

このまちが、すき

# とよはし

— KOHO TOYOHASHI —

2021

毎月1日発行  
通巻 第1537号

12月号



特集

★ 明るい未来 ★ に向かって走った!

# 2021 年を振り返る



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 特集 明るい未来に向かって走った! 2021年を振り返る

### 06 イチオシ情報

- ・スケートクリスマスイベント2021
- ・家庭ごみの臨時持込場所を開設します

### 08 豊橋ニュース

- ・市電が図書館に変身!「おはなしでん」
- ・ゼロカーボンシティ宣言

### 09 のんほいパーク

- ・歳末感謝! 温室クイズラリー
- ・干支展 寅

### 10 公共施設イベント

- ・美術博物館 トリエンナーレ豊橋
- ・少年自然の家 凧と五平餅づくり

### 14 スポーツ

- ・全国駅伝経験者と走る ラントレ
- ・HSPスポーツ塾 冬休み特訓教室!

### 15 演劇・コンサート

- ・Inc. percussion days 2022 in TOYOHASHI
- ・豊橋交響楽団定期演奏会

### 16 暮らし情報

### 21 相談

### 22 パパママ

- ・産後ママのためのトータルケア教室
- ・すくすく広場

### 23 シニア

- ・高齢者セミナー
- ・ロコモに負けない体づくり

### 24 健康

- ・健康づくりのためのスポーツ教室
- ・足腰楽々トレーニング

### 25 防災・安全

- ・ストーブ火災に注意しましょう
- ・空き巣や事務所荒らしに注意しましょう

### 27 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。

市政情報番組を放送しています

ティーズ(CATV)地デジ12ch

とよはしNOW(5分間)

毎日 7:15、12:15、15:15、  
18:15、22:15

※YouTubeでも視聴できます

やしの実FM(84.3MHz)

広報エフエムとよはし(15分間)

月～金曜日 7:45、12:30

ラジオニッケイ(インターネットラジオ)  
※ポルトガル語での放送です

市からのお知らせ(1分間)

月・水・金曜日 6:00、8:00、  
10:00ほか5回  
火・木・土・日曜日 5:00、7:00、9:00  
ほか5回

市長のメッセージ(5分間)

第1土曜日または第2土曜日 21:00

SNSで情報を発信しています

とよはしの魅力情報(ユーチューブ)  
旬な話題や市長の定例会見、豊橋の  
楽しい情報を発信しています。



防災・安全・安心情報(ツイッター)  
災害時の警報・避難所などの情報、  
交通事故や防犯の情報を発信して  
います。



豊橋ライフスタイル情報(インスタグラム)  
本「クラストコ」と連動し、日常のヒト  
コマなど市民の顔や暮らしぶりが見  
える画像・動画を発信しています。



# 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

## 新型コロナワクチン追加接種(3回目)のお知らせ

3回目の接種は、2回目接種後おおむね8か月以上経過した18歳以上の方が対象です。無料で接種できる接種券が一体になった予診票や案内文などを、対象者あてに順次郵送しますので、接種時期になりましたら予約をして、接種を受けてください。なお、3回目接種については、今後のさらなる科学的知見を踏まえ、必要に応じて適宜見直されることがあります。

### 注意事項



今回は案内文のほかに、「接種券一体型予診票」と「新型コロナウイルスワクチン予防接種済証」が1枚の用紙で届きます。予診票は必ず事前にボールペンで記入して医療機関などに持参しましょう。また、接種済証は接種した事実を証明するため、大切に保管してください。

- ・接種券一体型予診票と新型コロナウイルスワクチン予防接種済証を切り離さないでください
- ・肩の出しやすい前開きの服または、袖をまくりやすい服で接種を受けましょう
- ・予約時に2回目の接種からおおむね8か月以上経過していることを確認しましょう

