 料金** 各500円
- 申込み** 10/7(木)までにホームページで必要事項を入力
- 問合せ** 農業支援課(☎51・2472)
- HP** 87940

体験内容

とき	内容
11/6(土)	次郎柿の摘み取り体験
11/20(土)	フラワーラッピング体験
12/12(日)	バター作り体験
来年2月上旬	キャベツの収穫体験



健康づくりを始めよう フィットチャレ!

市民の健康づくり強化のため、さまざまなイベントを開催します。

とき 10/1(金)~11/30(火)

企業対抗チャレンジマッチ

スマートフォンアプリを使って、平均歩数を競います。

対象 市内の事業者・団体(1チーム5人以上)

その他 賞品(商品券3万円分)などあり

申込み 9/17(金)までにホームページで必要事項を入力

フィットチャレ! 応援店舗を募集します

健康的な食事やジムの無料体験など、市民の健康づくりにつながるサービスを提供する店舗を募集します。

対象 市内の事業者

申込み 11/11(木)までにホームページで必要事項を入力

[共通事項]

その他 ウォーキングイベントなども開催。日程など詳細はホームページ参照

問合せ 健康政策課(☎39・9116)

HP 87552





国指定記念シンポジウム 国指定天然記念物と葦毛湿原

国指定天然記念物としての価値や意義について講演します。

とき 10/9(土)13:30～16:30

ところ 公会堂

講師 田中厚志さん(文化庁文化財調査官)ほか

定員 300人(先着順)

問合せ 文化財センター(☎56・6060)



市民スポーツ写真 コンクール作品

スポーツや健康づくりなどに関する写真を募集します。

対象 市内在住・在学・在勤の方

その他 作品は未発表のものに限る。推薦(賞状と賞金)などあり

応募 11/30(火)までに、昨年11/1(日)以降に市内で撮影した白黒・カラー写真(2Lサイズ以上)の裏面に応募用紙を貼り、豊橋市体育協会(〒440-0832 岩田町1-2 ☎63・3031) ※応募用紙は豊橋市体育協会で配布

HP 85705



昨年度の推薦「楽しいラグビー」

子どものためのお金を考える オンラインセミナー

離婚後の養育費と面会交流

とき 10/16(土)10:00～11:30

講師 中川彩子さん(弁護士)

養育費のための公正証書

とき 10/23(土)10:00～11:30

講師 竹之下シゲキさん(行政書士)

[共通事項]

対象 ひとり親、離婚を考えている方

定員 各20人(申込順)

その他 オンライン会議システム「Zoom」で受講。こども若者総合相談支援センター「ココエール」での受講可。6か月児～小学6年生の託児あり(申込順)。8日前までの予約制。1人1回100円必要)

申込み 随時、子育て支援課(☎51・2320)

HP 83069

とめちゃりん東(豊橋駅東口地下駐輪場)を 利用して景品を当てよう!

地元食品の詰め合わせやQUOカードなどが当たります。

とき 9/1(水)～10/31(日)

ところ とめちゃりん東

応募 11/10(水)までに一時駐車票の領収書300円分を一口として応募用紙に貼り、場内に設置した応募箱へ投函※応募用紙はとめちゃりん東で配布

その他 定期・原付の利用を除く

問合せ 土木管理課(☎51・2507)

HP 87234



レズビアン
同性を好きになる女性



ゲイ
同性を好きになる男性



バイセクシュアル
異性も同性も好きになる人



L
esbian

G
ay

B
isexual

特集

性は十人十色 性の多様性を考える

+

プラス
他の多様な性のあり方

T
ransgender

トランスジェンダー
身体の性と心の性が異なる人



クエスチョニング
心の性が男か女か分からない人

Q
uestioning



「LGBTQ+」という、性的少数者を呼び表す言葉がテレビや雑誌などで使用される機会が増え、性のあり方は「男」と「女」の2つだけではないと、世界の認識が変わってきています。今回の特集では、LGBTQ+の方の話を通し、誰もが自分らしく生きるための性のあり方を考えます。

問合せ 市民協働推進課(☎51・2188)

HP 76843

性の4つの要素 (図1)

身体の性

身体の特徴から判断される戸籍上の性

心の性

自分の性をどのように感じているか

好きになる性

恋愛や性愛の感情がどんな性に向くか

表現する性

言葉遣いや振る舞い、服装などの見かけ



性は「男」と「女」だけではない

これまで、性は性器などをはじめとした身体の特徴から判断される戸籍上の性、「男」と「女」の2つという考え方が一般的でした。しかし、現在では「身体の性」や「心の性」などの4つの要素が組み合わせり、性が形作られるとされています(図1)。

4つの要素の組み合わせり方は一人ひとりと異なり、多彩で豊かな性を生み出します。

このように、性は十人十色であり、「男」と「女」の2つのみに当てはめて考えることはできません。

LGBTQ+の方に聞いた「気になる身近なこんなこと」

無意識の性差別につながる言動がないか考えてみましょう



職場などで、心の性や表現する性と異なる服装を強いられる



身体の性と心の性の、どちらを答えたらいいのか分からない



性別分けされたトイレに入りにくいのでバリアフリートイレを使用していると、げげんな目で見られる



好きになる性が異性だという前提で質問される

見えないLGBTQ+

「LGBTQ+の人は周りにいないから自分には関係のない話だ」と思っていないか。昨年12月に実施された調査(※1)によると、およそ11人に1人がLGBTQ+の方だという結果が出ています。

この結果からは、学校や職場など身近な場所にもLGBTQ+の方がいると考えられ、想像以上に身近な存在であることがわかります。しかし一方では、同じ調査で約65%の人が「身近にLGBTQ+の人がいない」と回答するなど、実態と認識との間にズレが生じています。

「いない」は思い込み

このズレの原因は、「LGBTQ+だと打ち明けている人が身近にいない」状況を、「身近にLGBTQ+の人がいない」と認識していることです。LGBTQ+の方は外見だけでは分からないことも多く、当事者が打ち明けない限りその存在に気付かず、「いない」と思い込んでしまうのです。

多様な性のあり方を認め合う

例えば、上のイラストのような場面で、LGBTQ+の方は違和感や否定感を覚えることがあります。性の多様性を理解し、相手の性に配慮した言動を心がけ、無意識の性差別を無くしましょう。

(※1) 電通ダイバーシティラボ「LGBTQ+調査2020」

どんな性のあり方でも 幸せになれる

竹原 楓さん(29歳)

26歳まで、身体の性:女性 心の性:男性
現在は、身体の性・心の性ともに男性

LGBTQ+の方を支援するNPO法人に所属し、講演活動などを行っている豊橋市出身の竹原さんに、自身の体験や思いなどを伺いました。

性のあり方に悩んだ学生時代

小学校高学年のときに、身体の性と心の性との間に違和感があることに気付きました。体の成長とともに胸が膨らみ生理が始まるなど、自分の体に起こる変化に戸惑いました。中学生になり、制服は仕方なく着ていましたが、スカートをはくのが嫌で、ジャージを着て登下校していました。高校生になると男性用の下着を身に着けるようになりましたが、先生から「なんでそんな下着をはいているの」と言われるなど、窮屈な環境が嫌になり、学校を辞めたいと親とぶつかることもありました。

この頃の私は、違和感や戸惑いの原因



が分かっています。ですが、トランスジェンダーの方と話したことをきっかけに、「私はこの人と同じだ、私はトランスジェンダーなんだ」と、自分の性のあり方を理解しました。それまで感じていた違和感などの原因は分かりましたが、自分のことを「普通ではない」「病気になるだ」と思い込み、自分で自分を追い込んでしまいました。

性のあり方を

受け入れられたことが支えに

しかし、友人たちに自分がトランスジェンダーであることを伝えると、「そんな気がしてた」「別に気にならないよ、楓は楓だから」と受け入れてくれました。その後、家族に打ち明けた時も「分かっていたよ」と受け入れてもらえ、周りに自分のことを「普通ではない」と言う人はいませんでした。私は、自分自身が一番自分の性のあり方について偏見を持ってい

たことに気付き、自分の性のあり方が周囲に受け入れられたことで、大きな勇気が湧きました。

高校を卒業してから働き始めた飲食店で意を決し、自分がトランスジェンダーであることを打ち明けたところ、快く受け入れてもらえ、不自由なく働くことができました。そこで目指していた料理長を勤め上げたことも大きな自信につながりました。

LGBTQ+は身近な存在

私自身、面と向かって「LGBTQ+の人には会ったことがない」と言われたことがあるほど、その人がLGBTQ+であることは見た目では分かりません。しかし、皆さんの身近にも私のようなLGBTQ+の方がいることをぜひ、知って欲しいと思います。自分の性のあり方を周囲に受け入れてもらえることは、大きな心の支えになるはずです。

LGBTQ+であっても できないことはない

私は今、本当に幸せです。

幸せの形はいろいろですが、私は、周囲にありのままの自分を受け入れてもらえたことや、自分自身が持っていた偏見を無

くすことができたこと、好きなことに熱中できたことで幸せを掴むことができました。LGBTQ+であっても、何かに夢中になり、本気で取り組み、できないことはないありません。性のあり方に悩み、やりたいことをできないでいる方や夢を諦めてしまっている方が少しでも減り、自分らしく生きることができるようになることを願います。

LGBTQ+の方の面接相談を受け付けています

性のあり方に関する悩みを、専門の相談員に相談できます。

とき 月～日曜日、祝日 ①10:00～15:00 ②15:00～20:00

ところ 市内公共施設

対象 市内在住のLGBTQ+の方や家族、教育関係者など

その他 ①は希望日の1か月前までに、②は2週間前までに予約が必要。申込方法など詳細はホームページ参照

申込み 電話で市民協働推進課(☎51・2188) ※ホームページからも申し込み可

私たち、 パートナーシップ制度で 宣誓しました

Aさん(34歳) 身体の性:男性 心の性:男性

Bさん(23歳) 身体の性:男性 心の性:女性

豊橋市では、カップルの一方または双方が性的少数者である2人が、人生のパートナーとなることを宣誓したことを公に証明する「豊橋市パートナーシップ制度」を開始しました。今回は、1組目のカップルとして宣誓したお2人にお話を伺いました。