## 新型コロナワクチン追加接種(3回目)に関する



**Q** 3回目のワクチンは接種しなければいけないの？

**A** 新型コロナワクチンは、本人の意思に基づき接種を受けていただくものですが、2回目の接種後、一定期間が経過すると免疫が低下する可能性があるため、追加接種が必要となります。

**Q** 1・2回目と違う種類のワクチンを接種してもいいの？

**A** 原則として、1・2回目と同じ種類のワクチンを接種してください。ただし、10・20代の男性など、一定の条件を満たした場合に変更できることがありますのでお問い合わせください。

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

※12月1日(水)以降は、土・日曜日、祝日を除く

## 支援のお知らせ

### 旅行者等誘客活動特別支援補助金を受け付けています

ホームページ改修やチラシ作成などの広告宣伝費を補助します。

**対象:** 旅行業法第3条の登録を受けた市内の旅行者または旅行者代理店業者 **補助額:** 費用の10分の10(上限50万円) **その他:** 事前相談が必要 **申請:** 2/28(月)までに必要書類を観光振興課(☎51・2430) ※必要書類は観光振興課ホームページで配布 **HP** 89450

### 消費回復事業特別支援補助金を受け付けています

イベント開催のための会場費や広告宣伝費などを補助します。

**対象:** 2/28(月)までに主催者としてイベントを開催する市内に本店(個人は住所)がある中小事業者 **補助額:** 費用の10分の10(1イベントにつき上限100万円。月ごとに1イベントのみ) **申請:** 2/15(水)までに申請書を商工業振興課(☎51・2425) ※申請書は商工業振興課ホームページで配布 **HP** 89147

特集

★ 明るい未来 ★ に向かって走った!

# 2021 年を振り返る

今年には新型コロナワクチンの接種が開始され、徐々にイベントが開催できるようになるなど、前向きな活動が始まった1年でした。今回はコロナ禍を乗り越えるため、明るい未来を目指して走った2021年を振り返ります。

問合せ 広報広聴課(☎51・2165)

4/23(金)

## 新型コロナワクチンの接種開始



市民への新型コロナワクチン接種を、高齢者の入所施設から開始しました。接種を終えた高齢者たちは、安心した表情を浮かべていました。

2/10(水)  
2/11(木)

## 天下の奇祭 豊橋鬼祭



歴史上初めて無観客で執り行われました。白い粉がまかれないなど例年とは違ったようすの中、「赤鬼と天狗のからかい」などが奉納されました。

4/6(火)

## 東京2020オリンピック 聖火リレー



57年ぶりに聖火リレーが行われました。聖火ランナーの姿を一目見ようと集まった観客に、ランナーたちは笑顔で応えながら聖火をつなぎました。

3/28(日)

## 穂の国・豊橋クォーターマラソン



陸上競技場をスタートし、豊橋公園などを走る約10kmのマラソンに465人が参加しました。ランナーたちは、桜が満開のコースを力いっぱい駆け抜けました。

2021

START

7/17(土)

### のんほいパークに アジアゾウ3頭が仲間入り!



インドのマイソール動物園から寄贈されたアジアゾウ3頭を一般公開しました。ゾウたちは仲良く元気に水浴びをして、来園者を楽しませました。

5/3(祝)  
~5/5(祝)

### とよはしアートフェスティバル2021 「大道芸 in とよはし」



撮影:伊藤華織

今年で10年目を迎え、アクロバットやパントマイム、ジャズの演奏など、世界で活躍する大道芸人やミュージシャンがさまざまなパフォーマンスで観客を沸かせました。

7/23(祝)  
~9/5(日)

### 東京2020オリンピック・ パラリンピック競技大会



豊橋にゆかりのある選手8人が出場し、各競技で活躍しました。全力で競技に取り組む姿は私たちが元気づけ、勇気と感動を与えてくれました。

9/5(日)

### 56年の歴史に幕 市民プールが閉館



長年親まれてきた市民プールが閉館しました。プールでの思い出などを残せるメッセージボードには、利用者からたくさんの声が寄せられました。

11/27(土)

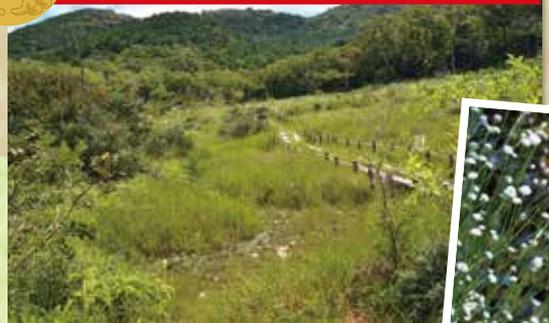
### まちなか図書館がオープン!



イベントや展示などが開催できる設備を備え、読書だけでなく、人と人との交流や新しい出会いを生み出す場所として、まちなかにオープンしました。

10/11(月)

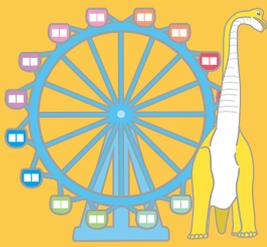
### 葦毛湿原が国の天然記念物に指定



森林化が進んだ湿地を元に戻す再生作業や、シラタマホシクサを含む多くの貴重な植物が生育していることなどが評価され、国の天然記念物に指定されました。

2022





# イチオシ情報

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。



## おひさまクリスマス会

ミニコンサートやパネルシアターなどが楽しめます。  
アンサンブル・ウッド(フルート、クラリネット)

**とき** 12/20(月)11:00~11:20

フーさんのわくわくシアター(パネルシアターほか)

**とき** 12/21(火)11:00~11:20

ドラムサークル豊橋フルフルサンシャイン(ジャンベほか)

**とき** 12/23(木)11:00~11:20

織音(ハンマーダルシマー、二胡)

**とき** 12/23(木)、12/24(金)14:00~14:20

**[共通事項]**

**ところ** こども未来館「ここにこ」

**問合せ** こども未来館(☎21・5525)



## スケートクリスマス イベント2021

コスプレ魔法で大変身

**とき** 12/1(水)~12/25(土)

**料金** 大人1,000円、3歳児~中学生500円※別途貸靴料300円必要

サンタさんの落とし物を探せ!

**とき** 12/12(日)11:00~12:00、14:00~15:00

**料金** 大人1,000円、3歳児~中学生500円※別途貸靴料300円必要

親子でスノードーム作り

**とき** 12/19(日)14:00~16:00

**定員** 20組(2人1組。申込順) **料金** 1個1,100円

**申込み** 12/1(水)からアクアリーナ豊橋

親子でミニ門松作り

**とき** 12/26(日)13:00~15:00

**定員** 20組(2人1組。申込順) **料金** 1個2,200円

**申込み** 12/1(水)からアクアリーナ豊橋

**[共通事項]**

**ところ** アクアリーナ豊橋

**問合せ** アクアリーナ豊橋(☎31・4781) **HP** 88913





### 家庭ごみの臨時持込場所を開設します

- とき** 12/29(水)9:00~12:00、13:00~16:00
- ところ** 東部・西部環境センター
- 対象** こわすごみ、大きなごみ、危険ごみ、うめのごみ、古紙、布類、パソコン、小型家電
- その他** 軽トラックなどに満載のごみは、資源化センターに分別して持ち込み
- 問合せ** 東部環境センター(☎61・4136)、資源化センター(☎46・5304)
- HP** 40896



### 二川宿本陣資料館 春の七草展 人日の節句

- ちりめん作家 豊田恵子さんによる  
正月と七草のつるし飾り展示
- とき** 12/18(土)~1/10(祝)
- 春の七草・正月飾りの展示
- とき** 1/2(日)~1/10(祝)
- [共通事項]**
- 料金** 無料(入館料必要)
- 問合せ** 二川宿本陣資料館(☎41・8580)