「宣誓しようと思ったきっかけ」

Aさん 他の自治体でパートナーシップ制度が導入されていることは知っていましたが、知人から豊橋市でもパートナーシップ制度が始まったと聞いたときは驚きました。以前からBさんとの正式な結婚への条件が整うまで、パートナーとしての形が欲しいと考えていたので、すぐにBさんに話をしました。

Bさん Aさんから「宣誓しよう」と言われたときは、とても嬉しかったです。この制度は、結婚したくてもできない今の私たちができる最大限のことだと思い、宣誓することを決めました。

「宣誓後の、自身や周囲の変化」

Bさん 受領証を受け取り、恋人以上の関係になれたと実感しました。私たちの関係を理解してくれている友人や職場の人に宣誓したことを話すと、「おめでとう」と言ってくれました。宣誓したことで、周りの方が私の性のあり方を受け入れてくれ、より女性として接してくれるようになりました。受領証カードはいつも大切に持ち歩いています。

「お2人のこれから」

Bさん 私たちの今後の目標は、正式に結婚することです。今回宣誓したことで、2人で一緒に目標に向かっていけるとい

う安心感が生まれました。

Aさん パートナーとして認められたことで、家庭を持ったという責任感が芽生えています。2人の仲も、より深まったと感じています。新たな一歩を踏み出し、パートナーとして一緒に人生を歩んでいきたいと思っています。

豊橋市パートナーシップ制度の宣誓を受け付けています

対象 一方または双方が性的少数者で、次の全てを満たす2人
①満20歳以上 ②宣誓者のうち少なくとも1人が豊橋市民、または豊橋市に転入を予定している ③配偶者がいない ④宣誓者以外の方とパートナーシップの関係にない ⑤宣誓者同士が近親者でない

その他 宣誓は事前予約が必要。必要書類など詳細はホームページ参照

問合せ 市民協働推進課(☎51・2188)

HP 83300



近年、有名なスポーツ選手や歌手が、自分の性のあり方を公に打ち明けるなど、性のあり方についての考え方は大きく変わりつつあります。男や女、LGBTQ+に当てはめることなく、「性はどんなあり方でもいい」「性のありかたを決めなくてもいい」という考え方も聞かれるようになりました。性は十人十色。一人ひとりが違う性のあり方を持っています。誰もが自分らしく生きるために、性の多様性を認め合い、お互いに尊重し合える社会を作っていきたい。

NEWS 01



森田直樹/アフロスポーツ



ロイター/アフロ

TOYOHASHI 豊橋ニュース NEWS

市内のイベントや最近の話題を
広報担当者が紹介します。

東京2020オリンピック競技大会 女子バスケ 銀メダル獲得

8/8
祝

さいたまスーパーアリーナ

豊橋市出身でキャプテンを務める高田真希選手と、馬瓜エブリン選手が所属するバスケットボール日本代表チームが、銀メダルを獲得しました。同競技でのメダル獲得は、オリンピックの日本代表としては男女を通じて史上初めての快挙です。

7/31
出

ラジオパーソナリティになろう!

ココラスタジオ

プロのパーソナリティからラジオ原稿の書き方と発声を学び、実際のスタジオで収録する体験イベントを開催しました。パーソナリティになりきり、自作の原稿を真剣に読み上げる姿が見られました。



浅井さんファミリー

緊張したけど
楽しかったです!

NEWS 02



NEWS 04

7/23
祝

ドイツ・リトアニアPRフェア

こども未来館「ここにこ」

ホストタウン相手国を紹介するイベントを開催しました。来場者は普段味わえない料理や、ポッチャやゴールボールといった異国のスポーツ体験などを楽しみました。

NEWS 03



8/6
金

アオハル防災キャンプ

少年自然の家

災害時に役立つ知識や備えを学ぶことをテーマに、防災教育を行いました。4チームに別れて、防災クッキングや避難所開設ゲームなどの訓練に取り組みました。

のんほいパーク

のんほいパークのイベントや最近の話題などを紹介します。

はじめまして！ キリンのリンです！

5月11日(火)に生まれたキリンの赤ちゃん・リン(雌)を公開しています。キリンは地上で暮らす生物の中で最も背が高いとされ、大人の身長は400~500cmにもなります。生まれた時は約180cmだったリンも、すでに200cmを超えました。これからもグングン背が伸びていく姿を見守ってくださいね。

PICK UP



EVENT

動植物園 ☎41・2185 / 自然史博物館 ☎41・4747 / 豊橋みどりの協会 ☎41・7400
〒441-3147 大岩町字大穴1-238

動物園に草花を植えよう

と き 10/10(日)10:00~12:00
定 員 50人(申込順) **入園料** 無料
その他 プレゼント(遊具試乗券など)あり
申込み 9/15(水)(必着)までに、はがき、またはファックスで参加者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を動植物園(☎41・8030)

みどりの講座

秋を楽しむハンギングバスケット

吊り下げられる鉢に、秋の植物を寄せ植えします。
と き 10/2(土)、10/3(日)9:00~10:30、11:00~12:30、14:00~15:30
対 象 市内在住・在学・在勤の方(小学生以下は保護者同伴)
講 師 越替道子さん(ハンギングバスケットマスター)
定 員 各10人(抽選) **料金** 各1,500円
入園料 無料
申込み 9/10(金)(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚2人まで)で講座名、希望日時、参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号、市外在住の方は勤務先を豊橋みどりの協会



ふれあい豊展

工芸置や、畳の作り方を紹介するパネルを展示します。
と き 9/14(火)~9/26(日)
と ころ 温室内イベントのへや **問合せ** 動植物園

こども植物教室 木とあそぼう!

樹木探しゲームやバードコール作りなどを楽しめます。
と き 10/2(土)、10/3(日)9:30~11:30
対 象 年中児~小学生(小学3年生以下は保護者同伴)
講 師 豊橋みどりの協会樹木医
定 員 各10人(申込順)
料 金 各300円(保護者と未就学児無料)
申込み 10/1(金)までに電話で動植物園

クラウドファンディングでチンパンジーに新しい遊具を贈ろう

老朽化した遊具の更新のため寄付を募ります。
と き 9/27(月)23:00まで
その他 寄付金はふるさと納税の対象(豊橋市民含む)。条件など詳細は総合動植物公園ホームページ参照
問合せ 動植物園



休園日 月曜日(月曜日が祝・休日の場合は翌平日) **料金** 明記していないものは無料(入園料必要)
駐車料金 普通車200円、中・大型車400円

－ 公共施設イベント －

Public Facilities Event Information

公共施設で開催するイベントなどを紹介します。

01. 図書館 / 02. 美術博物館 / 03. 二川宿本陣資料館&駒屋 / 04. こども未来館「ここにこ」

05. 視聴覚教育センター&地下資源館 / 06. さくらピア / 07. 少年自然の家 / 08. 豊橋競輪場

01 図書館

問合せ 中央図書館 ☎31・3131、向山図書館 ☎62・2944、
大清水図書館 ☎39・5900
休館日 月曜日(中央・向山図書館は9/20(祝)を除く)、第4金曜日、
9/21(火)(中央・向山図書館のみ)



『木を植えた男』

著者:ジャン・ジオノ
絵:フレデリック・バック
訳:寺岡 襄
あすなる書房 1989.12

スタッフの おすすめ本

9月

息子と妻を亡くし、悲しみに暮れながらも、30年以上たった1人で荒地に木を植え続け、ついに森を蘇らせた男の物語です。小さな努力の積み重ねの大切さを考えることができる一冊です。

司文庫展 エリック・カール 世界で愛された絵本作家

絵本「はらぺこあおむし」の作者をしのび、絵本や作者の生涯を紹介します。

とき 9/4(土)～10/10(日)

ところ 中央図書館

英語絵本の読み聞かせ

とき ①9/4(土)、10/2(土)14:30②9/11(土)、
10/9(土)15:30

ところ ①大清水図書館
②中央図書館

【共通事項】

問合せ 中央図書館



読み聞かせボランティア育成講座

絵本の選び方や紙芝居の演じ方など、読み聞かせの基礎を学びます。

とき 10/13～11/24の水曜日(全6回。11/3(祝)を除く)
10:00～11:30

ところ 中央図書館

定員 30人(抽選)

申込み 9/8(水)～9/28(火)に中央
図書館※図書館ホーム
ページからも申し込み可



豊橋のスポーツ

三遠ネオフェニックス2021-2022展

チームや選手について、パネルやグッズで紹介합니다。

とき 9/16(木)～10/3(日)

ところ 中央図書館



02 美術博物館

問合せ ☎51・2882 休館日 月曜日(9/20祝を除く)、9/21(火)

コレクション展 美術資料 草土社の作家たち

岸田劉生をはじめ、草土社に所属した作家の
絵画作品を紹介します。

と き 9/4(土)～11/23(祝)

びはく講座 こども造形パラダイスとは

こども造形パラダイスの歴史などを学びます。

と き 9/11(土)14:00～15:00

講師 当館職員

定員 24人(申込順)

申込み 9/2(木)から美術博物館ホームページ
で必要事項を入力

コレクション展 美術資料 野田弘志

日本の写実絵画を代表する作家
の作品約20点を紹介します。

と き 9/4(土)～11/23(祝)

Pick Up



野田弘志「TOKIJIKU(非時)Ⅻ Wing」1993年

旅にですよ!