### バスや電車で行く! お出かけすごろくを配布しています

- とき** 3/27(日)まで
- ところ** 都市交通課ほか
- 対象** 小学生以下
- 部数** 1,500部(先着順)
- その他** 中央・向山・大清水図書館で開催の「おはなし会」でも配布。期間中、バスや電車に乗りし、豊橋駅バスセンター・新豊橋駅窓口・豊橋鉄道市内線営業所へすごろくを持参するとプレゼント(文房具など)あり
- 問合せ** 都市交通課(☎51・2620) **HP** 88635



### 古多米で「くど・うす体験」をしよう

- くどで米を蒸し、臼を使った餅つきを見学します。
- とき** 1/8(土)9:30~11:30
- ところ** 民俗資料収蔵室
- 対象** 市内在住の小学生と家族
- 定員** 10組(1組4人まで。申込順)
- 申込み** 12/7(火)~12/24(金)に参加者全員の氏名・電話番号を美術博物館(☎51・2882)



広報担当者が取材した市内のイベントや最近の話題を紹介します。



## NEWS 01



### 市電が図書館に变身! 「おはなしでん」を開催

10/29  
金

豊橋鉄道東田本線

図書館が定期的に行っている読み聞かせ「おはなしのへや」を、初めて路面電車の中で開催しました。参加した18組の親子たちは、電車などの絵本の読み聞かせのほか、人形やエプロンを使った手遊びに触れながら、約30分間の旅を楽しんでいました。

子どもも大人も  
一緒になって楽しめました!



中島さんファミリー

### 津波防災の日に合わせて 津波防災訓練を実施

11/5  
金

伊古部海岸、野外教育センター

南海トラフ地震などの津波を伴う巨大地震に備えるため、避難訓練を実施しました。参加した高豊中学校2年生など約200人は、息を切らしながら海岸から野外教育センターまで坂道を駆け上がり、真剣に訓練に取り組んでいました。

急に避難することの  
難しさがよく分かりました!



片さん、齊藤さん



## NEWS 02



## NEWS 04

### 若者と市長の意見交換会を開催

10/22  
金

市役所講堂

学生や社会人など20~30代の若者10人と浅井市長が意見交換を行いました。テーマ「魅力を感じるまち」について、若者からさまざまな意見が発表されました。



## NEWS 03

11/6  
出

### ゼロカーボン シティ宣言

530のまち環境フェスタ

脱炭素社会の実現に向け、2050年までに二酸化炭素排出量の実質ゼロを目指し、市を挙げて全力で取り組むことを浅井市長が宣言しました。

# 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。

## 目の前にトラが! アムールトラのマリン

トラの獣舎をガラス張りにしました。アムールトラのマリンは、新しい環境になかなか慣れず、獣舎の奥の方で過ごしていましたが、最近になってやっと来園者の目の前までやってくるようになりました。すぐそばまでトラが迫る光景は大迫力!ぜひ、マリンに会いに来てくださいね。

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

### 植物しりとり歴史展

全国の植物園とSNS上で行ったしりとりのパネルを展示します。

と き 12/4(土)~12/24(金)

ところ 温室内イベントのへや 問合せ 動植物園

### 歳末感謝! 温室クイズラリー

温室内を巡りながらクイズを解きます。

と き 12/25(土)、12/26(日)12:00~15:00(受け付けは14:30まで)

料 金 各500円

その他 プレゼント(ポインセチアとお菓子)あり

問合せ 動植物園

### みどりの講座 アンティーク風木箱アレンジ

木箱の中にドライフラワーなどを詰めた飾りを作ります。

と き 1/16(日)9:00、11:00、14:00(各90分)

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 山田里恵さん(有花幸) 定員 各15人(抽選)

料 金 各1,500円 入園料 無料

申込み 12/7(火)(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、希望時間、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