Pick Up

浮世絵や絵図などを通し、江戸
時代の旅文化を紹介します。

と き 9/4(土)～9/26(日)

ギャラリートーク

と き 9/5(日)、9/20(祝)14:00

講師 当館学芸員

【共通事項】

ところ 二川宿本陣資料館

問合せ 二川宿本陣資料館



歌川広重「伊勢参宮川の渡し」1855年

二川宿本陣 資料館 & 駒屋

03

問合せ 二川宿本陣資料館 ☎41・8580、
駒屋 ☎41・6065

休館日 月曜日(9/20祝を除く)、9/21(火)

開館30周年記念 竹久夢二展 記念講演会 夢二・恋の人生

と き 10/3(日)14:00～15:30

ところ 二川宿本陣資料館

講師 中右瑛さん(国際浮世絵
学会常任理事)

定員 20人(申込順)

申込み 9/7(火)10:00から電話で
二川宿本陣資料館



竹久夢二「夢見草」大正5年～昭和初期

鈴木愛 デザイン書道 駒屋教室 初めてのデザイン書道

と き 10/5～12/14の火曜日10:00～11:30(全10回。11/23(祝)を除く)

定員 20人(申込順) 料金 22,000円

持ち物 書道用具一式 申込み 9/22(水)10:00から電話で駒屋

本陣体験講座 和本を作ろう

と き 9/18(土) [①基本コース 四つ目綴] 13:00～14:00 [②応用コース 亀甲綴]
15:00～16:00

ところ 二川宿本陣資料館

対象 ①小学5年生以上(小学生は保護者同伴)②中学生以上

定員 各15人(申込順) 料金 各300円(展示見学の場合は別途入館料必要)

申込み 9/4(土)10:00から電話で二川宿本陣資料館

二川宿本陣資料館 菊の節句 重陽

菊のきせ綿や菊のつるし飾り、秋の折り紙作品を
展示します。

と き 9/4(土)～9/12(日)9:00～17:00(最終日は
16:00まで)

問合せ 二川宿本陣資料館





くわざわゆうこ作品展 しあわせいっぱい

Pick Up

絵本6作品のイラスト原画を展示します。
と き 9/18(土)~10/3(日)9:30~17:00

「ぶっぶっぶ〜」(くもん出版)

04

こども未来館 ここにこ

問合せ ☎21・5525
休館日 水曜日

子育てプラザ(0~3歳児)の情報は今号
26ページの「パパママ」に掲載しています。

ハットおばさんの楽しい手品

新聞紙や輪ゴムなど身近な物を使った手品を楽しめます。

と き 10/3(日)11:00~12:00



体験 プログラム

その他:各種プログラムなど詳細はホームページ参照
申込み:9/1(水)10:00~9/15(水)17:00にホームページで必要事項を入力

ゲームクリエイターになろう!

オリジナルミニゲームを作ろう!

と き 10/2(土)、10/3(日)10:00~12:00、13:00~15:00

講師 小嶋秀徳さん(フリーランスプログラマー)

体験
1

和菓子職人になろう!

ハロウィン焼きカボチャまんじゅうを作ろう!

と き 10/9(土)13:30~15:00

講師 (株)お亀堂

体験
2

05

視聴覚教育センター & 地下資源館

問合せ 視聴覚教育センター ☎41・3330 休館日 月曜日(9/20(祝)を除く)、9/21(火)

まちなかで星を見よう 気のはやいお月見会

Pick Up

「中秋の名月」前日の月や惑星などを天体望遠鏡で観察します。

と き 9/20(祝)18:30~19:30

ところ 豊橋駅東口ペDESTリアンデッキ

その他 中止の場合は当日16:00までに視聴覚教育センターホームページに掲載



プラネタリウム番組

と き 9/1(水)~10/31(日)

観覧料 大人300円、中学生以下100円

その他 投映開始後の入場不可

投映スケジュール

■平日

時間(45分)	番組名
15:00	星空解説+眠れない夜の月

■土・日曜日、祝日

時間(各30分)	番組名
10:30	ハクション大魔王2020
13:00	10000光年双眼鏡
14:30	ワンピース プラネタリウム
15:30	星空解説(第2・4土曜日は生解説)



原作:鳴海アラタ 制作:神戸市立青少年科学館・コニカミノルタプラネタリウム

ミニワークショップ 星座缶バッジ

好きな星座の絵を描いて、バッジを作ります。

と き 9/4~9/25の土・日曜日、祝日11:10

定員 各10人(先着順)

料金 各100円

実験ショー 音のふしぎ

高い音や低い音の聞こえ方の違いを聞き比べます。

と き 9/4~10/23の土・日曜日、祝日(9/19(日)、9/26(日)、10/17(日)を除く)13:40

小学生サイエンスアイデア作品展

科学的な工夫や発想を取り入れた作品の優秀作品を展示します。

と き 9/18(土)~11/30(火)

豊橋競輪場



問合せ ☎61・3136

地元選手紹介

120期 岩田みゆき選手

ソフトボール実業団チームでピッチャーとして活躍した岩田選手は、競輪選手として活躍する友人からガールズケイリンに誘われたことをきっかけに競輪選手になることを決意。厳しい練習を重ね、晴れて競輪選手になる夢を掴みました。負けず嫌いな性格とソフトボールで鍛えた身体を武器に、トップ選手を目指します。



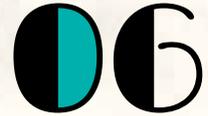
CALENDAR

9月

1水	立川(FI)		
2木		高知(FI)	
3金	京都向日町記念(GIII)		
4土			
5日			
6月		富山(FI)	
7火	防府(FI)		
8水			
9木			
10金	松阪記念(GIII)	久留米(FI)	
11土		ナイター	
12日			
13月			
14火	豊橋(FII)	富山(FI)	
15水			
16木			
17金			
18土	岐阜共同通信社杯(GII)	宇都宮(FI)	
19日			
20祝			
21火	和歌山(FI)	伊東温泉(FI)	
22水		ナイター	
23祝			
24金			
25土	豊橋(FI)	青森記念(GIII)	
26日			
27月			
28火	取手(FI)	函館(FI)	
29水		ナイター	
30木	平塚記念(GIII)		

早朝前売 7:30 開門予定 10:00

さくらピア



問合せ ☎53・3153 ☎53・3200 印 32402

休館日 月曜日、祝日、9/21(火) その他 手話通訳・要約筆記などあり

申込み 9/1(水)9:00から、さくらピア

みんなのコミュニケーション Pick Up

障害に合わせた会話の方法を実践で学びます。

とき 10/10(日)、11/14(日)、12/12(日)
(全3回) 10:00~12:00

講師 豊橋障害者(児)団体連合協議会

定員 15人(申込順) 料金 500円



スポーツ吹矢教室

とき 10/2、11/6、12/4、来年1/15、2/5、3/5の土曜日
(全6回) 14:00~16:00

対象 障害者手帳所持者(重度障害者は介護者同伴)と家族、友人

講師 伊東久夫さん(愛知県スポーツウエルネス吹矢協会)

定員 10人(申込順)

料金 150円

絵手紙教室

とき 10/19、11/16、12/21、来年1/25、2/22、3/15の火曜日(全6回) 13:30~15:00

対象 障害者手帳所持者(重度障害者は介護者同伴)と家族、友人

講師 坂上明子さん(絵手紙講師)

定員 8人(申込順)

料金 500円

07 少年自然の家

問合せ ☎21・2301 印 9815 休館日 月曜日

ところ 少年自然の家

申込み 9/1(水)~9/15(水)に電話で少年自然の家

親子で楽しむビーチクリーン & アウトドア炊飯体験 Pick Up

とき 10/30(土)9:30~15:00

ところ 野外教育センター

対象 小・中学生と保護者

講師 BLUEWALK

定員 10家族(抽選)

料金 大人1,000円、中学生以下500円



サツマイモを持ち込んで、親子焼き芋体験!

焼き芋をおいしく作るコツを学びます。

とき 11/6(土)10:00~15:00

ところ 少年自然の家

対象 年中児~中学生と保護者

定員 10家族(抽選)

料金 1人100円



スポーツ

スポーツに関するイベントや話題などを紹介します。

PICK UP



練習の成果を
發揮しよう!



市民スポーツ祭

卓球大会

とき: 10/24(日)9:00 ところ: 総合体育館 対象: 市内在住の方(学生を除く) 料金: 1チーム1,200円
申込み: 10/3日までに申込書と料金を豊橋市体育協会※申込書は豊橋市体育協会にて配布。 問合せ: 豊橋市体育協会(☎63・3031) ☎ 87415

ユースオリンピックの新競技 ベースボール5 目指せ、日本代表!

野球などをもとに考案された新しいスポーツを楽しめます。
とき: 10/10、11/14、12/12、来年1/9、2/13、3/13の日曜日(全6回) 18:00~20:00 ところ: 青少年センター 対象: 中学生以上 定員: 15人(抽選) 料金: 900円 持ち物: 室内用運動靴 申込み: 9/10(金)~9/24(金)に青少年センター(☎46・8925)※青少年センターホームページからも申し込み可

かんたん!スポーツ上達法 陸上編 らくらくウォークで歩いてみよう!

とき: 9/5(日)11:00~12:00(受け付けは10:50から) ところ: 交通児童館 対象: 中学生、高校生 講師: まほろば治療院 定員: 15人(先着順) 問合せ: 交通児童館(☎61・5818)



スポーツ教室

一生懸命
ディフェンス! //

ハンドボール

とき: 10/6(水)、10/7(木)、10/13(水)、10/20(水)、10/21(木)、11/4(木)、11/5(金)(全7回) 18:30~20:30
ところ: 総合体育館 定員: 120人(申込順)



バレーボール

とき: 10/9(土)、10/14(木)、10/21(木)、10/30(土)、11/11(木)、11/18(木)、11/27(土)(全7回) 木曜日18:30~20:30、土曜日14:00~16:00 ところ: 前田南地区体育館 定員: 小学生20人、中学生20人(申込順)

【共通事項】対象: 小・中学生 料金: 3,000円 その他: 空手道、乗馬、スケート、陸上教室も別会場で開催。各日程など詳細はホームページ参照 申込み: 9/7(火)10:00から料金を豊橋市体育協会(☎63・3031) ☎ 87414

スタジオレッスン

スピニングバイクレッスン

とき: 9/5(日)、9/12(日)、9/18(土)土曜日19:15~19:45、日曜日15:00~15:30

ボディマックス

とき: 9/4(土)、9/11(土)、9/26(日)土曜日19:15~19:45、日曜日15:00~15:30

【共通事項】ところ: アクアリーナ豊橋 対象: 中学生以上 定員: 各10人 料金: 大学生以上500円、中学生・高校生300円 持ち物: 室内用運動靴 その他: サーキットトレーニング、ズンバレレッスンも別曜日に開催。各日程など詳細はホームページ参照 申込み: 随時、アクアリーナ豊橋(☎31・4781) ☎ 87442

演劇・コンサート

演劇・コンサートなどの公演や、ワークショップなどに参加型のイベントを紹介します。

PICK UP



野村万作・野村萬齋狂言公演2021

とき:11/25(木)14:00、18:30 ところ:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 出演:野村万作、野村萬齋、野村裕基ほか 入場料:全席指定。S席6,000円、A席5,000円、B席3,000円ほか チケットの販売:会員先行は9/25(土)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は10/9(土)10:00からプラットチケットセンターほか ※各初日は電話・オンライン販売のみで、1人1申し込みにつき1公演のみ4枚まで



今月の見どころ

今回の公演の見どころについて、プラット職員が紹介します。

人間国宝の野村万作と、現代劇や映画でも活躍する野村萬齋による狂言公演が2年振りにプラットに帰ってきます!