### 自然史博物館 解説会 ネコ科の動物

来年の干支・トラやオオヤマネコなどネコ科の動物の標本を紹介します。

と き 1/3月13:30~14:00

講 師 当館学芸員 問合せ 自然史博物館

### 自然史博物館 干支展 <sup>とら</sup>寅

<sup>とらめ</sup>虎目石や浜松張子など、トラにつまつわるものを約150点紹介します。

と き 12/18(土)~1/16(日)

問合せ 自然史博物館



### 自然史博物館 大型映像番組

「アイスエイジ(2D・3D)」、「発見!南極に恐竜がいた!(2D・3D同時視聴)」を上映します。

と き 12/4(土)~1/30(日)

その他 上映スケジュールなど詳細は自然史博物館ホームページ参照

問合せ 自然史博物館



休園日 月曜日(1/3月を除く)、12/29(水)~1/1(祝) 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、まちなか図書館 ☎21・5518、  
向山図書館 ☎62・2944、大清水図書館 ☎39・5900  
**休館日** 月曜日(まちなか図書館を除く)、第4金曜日、12/29(水)~1/3(月)



### 『日本のデザイン書道家 筆文字デザインの最前線』

編著者:久木田ヒロノブ  
マール社 2018.12

### スタッフの おすすめ本

12月

誰もが1度は目にしたことがある、さまざまなデザイン書道作品を紹介し、デザインの考え方や秘訣が学べる一冊です。豊橋筆製作者の熱意が伝わるインタビューも必見!

### まちなか図書館 イベントピックアップ!

#### クリスマスコンサート

**とき** 12/19日15:00~16:00

**ところ** まちなか図書館

**出演** 鈴木智子(ピアノ)、平手裕紀(キーボード、トランペット)

**定員** 50人(先着順)

**その他** 12/14(火)~12/25(土)の期間中、クリスマス  
をテーマにした別イベントを開催。イベント  
内容など詳細はまちなか図書館ホームペー  
ジ参照

**問合せ** まちなか図書館



### 年末年始の貸し出しと返却 ポストの閉鎖

12月29日(水)~1月3日(月)の休館  
に伴い、12月15日(水)~12月28  
日(火)の貸出期間を通常の2週間  
から3週間に延長します。また、休  
館中は各図書館、豊橋観光案内  
所の返却ポストを閉鎖します。

**問合せ** 中央図書館

### おかえり金子展

作曲家・古関裕而さんの妻・金子さ  
んの生涯を写真などで紹介します。

**とき** 12/1(水)~12/26(日)

**ところ** 中央図書館

**問合せ** 中央図書館



### クリスマスのおはなしを ミナクルで

クリスマスにちなんだ絵本の読み  
聞かせを楽しめます。

**とき** 12/18(土)14:00~14:40

**ところ** 大清水まなび交流館「ミナ  
クル」

**定員** 20組(申込順)

**申込み** 12/4(土)から大清水図書館

# 02 美術博物館

問合せ ☎51・2882 休館日 月曜日、12/29(水)~1/3(月)

## 記念講演会 橋良文庫と草間文庫あれこれ

とき 12/18(土)14:00  
講師 大須賀哲夫さん(郷土史家)  
定員 24人(申込順)  
申込み 12/3(金)から美術博物館  
ホームページで必要事項  
を入力

## びはく講座 星野真吾賞展みどころ紹介

とき 12/19(日)14:00~15:00  
講師 当館学芸員  
定員 24人(申込順)  
申込み 12/7(火)から美術博物館  
ホームページで必要事項  
を入力

## トリエンナーレ豊橋 星野真吾賞展 明日の日本画を求めて

197点の応募作品から選ばれた入選作品57点などを展示します。  
とき 11/30(火)~12/26(日)  
観覧料 一般・大学生500円、小学生~高校生200円

Pick Up

### 学芸員の作品紹介

全身が緑色の、動物とも植物とも見える不思議な生物が半立体的に表現されています。これは、作者が理想とする生命体のイメージを、初めてリアルな姿として制作したものだそうです。生命体の内部にはさまざまな「生」の痕跡が細密に描かれ、まるで生命体が宇宙そのものであるかのように深淵な世界が広がっています。作者の佐々木菜摘さんは22歳。独創的な表現と世界観が高く評価され、歴代最年少での受賞となりました。



星野真吾賞(大賞)受賞作品  
佐々木菜摘「痕跡!?!」令和2(2021)年

## いいとこ発見!とよはしカルタ大会

とき 1/8(土)[小学1~3年生]13:30  
[小学4~6年生]15:00  
ところ 二川宿本陣資料館  
対象 小学生(保護者同伴)  
定員 各15人(申込順)  
料金 無料(展示見学の場合は別途、入館料必要)  
その他 プレゼント(とよはしカルタ)あり  
申込み 12/7(火)10:00から電話で二川宿本陣資料館

Pick Up



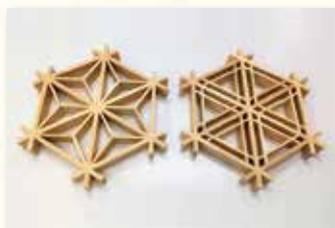
## 二川宿本陣 資料館 & 駒屋

# 03

問合せ 二川宿本陣資料館 ☎41・8580、  
駒屋 ☎41・6065  
休館日 月曜日、12/29(水)~1/1(祝)

## 現代の名工 ウッドクラフト・ゴトウ 匠親子による美術建具作品展

組子細工で作られた建具を展示します。  
とき 12/4(土)~1/10(祝)  
匠のワークショップ 組子細工2種  
麻の葉と胡麻柄を作ります。  
とき 12/11(土)10:00~11:30、13:00~14:30  
定員 各10人(申込順)  
料金 各5,000円  
申込み 12/5(日)10:00から電話で駒屋



麻の葉(左)と胡麻柄

## 視聴覚教育センターコラボ企画 チケット半券でお得なサービス

12月24日(金)~4月3日(日)に視聴覚教育センターのプラネタリウム観覧券の半券を持参した方は、当館の入館料を2割引きます。\*半券1枚につき1人まで、1回限り  
問合せ 二川宿本陣資料館

## 和創作 お正月飾り・かわいい花熊手♪

つまみ細工や水引などを使い、熊手飾りを作ります。  
とき 12/15(水)13:00~16:00  
定員 10人(申込順)  
料金 4,000円  
申込み 12/7(火)10:00から電話で駒屋





## 世界の子どもたちのための クリスマスコンサート2021

Pick Up

クリスマスソングの演奏を楽しめます。

と き 12/19日10:30~11:30

演奏 国際ソロプチミスト豊橋

# 04

## こども未来館 ここにこ

問合せ ☎21・5525

休館日 水曜日、12/30(木)~1/1(祝)

子育てプラザ(0~3歳児)の情報は今号  
22ページの「パパママ」に掲載しています。

### 新春恒例企画!

#### ここにこジャンボカルタ大会

と き 1/3(月)[未就学児]13:00~  
13:20 [小学生]14:00~  
14:20※荒天中止

その他 プレゼント(切り餅)あり



#### ここにこクリスマスマーケット

スイーツデコや木製トイカメラなどの  
工作を楽しめます。

と き 12/25(土)10:00~15:30

料金 2,500円~

その他 キッチンカーの出店あり



#### おうちで楽しもう!

#### レースドレスのエLEGANSフレーム

と き 12/2(木)~12/26(日)9:30~17:00

販売数 90セット(先着順)