今回上演する新作狂言「法螺侍」は、英文学者の高橋康也が、シェイクスピアの「ウィンザーの陽気な女房たち」を題材にしたオペラ「ファルスタッフ」を狂言に作り変えたものです。1991年の初演から、万作が演じてきた役に萬齋が、萬齋が演じてきた役に裕基が初めて挑みます。

作中に登場する、「どうどう、けるける、どうぢやいな」というはやし言葉の繰り返しに、観客は作品の中に引き込まれていきます。過去に世界各国で上演され、人気を博した本作品をぜひご覧ください!



高校生と創る演劇 ミライハ

とき:11/6(土)13:00、18:00、11/7(日)13:00、17:00 ところ:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 作:松原俊太郎 演出:スペースノットブランク 入場料:全席自由。整理番号付き。一般2,000円、25歳以下1,000円、高校生以下500円 チケットの販売:会員先行は9/26(日)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は10/3(日)10:00からプラットチケットセンターほか ※各初日は電話・オンライン販売のみ



令和2年度「Yに浮かぶ」©伊藤華織

プラットの創造活動室をご利用ください

穂の国とよはし芸術劇場「プラット」では、演劇・舞踊・音楽の稽古や発表会ができる活動室(4室)、ドラムセットやエレクトリックピアノ、ギター・ベースアンプを常設した活動室(3室)を貸し出していますので、ぜひご利用ください。申し込み方法など詳細はプラットホームページをご覧ください。

問合せ:穂の国とよはし芸術劇場(☎39・8810)



太秦ラプソディ 看板女優と七人の名無し

社会性のあるテーマを扱う、ダンスやアクション満載の喜劇です。

とき:11/12(金)18:00、11/13(土)13:00 ところ:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 脚本:吉高寿男 演出:三宅裕司 出演:劇団スーパー・エキセントリック・シアター 入場料:全席指定。S席ペア12,000円、S席7,000円、A席5,000円ほか チケットの販売:会員先行は9/11(土)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は9/25(土)10:00からプラットチケットセンターほか ※各初日は電話・オンライン販売のみ



梨農家のオススメ! 豊橋産新高梨で万能たれを作ろう

とき 10/7(木)13:30~15:30
ところ ライフポートとよはし
講師 伴奈生子さん(農村生活アドバイザー)ほか
定員 20人(抽選)
料金 1,500円
申込み 9/17(金)までにホームページで必要事項を入力
問合せ 農業支援課(☎51・2472)
 HP 87937

あなたの声でボランティア! 音訳入門講座

視覚障害者のための音訳の技術を講義と実習で学びます。
とき 10/1~12/3の金曜日(全10回)13:30~15:30
ところ あいとピア
講師 音訳グループ「ぴっち」ほか
定員 10人(申込順)
料金 1,000円
申込み 9/17(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

地域のおこまり解決講座

■まちなかを盛り上げよう
まちなか図書館ってどんなところ?
とき 10/5(火)10:00~12:00
申込み 9/19(日)までに南部地区市民館(☎47・0974)

■おたがいさまの活動を地域に広げよう!
とき 10/6(水)、12/15(水)(全2回)10:00~11:30
申込み 9/25(土)までに本郷地区市民館(☎46・8487)

■地域として高齢化社会への取り組みを考える
とき 11/6(土)、12/11(土)、12/18(土)(全3回)9:30~11:00
申込み 10/31(日)までに高師台地区市民館(☎48・1321)

[共通事項]
ところ 各申込先
 HP 23387

日本語ボランティア養成講座

外国人への日本語指導法を学びます。
とき 9/25~11/20の土曜日(10/16(土)を除く。全8回)13:30~15:00
ところ emCAMPUS EAST
講師 鈴木勝代さん(東海日本語ネットワーク)ほか
定員 30人(抽選)
料金 一般5,000円、会員3,000円
申込み 9/17(金)までに豊橋市国際交流協会ホームページで必要事項を入力
問合せ 豊橋市国際交流協会(☎55・3671)

知ったク!豊橋ゼミナール

■生活に必要な地元企業はどんな顔?
とき 10/7(木)10/14(木)10/21(木)(全3回)10:00~11:30
ところ 南陽地区市民館
申込み 9/16(木)までに南陽地区市民館(☎48・6576)

■ヤクルト健康教室 良質な睡眠 腸の健康 肌と歯のお手入れ
とき 10/12(火)10/19(火)10/26(火)(全3回)10:00~11:30
ところ 南部地区市民館
申込み 9/19(日)までに南部地区市民館(☎47・0974)

■郷土の偉人 小淵志ちとエニシング 前掛け工場 二川の縁を再発見
とき ①10/28(木)②11/4(木)③11/11(木)(全3回)13:30~15:00
ところ ①二川地区市民館②二川地区市民館、(有)エニシング③駒屋
申込み 9/26(日)までに二川地区市民館(☎41・0551)

■地域とともにあゆむ企業の歴史や理念
とき ①11/17(水)10:00~12:00
 ②11/24(水)③12/1(水)14:00~15:30(全3回)
ところ ①羽根井地区市民館、日之出(株)②伊勢屋商店③羽根井地区市民館
申込み 9/30(木)までに羽根井地区市民館(☎32・5050)

[共通事項]
 HP 23387

暮らし情報

イベントや生活に役立つ情報などをお届けします。

- 催し講座……P18
- その他……P23
- 支援……P22
- 相談……P25
- 募集……P22

催し・講座

子育てお悩み解決塾

■自分で考え、自分で行動できる子に
作家の日原いずみ親子トーク
とき 10/2(土)13:30~15:00
ところ アイプラザ豊橋
対象 小学生の保護者
その他 小学生対象の工作教室を同時開催(300円必要)
申込み 9/24(金)までに生涯学習課(☎51・2848)
 HP 23387

認知症家族介護者交流会

とき ①10/2(土)、11/6(土)13:30~16:30
 ②10/12(火)、11/9(火)13:30~15:30
 ③10/13(水)、11/10(水)10:00~12:00
 ④10/14(木)、11/11(木)10:00~12:00
ところ ①豊橋商工会議所②あいとピア
 ③つつじが丘地域福祉センター
 ④保健所・保健センター
料金 ①各500円
申込み ①は認知症のひとと家族の会愛知県支部(☎0562・33・7048)。
 ②は中央(☎54・7170)、③は東部(☎64・6666)、④は南部(☎25・7100)の各地域包括支援センター
問合せ 各申込先、長寿介護課(☎51・2338)
 HP 24204

家庭教育セミナー

■教えて先生 産婦人科医と考える 幼児期からの性教育

とき 10/30(土)13:30~15:00

対象 年少児~小学校低学年の保護者、保育士、教員

申込み 10/10(日)までに石巻地区市民館
(☎88・1317)

■手打ちうどん作り挑戦!

とき 10/31(日)9:30~12:30

対象 小学4年生以上と保護者

料金 1組500円

申込み 9/18(土)までに東部地区市民館
(☎63・3810)

[共通事項]

ところ 各申込先
HP 23387



市民大学トラム

■万葉集に親しむ

とき 10/5、10/19、11/2、11/16、11/30
の火曜日(全5回)10:00~11:30

料金 1,500円

申込み 9/21(火)までに東陵地区市民館
(☎64・8088)

■京都学の作中久雄が語る 鎌倉殿の世界

とき 10/7、11/11、12/9、来年1/6、
2/3の木曜日(全5回)10:00~11:30

料金 1,500円

申込み 9/17(金)までに高豊地区市民館
(☎21・2824)

■立体ペーパーアート作り

初めてのシャドーボックス

とき 10/28(木)、11/5(金)、11/11(木)、
11/19(金)、11/25(木)(全5回)
10:15~11:45

料金 3,500円

申込み 10/1(金)までに豊城地区市民館
(☎53・3304)

[共通事項]

ところ 各申込先
HP 23387

アカウミガメの来る 表浜海岸の自然観察会

アカウミガメふ化後の産卵巣調査や海岸の植生観察を行います。

とき 10/9(土)9:00~10:30

対象 小学生以上(中学生以下は保護者同伴)

定員 50人(抽選)

申込み 9/1(水)~9/15(水)に代表者の郵便番号・住所・電話番号、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を環境保全課(〒440-8501 住所不要 ☎51・2386 ㊚56・5577 ㊚kankyohozen@city.toyohashi.lg.jp)

HP 5525



蒲郡市

蒲郡まつり 花火大会

10/10(日)
竹島ふ頭

直径約650mもの大きさに花開く特大の打ち上げ花火などを楽しめます。

蒲郡まつり実行委員会 ☎0533-66-1120

2021年 9月
~
12月

いつきても
ホッ!
ほの国

イベント
情報

東三河8市町村の
イベント情報を
紹介します。

豊根村

秋の茶臼山高原まつり

9/18(土)~11/7(日)
茶臼山高原

10/9(土)以降の土・日曜日、祝日は、ライトアップされた紅葉を楽しめます。

茶臼山高原協会 ☎0536-87-2345

田原市

蔵王山展望まつり

10/10(日)
蔵王山展望台ほか

キッチンカーが出店する屋台村など、さまざまなイベントを楽しめます。

渥美半島観光ビューロー ☎0531-23-3516

東栄町

星空おんがく祭

9/19(日)
オンライン開催

バンドやダンスグループなどが出演するイベントをYouTubeで視聴できます。

星空おんがく祭実行委員会事務局 ☎0536-76-0502

豊川市

とよかわクエスト シーズンII

12/24(金)まで
豊川市内各所

観光地など8か所で、指令に沿った写真を撮って送ると、達成証や記念品がもらえます。

豊川市観光協会 ☎0533-89-2206

成年後見・権利擁護講座

成年後見制度や相続、遺言について学びます。

- とき** 10/22～11/12の金曜日(全4回)
13:30～15:30
- ところ** あいトピア
- 定員** 30人(申込順)
- 申込み** 9/1(水)～10/8(金)に豊橋市成年後見支援センター(☎57・6800)
- HP** 6521

仕事と介護の両立支援セミナー

- とき** 10/6(水)13:30～16:00
- ところ** 勤労者会館「ワークピア」
- 対象** 中小企業の経営者、人事労務担当者など
- 講師** 吉岡規子さん(アイ・スマイル社会保険労務士法人代表)
- 定員** 20人(申込順)
- 申込み** 10/1(金)までに申込書をファックスで愛知県東三河総局産業労働課(☎54・7239)※申込書は愛知県東三河総局産業労働課窓口、ホームページで配布
- 問合せ** 愛知県東三河総局産業労働課(☎54・2582)、商工業振興課(☎51・2435)
- HP** 87320

東三河生涯学習連携講座 再発見! 東三河の宝 秋編

- とき** ①10/8(金)②10/29(金)③11/12(金)
(全3回) 10:00～12:00
- ところ** ①西浦半島(蒲郡市西浦町)
②普門寺③煮え淵ポットホール
ほか(東栄町内)
- 定員** 50人(抽選)
- 申込み** 9/22(水)までに生涯学習課(☎51・2850)
- HP** 23387



豊橋駅花壇の 植え付け

- とき** 9/25(土)10:00～12:00(雨天順延9/26(日))
- ところ** 豊橋駅東口ペDESTリアンデッキ
- 対象** どなたでも(小学生以下の場合には保護者同伴)
- 定員** 30人(抽選)
- その他** プレゼント(草花)あり
- 申込み** 9/13(月)(必着)までに返信先明記の往復はがきで参加者全員の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号、市外在住の方は勤務先を豊橋みどりの協会(〒441-3147大岩町字大穴1-238 ☎41・7400)



秋の汐川干潟自然観察会

干潟で見られる野鳥などの生き物を観察します。

- とき** 10/17(日)10:00～12:00
- 対象** どなたでも(中学生以下は保護者同伴)
- 定員** 50人(抽選)
- 申込み** 9/15(水)までに代表者の郵便番号・住所・電話番号、参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢を田原市環境政策課(〒441-3492住所不要 ☎0531・23・3541 ☎0531・23・1832 ㊚kankyo@city.tahara.aichi.jp)
- 問合せ** 田原市環境政策課、環境保全課(☎51・2385)
- HP** 20255



催し・講座

交通児童館 中高生おすすめプログラム

■初心者から あそんで学ぼう英語レッスン
歌やささまざまなゲームを通して英語を学びます。

- とき** 9/26(日)14:00～14:40
- 対象** 中学生、高校生
- 定員** 10人
- 問合せ** 交通児童館(☎61・5818)

動物愛護の啓発イベント

■犬・猫の家族探し登録会

- とき** 9/19(日)9:30～10:00(受け付けは9:00から)

■長寿動物の優良飼育者表彰

- とき** 9/19(日)10:45～12:00

[共通事項]

- ところ** 保健所・保健センター
- その他** 市内の小中学生が描いた動物愛護作品の展示あり
- 問合せ** 生活衛生課(☎39・9127)
- HP** 51264



点字ボランティア養成講座

視覚障害者へ情報を伝える方法と点字を学びます。

- とき** 9/29～来年1/26の水曜日
(11/3(祝)・12/29(水)を除く)
10:30～12:00、9/26～来年
1/16の日曜日(1/2(日)を除く)
19:00～20:30(各全16回)
- ところ** あいトピア
- 講師** 点工房
- 定員** 各10人(申込順)
- 料金** 各2,000円
- 申込み** 9/1(水)～9/16(木)に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

豊橋文化振興財団20周年 記念式典・講演会

とき 11/3(祝)14:00
ところ ライフポートとよはし
講師 渡辺えりさん(俳優)
定員 500人(抽選)
申込み 9/21(火)~10/1(金)(必着)に、はがき(1枚2人まで)で住所・氏名・電話番号を豊橋文化振興財団(〒440-0887 西小田原町123番地)※豊橋文化振興財団ホームページからも申し込み可
問合せ 豊橋文化振興財団(☎39・5211)

食生活改善推進員養成講座

指導員としてボランティア活動に必要な健康や食育の知識を学びます。
とき 10/4(月)~12/14(火)の指定する日(全8回)
ところ 保健所・保健センター
対象 市内在住の方
講師 管理栄養士ほか
定員 30人(申込順)
その他 日程など詳細は健康増進課(☎39・9141)
申込み 9/21(火)までに健康増進課
HP 87404

婚活パーティー

とき 10/10(日)14:00~17:00
ところ 駒屋
対象 東三河地域に在住・在勤で20~39歳の独身女性(市内在住・在勤の方優先)
講師 垣内博明さん(婚活アドバイザー)
定員 25人(抽選)
料金 500円
申込み 9/15(水)までにホームページで必要事項を入力
問合せ 子育て支援課(☎51・2325)
HP 47955



がん患者サロン

患者や患者の家族同士で交流します。
とき ①9/28(火)②10/29(金)③11/26(金)
 14:00~15:40
ところ 市民病院
定員 ①50人②③75人(先着順)
問合せ 市民病院がん相談支援センター(☎33・6290)

敬老の日企画 まごのて

手形とメッセージを添えた贈り物を作ります。
とき 9/20(祝)9:00~16:30
ところ 交通児童館
対象 18歳未満の方
定員 30人(先着順)
問合せ 交通児童館(☎61・5818)



あゆみの会

神経系難病患者・家族のつどい

病気との付き合い方を学び、患者家族と交流します。
とき 10/15(金)10:00~11:30
ところ こども発達センター
対象 脊髄小脳変性症または多系統萎縮症の方と家族
講師 東海SCD友の会
申込み 10/14(木)までに健康増進課(☎39・9140)
HP 6770

青年講座 初級ジャズダンス

とき 10/22~11/26の金曜日(全6回)19:30~21:00
ところ 青少年センター
対象 市内在住・在学・在勤で18歳以上の方
定員 20人(抽選)
料金 1,200円
申込み 9/22(水)~10/6(水)に青少年センター(☎46・8925)※青少年センターホームページからも申し込み可

どきどき挑戦講座 三味線で脳トレ

とき 10/10(日)10:00~11:30、13:30~15:00
ところ 青少年センター
定員 各10人(抽選)
料金 各200円
申込み 9/10(金)~9/24(金)に青少年センター(☎46・8925)※青少年センターホームページからも申し込み可

豊橋文化祭 開会式典

地域文化振興活動功労者などの表彰式や記念コンサートを行います。
とき 9/25(土)14:00
ところ 市民文化会館
定員 150人(先着順)
その他 9/1(水)から市民文化会館、穂の国とよはし芸術劇場「プラット」、「文化のまち」づくり課で配布する整理券が必要
問合せ 豊橋文化振興財団(☎39・5211)、「文化のまち」づくり課(☎51・2874)
HP 87407

56年間ありがとう!市民プール 最後の夏 お別れイベント

水を抜いたプールに、絵やメッセージが描けます。
とき 9/18(土)9:00~17:00
ところ 市民プール
その他 市民プールの思い出写真や、利用者からのメッセージの展示あり。展示の内容など詳細はホームページ参照
問合せ 「スポーツのまち」づくり課(☎51・2864)
HP 87891



美術博物館展示室利用者

- 対象** 来年4・5月に絵画、写真、書などの作品発表を希望する方
- その他** 10/24(日)10:00に抽選で決定。企画展などで利用できない期間あり
- 申込み** 10/1(金)～10/10(日)に申込書を美術博物館(☎51・2882)※申込書は9/15(水)から美術博物館、美術博物館ホームページで配布

八町小学校イメージ教育コース入級希望者

- 対象** 令和4年度に市内在住の小学生
- その他** 各学年の定員はホームページ参照。募集要項などは学校教育課、ホームページで配布
- 申込み** 9/27(月)～10/15(金)に直接、学校教育課(☎51・2826)
- HP** 87318



令和4年度市立看護専門学校入学生

- ①看護第1科②看護第2科の学生を募集します。
- 試験** ①来年2/2(水)に学科、2/3(木)に面接②来年1/26(水)に学科、1/27(木)に面接
- 【共通事項】**
- 定員** 各40人
- 受験料** 1万円
- その他** 出願書類の請求など詳細はホームページ参照
- 申込み** ①は来年1/4(火)～1/20(木)、②は来年1/4(火)～1/13(木)に必要書類を看護専門学校(〒441-8085青竹町字八間西100-3 ☎33・7891)
- HP** 8841

森林所有者が除・間伐を行う場合に補助金を交付します

- 対象** 市内にスギ・ヒノキの人工林を所有し、今年度中に除・間伐を行う市内在住の方
- 補助額** 10アールあたり1万円
- その他** 1施行地10アール以上(台帳面積による)の森林で除間伐率10%以上の条件あり
- 問合せ** 農業支援課(☎51・2475)
- HP** 44711

募集

詳細は募集要項などをご覧ください。

豊橋市子育て応援企業

- 市民や従業員に対する子育て支援の取り組みを積極的に進めている企業を認定します。
- 対象** 市内に事業所がある企業、個人商店、法人格を有する団体など
- その他** 最優秀賞(賞状)などあり
- 申込み** 10/31(日)までに申請書を子育て支援課(☎51・2325)※申請書はホームページで配布
- HP** 44980

令和4年度採用市民病院職員 介護福祉士

- 定員** 若干名
- 給与** 給料のほか、期末・勤勉手当など各種手当を支給
- 試験** 9/18(土)に適性検査、面接
- その他** 募集要項は市民病院管理課、市役所じょうほうひろば、市民病院ホームページほかで配布
- 申込み** 9/10(金)(必着)までに必要書類を市民病院管理課(〒441-8570住所不要☎33・6277)



催し・講座

介護の仕事復帰支援プログラム

- 最近の介護の仕事を座学と実技で学びます。
- とき** 9/29(水)、9/30(木)(全2回)13:30～15:30
- ところ** あいトピア
- 定員** 10人(申込順)
- 申込み** 9/24(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

シルバーちょこっと講座 将棋

- とき** 10/17(日)10:00～12:00
- ところ** 青少年センター
- 対象** 小学生
- 定員** 10人(抽選)
- 料金** 100円
- 申込み** 9/17(金)～10/1(金)に青少年センター(☎46・8925)※青少年センターホームページからも申し込み可



支援

令和3年度 民営児童クラブ利用料を助成します

- 対象** 次のいずれかに該当する方①生活保護世帯②市民税非課税かつ児童扶養手当などを受給する母子父子世帯③2人以上同時に児童クラブを利用している世帯
- 申請** 9/16(木)～9/30(木)に直接、申請書を生涯学習課※申請書は生涯学習課、各民営児童クラブで配布
- 問合せ** 生涯学習課(☎51・3160)、各民営児童クラブ
- HP** 68872

市民意見提出制度 パブリックコメント

■予防接種に関する事務の 特定個人情報保護評価(案)

とき 9/13(月)～10/12(火)

その他 評価は健康政策課、各窓口センター、ホームページほかで閲覧可
問合せ 健康政策課(☎39・9109 ☎38・0780)

HP 87639

その他

認知症を自分のこととして 考えてみましょう

認知症の方の思いや生活などを知り、今後の人生を考えてみましょう。

■認知症に関連する本の紹介

とき 9/1(水)～9/30(木)

ところ 中央図書館

■認知症の方の作品・メッセージ紹介

とき 9/27(月)13:00～10/1(金)12:00

ところ 市役所市民ギャラリー

[共通事項]

問合せ 長寿介護課(☎51・2338)

HP 79625

令和3年度郷土文芸作品の 特選者が決まりました

■現代詩特選

佐野川夢菜さん、中村イサトさん

■短歌特選

のうちゃんさん、藤文子さん、鈴木太さん

■俳句特選

岩城みつ代さん、松井暁美さん、鬼頭幸子さん、

■川柳特選

後藤幸正さん、尾方静子さん、竹本カヲルさん、中内まつ江さん

その他 10/1(金)から郷土文芸作品集をホームページで閲覧できるほか、市役所じょうほうひろばなどで〇〇円で販売

問合せ 「文化のまち」づくり課(☎51・2874)

HP 51505

市営住宅の入居者(9月分)

入居日 11/1(月)

対象 原則、次の全てを満たす方①市内在住・在勤②持家がなく住宅に困っている③収入基準以下④暴力団員でない⑤市営住宅に係る未納の家賃などが無い

その他 選考方法はポイント制

申込み 9/1(水)～9/10(金)に申込書などを豊橋市営住宅管理センター(☎57・1006)※申込書などは9/1(水)から豊橋市営住宅管理センターで配布

問合せ 住宅課(☎51・2600)

HP 14208

市民病院 会計年度任用職員

医師が行う事務作業の補助・支援を行います。

定員 3人程度

給与 報酬のほか、期末手当など各種手当を支給

試験 書類審査、面接、適性検査

その他 勤務時間など詳細は市民病院ホームページ参照

申込み 随時、必要書類を市民病院医療情報課(〒441-8570住所不要 ☎33・6498)

おそとあそびサポーター

未就園児と保護者の外遊びを補助します。

対象 20歳以上の方

定員 10人程度(申込順)

その他 10/7(木)の事前研修への参加が必要。

申込み 9/15(水)までにホームページで必要事項を入力

問合せ 子育て支援課(☎51・2233)

HP 76493



図書館サポーターズ メンバー

ボランティアや講師など、図書館活動を補助してくれる方を募集します。

対象 18歳以上の方

申込み 9/1(水)から中央図書館※図書館ホームページからも申し込み可

特認校制度による転入学希望者

地域密着の伝統行事体験など特色ある教育を行う、下条・賀茂・高山小学校への転入学希望者を募集します。

対象 次の全てに該当する方①学校の教育方針に賛同できる②1年以上通学できる③保護者の責任のもとで登下校できる

その他 希望校での面談が必要

申込み 事前に希望校を見学し、10/29(金)までに学校教育課(☎51・2817)

HP 8963

令和4年4月採用 豊橋市職員(職務経験者など)

職種 [職務経験者] 事務職、技術職(土木、電気、機械) [国際貢献活動経験者] 事務職 [法科大学院修了者] 事務職

定員 各若干名

給与 給料のほか、期末・勤勉手当など各種手当を支給

試験 書類選考、個人面接、プレゼンテーションなど

その他 募集要項などは人事課、市役所じょうほうひろば、ホームページほかで配布

申込み 9/1(水)～9/24(金)にホームページで必要事項を入力

問合せ 人事課(☎51・2041)

HP 8399



マイナポイントの申し込みを 12月末まで延長します

4月末までにマイナンバーカードを申請した方は、カード取得後、12月末までにマイナポイントを申し込み、ポイント付与の対象となるキャッシュレス決済によるチャージまたは買い物をする事でマイナポイントを受け取ることができます。申込方法など詳細は総務省のマイナポイント事業ホームページをご確認ください。

問合せ 情報企画課(☎51・2087)

HP 72035

国民健康保険税 第3期分の 納期限は9月30日(木)です

お近くの金融機関、コンビニエンスストアなどで納付してください。納税には手間のかからない口座振替の制度が便利です。また、クレジットカードやLINE Pay、PayPayでも納付できます。

問合せ 納税課(☎51・2235)

HP 5742

動物慰霊祭

とき 9/19(日)13:00~14:00

ところ 保健所・保健センター

対象 市内在住の方

その他 花などのお供えは不可

問合せ 豊橋市獣医師会(☎26・5171)、
生活衛生課(☎39・9127)

HP 51264

宝くじの助成金で コミュニティ推進備品を整備しました

整備した印刷機などは、大清水校区自治会が地域の会議や催しで活用します。

問合せ 市民協働推進課(☎51・2482)

HP 52093



その他

お困りの方に生理用品を 無料で配布しています

生理用品の購入にお困りの女性を支援するため、生理用品(1人1袋(26個入り)まで、なくなり次第終了)を配布しています。各配布場所の窓口にある案内チラシを指で示す、またはホームページに掲載している案内画像をスマートフォンなどで提示すると、女性職員が紙袋に入れた生理用品をお渡しします。

ところ 市民協働推進課、多文化共生・国際課、生活福祉課、子育て支援課、こども若者総合相談支援センター「ココエール」、こども保健課、男女共同参画センター「パルモ」、豊橋市社会福祉協議会、豊橋市国際交流協会、NPO 法人ABT豊橋ブラジル協会

問合せ 市民協働推進課(☎51・2188)、
各配布先

HP 83341

道の駅とよはしのジェラートサンタでは、豊橋産のいちじくを使用した「いちじくフェア」を9月中旬〜10月中旬まで開催します！いちじくは栄養価が高く、食物繊維やカルシウム、ポリフェノールなどが含まれており、これらが旬の果物です。期間中は、果肉やジェラートが入ったパフェやクレープ、ジュースなど、いちじくをたっぷり使ったスイーツが楽しめます。

その他にも、季節限定フレーバーのジェラートなどもご用意しています。ぜひ一度、豊橋の旬の味覚を味わってください。

いちじくのスイーツを
お楽しみください！



道の駅
とよはし

問合せ

☎21・3500

休業日

あぐりパーク食彩村
第1水曜日



相談

相談内容は秘密厳守します。気軽にご相談ください。

予… 予約制

定員があるものや申し込みが必要なものがあります。詳細はお問い合わせください。

電… 電話相談も可

	相談内容	とき	ところ	問合せ
暮らし	住宅・建築、測量・登記の相談	9/8(水)、9/15(水)、9/22(水)、9/29(水) 13:30~16:00	建築指導課	建築指導課 ☎51・2588 予
	司法書士による相続等登記相談	9/27(月)、10/11(月)13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
	弁護士による法律相談	9/30(木)14:00~15:00	愛知県東三河県民相談室	愛知県東三河県民相談室 ☎52・7337 予 ※2週間前から受け付け
		10/8(金)13:00~16:00	つつじが丘地域福祉センター	豊橋市社会福祉協議会 ☎54・0294 予
		水曜日、第3金曜日13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
	宅地建物取引士による不動産相談	10/4(月)13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
	相続と登記・法律面接相談	10/6(水)10:00~16:00	市役所東85会議室	愛知県司法書士会東三河支部 ☎58・9951 予
	契約書・遺言書などの書類作成相談	10/8(金)13:00~15:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
	成年後見制度に関する相談	月~金曜日8:30~17:15	豊橋市成年後見支援センター	豊橋市成年後見支援センター ☎57・6800 電
	市民相談	月~金曜日9:00~16:30	安全生活課	安全生活課 ☎51・2300 電
日常生活における心配ごと相談	①火曜日②水曜日③木曜日④金曜日 13:00~16:00	①あいつピア②つつじが丘地域福祉センター ③大清水地域福祉センター ④牟呂地域福祉センター	①あいつピア ☎52・1111②つつじが丘地域福祉センター ☎64・4510③大清水地域福祉センター ☎25・6141④牟呂地域福祉センター ☎31・8885	
国・特殊法人に対する行政相談	第1~4木曜日13:00~15:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 電	
健康	生活習慣病予防の栄養相談	9/16(木)9:00~16:00	保健所・保健センター	健康増進課 ☎39・9141 予
	禁煙相談	9/16(木)9:00、10:30、13:30、15:00		健康増進課 ☎39・9136 予
	こころの健康相談	10/7(木)、10/21(木)13:00~16:00		健康増進課 ☎39・9145 予
	精神保健福祉相談	10/13(水)13:30~15:30		
子ども	小・中学生教育相談	月~土曜日9:00~18:30	教育会館	教育会館相談室 ☎33・2115 予
	虐待・子育て・若者の自立相談	月~金曜日9:00~19:00、土・日曜日9:00~17:00	こども若者総合相談支援センター「ココエール」	こども若者総合相談支援センター ☎54・7830 電
女性	悩みごと面接相談	9/10(金)、9/24(金)13:30、14:40	男女共同参画センター「パルモ」	男女共同参画センター ☎33・2822 予
	弁護士による法律相談	9/17(金)13:30~15:30	---	女性相談室 ☎33・3098
	悩みごと電話相談	月~土曜日(9/21(火)を除く) 9:00~15:00	---	女性相談担当 ☎33・6232 電
	女性相談	月~金曜日8:30~17:00	市民病院	豊橋市母子福祉会 ☎56・7100
	母子家庭電話相談	第2火曜日9:00~15:00	---	DV相談 ☎33・9980 DV相談 ☎33・9980 予
安全・安心	DV電話相談	月~金曜日9:00~15:00	---	東三河消費生活総合センター ☎51・2305 電
	DV面接相談	火~木曜日9:30~15:30	---	愛知県消費生活総合センター ☎052・962・0999 電
	消費生活相談	月~金曜日9:00~16:30	東三河消費生活総合センター	愛知県消費生活総合センター ☎052・962・0999 電
		土・日曜日9:00~16:00	愛知県消費生活総合センター	警察本部相談コーナー プッシュホン ☎#9110
警察安全相談	月~金曜日9:00~17:00	---	豊橋商工会議所 ☎53・7211 予	
その他	中小事業者向け金融相談	9/10(金)13:30~16:30	豊橋商工会議所	農業委員会 ☎51・2950 予
	農家(農事)相談	9/22(水)13:30~15:30	農業委員会室	市民協働推進課 ☎51・2188 予
	男性のための悩みごと面接相談	10/10(日)13:30、14:30、15:30	カリオンビル	東三河消費生活総合センター ☎51・2305 電
	債務整理などの多重債務相談	月~金曜日9:00~16:30	東三河消費生活総合センター	子育て支援課 ☎51・2320
	ひとり親家庭などの相談	月~金曜日10:00~16:00	子育て支援課	豊橋保護区保護司会サポートセンター相談室 ☎56・4431 電
	罪を犯した人たちの立ち直り相談	月・水・金曜日13:30~16:00	豊橋市更生保護会館内サポートセンター	患者総合支援センター ☎33・6111 予
	ハローワーク長期療養者就職相談	木曜日11:00~16:00	市民病院	長寿介護課 ☎51・2330 予
	生涯現役相談	金曜日8:30~17:15	長寿介護課	

パピママ

主に未就学児のパピママ向けのイベントや、子育て支援などに関する情報を紹介します。



PICK UP



作り方のコツを学ぼう！



定員
各12組
(申込順)

モグモグ教室

離乳食作りを見学し、成長に合わせた離乳食の進め方を学びます。
 とき: 10/8(金)、10/28(木)、11/11(木)、11/26(金) 10:15~11:30
 ところ: 保健所・保健センター 対象: 5・6か月児と保護者
 申込み: 随時、ホームページで必要事項を入力
 問合せ: コープあいち豊橋センター(☎43・5020)、こども保健課(☎39・9160) ☎ 45212

カミカミ教室

歯みがきの仕方や、離乳食の食べさせ方などを学びます。
 とき: 10/7(木)、10/27(水)、11/10(水)、11/25(木) 9:30~11:30
 ところ: 保健所・保健センター 対象: 9~11か月児と保護者
 定員: 10組(申込順) 申込み: 随時、こども保健課(☎39・9160) ☎ 45213

すくすく広場

絵本の読み聞かせなどを通して、子どもの脳の発達を促します。
 とき: 9/1(水)、10/6(水)、11/10(水) 10:30~11:00、11:10~11:40(受け付けは10:00から)
 ところ: 交通児童館 対象: 0~3歳児と保護者
 定員: 各15組(先着順) 問合せ: 交通児童館(☎61・5818)

子育てMEETING 気軽にフリートーク

子育ての悩みを相談できるほか、参加者同士で交流します。
 とき: 10/12(火)、10/25(月)、11/9(火) 10:00~12:00
 ところ: あいトピア 対象: 未就学児の保護者 講師: 山畑志保さん(歯科衛生士)ほか
 定員: 各20人(申込順) その他: 6か月児以上の託児あり(予約制)
 申込み: 10/1(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

幼児ふれあい教室

ポッキー先生と一緒に親子で運動あそび
 とき: 10/6(水)、10/13(水)、10/27(水) (全3回)
 ところ: 浜道地区体育館 対象: 1歳6か月以上の未就園児と保護者
 料金: 100円
 親子でヨガ遊び
 とき: 10/7~10/28の木曜日(全4回)
 ところ: 杉山地区市民館 対象: 7か月~1歳6か月の未就園児と保護者
 おそとであそぼ
 とき: 10/13(水)、11/17(水) 10:00~12:00
 ところ: 岩屋緑地 対象: 未就園児と保護者
[共通事項] 申込み: 9/15(水)までにホームページで必要事項を入力
 問合せ: 子育て支援課(☎51・2233) ☎ 23513

小学校入学予定の子どもに健康診断を実施します

10月1日(金)時点の住民基本台帳に基づく居住校区の小学校から10月5日(火)以降、対象の子どもは保護者宛てに健康診断の通知を送付します。10月12日(火)を過ぎても通知が届かない場合はご連絡ください。健診の日程など詳細はホームページ、市内の幼稚園・保育園・認定こども園で確認できます。
 問合せ: 保健給食課(☎51・2815) ☎ 9021



こども未来館 子育て講座

申込み: 各申込期限までに、こども未来館ホームページで必要事項を入力
 問合せ: こども未来館(☎21・5528)

ようこそ豊橋へ 転入者親子講座

とき: 10/4(月) 10:30~11:30 対象: 本市に転入してきた、または転入予定の3歳児以下と保護者
 申込期限: 9/15(水)

おもちゃの選び方・与え方

とき: 10/8(金) 10:30~11:30 対象: 妊婦、1歳児未満と保護者 講師: 和田晶子さん(知育玩具インストラクター)
 申込期限: 9/15(水)

親子フッキング

とき: 10/29(金) 10:00~11:30 対象: 1・2歳児と保護者 講師: 山本友香さん(管理栄養士)
 料金: 500円 申込期限: 9/30(木)



高齢者向けの健康教室や、
介護・医療などに関する情報を
紹介します。

シニア



PICK UP

100歳以上の方へ ご長寿のお祝いをお届けします

長寿のお祝いとして、祝金3万円をお届け
します。

とき:9/15(水)~9/21(火) 対象:大正10
(1921)年以前に生まれた方 問合せ:長
寿介護課(☎51・2337) ☎ 52196

受けてみりん! 65歳からのドキドキ☆体力健診

体力測定の結果をもとに、理学療
法士からアドバイスを受けます。

とき:①10/8(金)②10/20(水)③10/26(火)
④11/4(木)13:00~15:30(受け付
けは14:40まで) ところ:①市役所
講堂②大清水まなび交流館ミナク
ル③保健所・保健センター④市民
文化会館 対象:市内在住で65歳
以上の方 定員:各30人(申込順)

持ち物:②室内用運動靴 その他:
持病のある方は主治医に確認の上
参加 申込み:9/1(水)~各1週間前
までに長寿介護課(☎51・2339)
☎ 57266

敬老の日イベント シニア対象!トレーニング室無料開放

とき:9/20(祝)9:00~21:00 ところ:
大清水・浜道・石巻・下五井・飯
村・二川地区体育館、トレーニン
グセンター 対象:60歳以上の
方 問合せ:総合体育館(☎32・
9611) ☎ 87387



高齢者セミナー

①箏の世界②大正琴演奏会③昭和
歌謡演奏会

とき:①9/10(金)②9/17(金)③10/15(金)
13:30~15:00 申込み:各前日まで
に東陵地区市民館(☎64・8088)

④音楽療法でリラックス⑤折り紙で
花づくり

とき:④9/16(木)⑤10/21(木)13:30~
15:00 申込み:各前日まで本郷地
区市民館(☎46・8487)

[共通事項]ところ:各申込先 対象:
60歳以上の方
☎ 23387

暮らしに役立つ情報コーナー

巧妙な特殊詐欺に ご注意ください!

「オレオレ詐欺」などの特殊詐欺
は、年々手口が巧妙になってきてお
り、被害が後を絶ちません。

今年の4月、市内でも医師を名
乗る犯人からの電話が入り、息子
が重い病気にかかっていることを
告げられ動揺しているうちに、家
に訪れた別の犯人に現金を渡して
しまう事件が発生しました。複数
人が犯行に及ぶことで、被害者を
混乱させて考える時間を与えない
という巧妙な手口です。「自分は夫
丈夫」と思っている、冷静な判断
ができなくなることもあります。
被害に遭わないためにも次のこと
を実践しましょう。

- ☐留守番電話機能を設定する
 - ☐家族との合言葉を決めておく
 - ☐家族本人への事実確認をする
 - ☐個人情報や暗証番号は教えない
 - ☐現金やカードを他人に渡さない
- 問合せ 安全生活課(☎51・2550)



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

市民大学 ترام ピラティスで心も体も美しく!

- とき** 10/19、11/2、11/16、11/30、12/14の火曜日(全5回) 10:00～11:30
- ところ** 東部地区市民館飯村分館
- 対象** 20歳以上の女性
- 料金** 1,500円
- 申込み** 9/29(水)までに東部地区市民館飯村分館(☎64・5261) HP 23387



定期的ながん検診を受けましょう

がんは日本人の死因の第1位であり、死亡者数は年間37万人を超えています。また、2人に1人が生涯のうちにがんにかかり、3人に1人が、がんで亡くなっています。がんの死亡率を減少させることを目的として、がん検診があります。検診は短時間で済みますので、早期発見、早期治療のためにも定期的ながん検診を受けましょう。

問合せ:健康増進課(☎39・9136) HP 6749

健康づくりのためのスポーツ教室

メンテナンスヨガ

とき:10/1～10/22の金曜日(全4回) 10:00～10:50 ところ:浜道地区体育館 対象:20歳以上の女性 定員:18人(申込順) 料金:2,000円

スポーツ吹矢

とき:11/17、11/24、12/8、12/22、来年1/12の水曜日(全5回) 10:00～12:00 ところ:総合体育館 対象:20歳以上の方 定員:15人(申込順) 料金:3,000円

【共通事項】

その他:バレトン教室も別会場で開催。日程など詳細はホームページ参照 申込み:9/7(火)10:00から、料金を豊橋市体育協会(☎63・3031) HP 87413



新型コロナウイルスの感染拡大により、外出自粛やリモートワークなど、生活様式が変化し、先が見えない状況が長期化していることで、不安やストレスを抱える人が増えています。それらを1つの要因として、抑うつ状態やうつ症状などを引き起こし、いわゆる「コロナうつ」になる人も少なくありません。「コロナうつを防ぐためにも、次のことを実践しましょう。」

- 早寝早起きを心掛ける
- バランスの取れた食生活や適度な運動を取り入れる
- 興味のあることを見つけて楽しむ



コロナうつを予防しましょう

□ 周囲の人とのコミュニケーションを心掛ける
また、うつの症状は自分で気づけないことも多く、周りの方が小さな変化に気づくことが大切です。家族や同僚、友人などの異変に気づいたら声を掛け、話を聞きいて気持ちに寄り添い、必要なときには医療機関や相談機関へつなげてください。
なお、健康増進課ではリフレッシュの方法などをインスタグラムで発信しています。

HP 9145)
6782

問合せ 健康増進課(☎39・



アカウント名
toyohashi_kokoro



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。

応急手当ベビーコース

乳幼児に対する心肺蘇生法や事故の予防法などを学びます。

とき ①10/25(月)②11/13(土)9:30~11:30

ところ 中消防署

定員 各15人(抽選)

申込み ①は9/1(水)~9/15(水)、②は10/1(金)~10/15(金)に、はがき、またはEメールで講習名、住所、氏名(ふりがな)、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

☎ 33314

本で知る防災 特設コーナー

子ども向けの防災図書やクイズが楽しめます。

とき:9/1(水)~9/23(木) **ところ**:中央図書館 **対象**:小学生以下 **その他**:クイズ正解者にプレゼント(備蓄食料)あり
※無くなり次第終了 **問合せ**:中央図書館(☎31・3131)

防犯ボランティア養成アカデミー

防犯パトロールのポイントや特殊詐欺への対策などを学びます。

とき:10/22(金)13:30~16:00 **ところ**:市役所講堂 **講師**:青嶋宮央さん(日本教育養成学会理事長) **定員**:30人程度(申込順) **申込み**:9/30(木)までに住所、氏名、電話番号を安全生活課(☎51・2303 ☎56・0123) apply-anzen@city.toyohashi.lg.jp ☎ 52298

地域のおこまり解決講座 防災教室

ハザードマップを活用して地域の危険箇所を学びます。

とき:11/7(日)13:30~15:30 **ところ**:東陽地区市民館 **申込み**:10/15(金)までに東陽地区市民館(☎61・7741) ☎ 23387

暮らしの 安全安心 ひとことメモ

身近な日用品が防災用品に!

高価なものが多く、準備が大変なイメージのある防災用品ですが、割り箸やごみ袋などの日用品は、防災用品として活用することができます。いざという時は割り箸が火起こしの燃料に、ごみ袋は水を運ぶタンクになるなど、使い方次第でさまざまな用途に利用可能です。日用品を防災用品として役立つ方法を知り、災害に備えましょう。

イッモのモノでイノチをマモル

身近な日用品などを使った防災の備えを学びます。

とき:9/3(金)~9/5(日)9:30~17:00

ところ:子ども未来館「ここにこ」 **問合せ**:子ども未来館(☎21・5525)



山地災害にご注意を!

近年、全国的に豪雨などによる山地災害が多発しています。普段から危険箇所を知るとともに、落石や斜面の亀裂、川の濁りなど山の危険信号に気づいたら避難してください。愛知県東三河農林水産事務所林務課、農業支援課、ホームページで、山地災害危険地マップを公開しています。

問合せ:愛知県東三河農林水産事務所林務課(☎35・6176)、農業支援課(☎51・2475) ☎ 56777

反射材を身に付けましょう!

暗くなると、ドライバーからは歩行者や自転車の動きが見えづらくなり、夕暮れ時から夜間にかけての交通事故が多く発生しています。反射材を身に付けた歩行者は、黒っぽい服の歩行者に比べて、2倍視認しやすくなるのが分かっています。外出する際は、周りに自分の存在を知らせるためにも、必ず反射材を身に付けて、交通事故から身を守りましょう。

問合せ:安全生活課(☎51・2550) ☎ 80016

浅井市長の 豊橋の『ココ』が好き!

郷道の滝



石巻西川町にある、大きな岩から流れる落差約5mの滝です。豊かな緑の間から差し込む太陽に照らされて光り輝く滝や水面を間近で見ることができます。



輝く人 とよはしめ 巡り

豊橋で今、輝いている人を
リレー形式で紹介します。

飲食店経営

堀田 渡さん(31)

気兼ねなく談笑できる
店にしたいです!



地元の食材を使った料理にこだわり、誰でも親しめる店づくりに取り組む堀田さん。今後は地域の生産者など他業種とも協力して、駅前に活気を取り戻したいと語ってくれました。

イマドキ小学生

教えて! みんなの夢

今月は
二川小学校

小学生の「将来の夢」を
紹介します。

1年生
あさひさん

競輪選手

2年生
おうせいさん

ボクサー

3年生
あらたさん

プロ野球選手

4年生
あんなさん

看護師

5年生
かなめさん

獣医師

6年生
はるとさん

バスケットボール選手

来月は... 『前芝小学校』 です!

9月の緊急医

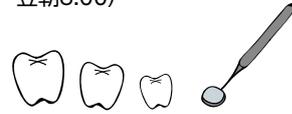
- 医師の都合などで一部変更する場合あり
- その他医療機関・診療科などについての問合せ
救急医療情報センター(☎ 63・1133)
- 精神科の緊急問合せ
精神科救急医療情報センター(☎ 052・681・9900) ※24時間受付

内科・小児科

時間 休日/9:00~12:00・13:00~17:00(17:00~20:00は休診)、夜間【毎日】…20:00~翌朝7:00。各30分前に受付終了
ところ 休日夜間急病診療所(中野町字中原 ☎ 48・1110) ※混雑時などは早めに終了。23:00以降、1歳未満児は市民病院
愛知県小児救急電話相談 ☎ #8000番または ☎ 052・962・9900(19:00~翌朝8:00)

歯科

時間 休日/10:00~17:00、平日/20:00~23:00。各30分前に受付終了
ところ 休日夜間・障害者歯科診療所(中野町字中原 ☎ 39・9177)



外科

時間 ①土曜日/17:00~22:00 ②休日昼間/9:00~17:00 ③休日夜間/17:00~22:00 ④平日/20:00~22:00
ところ ①~③下表、④豊橋医療センター(☎ 62・0301)・成田記念病院(☎ 31・2167)・市民病院(☎ 33・6111) ※①~④の時間外は市民病院のみ

4(土)	福井脳神経外科(立花町)	☎ 21・7001
5(日)	昼	とよはしにし整形リハクリニック(花田町) ☎ 39・7888
	夜	きよし整形外科(花田二番町) ☎ 33・8688
11(土)	はしら整形リハビリクリニック(中橋良町)	☎ 29・8484
12(日)	昼	花田いしかわクリニック(花田町) ☎ 32・2166
	夜	ふくい整形外科リウマチリハビリ(西幸町) ☎ 37・3291
18(土)	木村整形外科(牧野町)	☎ 45・9925
19(日)	昼	中島脳神経外科(下五井町) ☎ 54・6261
	夜	殿田橋整形外科(飯村町) ☎ 69・1601

20(祝)	昼	積善クリニック(大岩町)	☎ 65・6565
	夜	弥生病院(弥生町)	☎ 48・2211
23(祝)	昼	まつお乳腺クリニック(築地町)	☎ 32・9287
	夜	クリニックいちよう(草間町)	☎ 35・7117
25(土)		塩之谷整形外科(植田町)	☎ 25・2115
26(日)	昼	小石整形外科クリニック(つづじが丘1)	☎ 66・5514
	夜	鈴木ひろし整形外科(佐藤5)	☎ 65・1300

産婦人科

時間 平日/20:00~24:00、休日/8:00~24:00 ※0:00~8:00は市民病院(☎ 33・6111)



1(水)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
2(木)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
3(金)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
4(土)	小石マタニティクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・1212
5(日)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
6(月)	竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
7(火)	つづじが丘ウイメンズクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・5550
8(水)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
9(木)	パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
10(金)	原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
11(土)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
12(日)	原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
13(月)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
14(火)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
15(水)	小石マタニティクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・1212

16(木)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
17(金)	竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
18(土)	つづじが丘ウイメンズクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・5550
19(日)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
20(祝)	パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
21(火)	原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
22(水)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
23(祝)	竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
24(金)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
25(土)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
26(日)	小石マタニティクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・1212
27(月)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
28(火)	井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
29(水)	つづじが丘ウイメンズクリニック(つづじが丘2)	☎ 66・5550
30(木)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588

耳鼻咽喉科

時間 9:00~17:00 ※左記時間帯以外は市民病院(☎ 33・6111)



5(日)	吉見耳鼻咽喉科(野依台1)	☎ 25・7688
12(日)	ながた耳鼻咽喉科(山田一番町)	☎ 38・8877

19(日)	井澤医院(東新町)	☎ 55・8936
26(日)	西村耳鼻咽喉科医院(上传馬町)	☎ 55・5165

眼科

時間 9:00~17:00 ※左記時間帯以外は市民病院(☎ 33・6111)



5(日)	小林眼科(駅前大通2)	☎ 55・5717
12(日)	はた眼科クリニック(飯村北1)	☎ 64・1777
19(日)	弥生病院(弥生町)	☎ 48・2211

20(祝)	豊橋南藤井眼科クリニック(植田町)	☎ 25・7111
23(祝)	かきはら眼科クリニック(つづじが丘2)	☎ 63・5139
26(日)	成田記念病院(羽根井本町)	☎ 31・2167

柔道整復師

時間 8:00~20:00



5(日)	夏目接骨院(西幸町)	☎ 48・6597
12(日)	中島接骨院(下地町)	☎ 53・3270
19(日)	ごとう接骨院(雲谷町)	☎ 41・7510

20(祝)	さいとう接骨院(柱六番町)	☎ 37・5588
23(祝)	かわらまち接骨院(瓦町)	☎ 63・3930
26(日)	加持接骨院(野依町)	☎ 25・6056

財源確保を目的に有料広告を掲載しています。広告内容に関する一切の責任は広告主に帰属し、取扱商品等については、市が必ずしも推奨するものではありません。内容については直接広告主へ問い合わせてください。

全面広告

編集後記

優しく寄り添える人になりたい

LGBTQ+について、少しは知っているつもりで臨んだ今回の特集。しかし、取材を進め、当事者の方の話を伺う中で、今までの私がLGBTQ+について、自分に関係のないテレビや本の中の話であるかのように見聞きしていたことに気付

きました。今回インタビューした方々が、「身近に私たちのような方がいることを知ってほしい」と真剣に語ってくれた経験を活かし、周囲の方を大切にして、優しく寄り添える人になりたいと思います。(鈴木)

広報とよはしをスマートフォンなどで閲覧できます

多言語対応デジタルブック閲覧ソフト「Catalog Pocket」で、本紙を日本語、English、中文、한국어、Português、ภาษาไทย、Español、Bahasa Indonesiaのほか10か国語(自動翻訳)で閲覧できます。