料金 100円

その他 A4サイズの背景2種とフ  
ーム付き



# 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、12/29(水)~1/3(月)

### 期間限定公開! プラネタリウム番組 COSMOS 光との約束

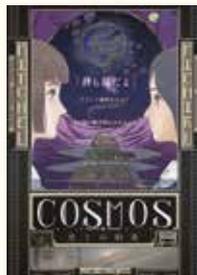
Pick Up

合唱曲「COSMOS」の歌詞「君も星だよ」をテ  
ーマにした作品です。

と き 12/24(金)~26(日)、12/28(火)13:00

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



©micromuseum lab inc.  
cosmos-hikari.com

### 期間限定で復活! プラネタリウム番組 はやぶさ2

昨年地球に帰還した小惑星探査機「はやぶさ2」  
の活躍を描きます。

と き 12/2(木)、12/3(金)、12/8(水)~12/10(金)、  
12/16(木) 11:00~11:45

観覧料 大人300円、中学生以下100円

その他 星空解説あり。投映開始後の入場不可



©カンテレ

### 二川宿本陣資料館コラボ企画 チケット半券でお得なサービス

12月24日(金)~4月3日(日)に二川宿本陣資  
料館の観覧券の半券を持参した方は、当館  
のプラネタリウム観覧料を2割引きます。  
※半券1枚につき1人まで、1回限り

### ミニワークショップ スーパーボールロケット

ゴムの弾みで飛ばすロケットを作ります。

と き 12/4~12/26の土・日曜日11:10  
(12/5(日)、12/12(日)を除く)

定員 各10人(先着順)

料金 各100円



# 豊橋競輪場



問合せ ☎61・3136

## 競輪まめ知識 驚異のデッドリフト

競輪選手は、日々地道な体幹トレーニングに取り組んでいます。脚や背中をはじめ、全身を鍛える「デッドリフト」では、350kgもの重量を持ち上げる選手もいるほど! 鍛え上げた肉体が生み出す大迫力のレースを、ぜひ競輪場で体験してください!



### CALENDAR

12月

1水	名古屋 (F I)		いわき平 (F I) ナイター
2木			
3金	松山記念 (GⅢ)	取手 (F I)	
4土			
5日			豊橋 (F I) ナイター
6月	和歌山 (F I)		
7火			
8水			
9木	広島記念 (GⅢ)	小田原 (F I)	
10金			
11土			
12日			豊橋 (F I) ナイター
13月	立川 (F I)		
14火			
15水			
16木			
17金	伊東温泉記念 (GⅢ)		松阪 (F I) ナイター
18土			
19日			
20月	京王閣 (F I) 関東カップ	名古屋 (F I)	高知 (F I) 西日本カップ ナイター
21火			
22水			
23木	佐世保記念 (GⅢ)		松戸 (F I) ナイター
24金			
25土			
26日		防府 (F I)	奈良 (F I) ナイター
27月			
28火	ガールズグランプリ		
29水	静岡 (F I)	ヤンググランプリ	
30木		KEIRINグランプリ	
31金			

早朝前売 7:30 開門予定 10:00※30日(休)は9:30

# さくらピア



問合せ ☎53・3153 ☎ 53・3200 ☎ 32402

休館日 月曜日、祝日、12/29(水)~1/3(月) その他 手話通訳・要約筆記などあり

申込み 12/1(水)9:00からさくらピア(☎53・3153)

## ポッチャ教室 **PickUp**

とき 1/16、1/30、2/13、2/27、3/13、3/20の日曜日(全6回) 13:30~15:30

講師 吉田卓さん(豊橋よしだ整体院代表)

定員 20人(申込順)

料金 500円



## 陶芸教室

とき 1/6、1/20、1/27、2/3、2/17、3/17の木曜日(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 内藤常次さん(陶芸家)

定員 8人(申込順) 料金 1,500円



# 少年自然の家

問合せ ☎21・2301 ☎ 9815 ところ 少年自然の家

休館日 月曜日、12/29(水)~1/3(月)

対象 年中児~中学生と保護者 定員 10家族(抽選)

申込み 12/1(水)~12/15(水)に電話で少年自然の家

## 凧と五平餅づくり 表浜海岸で 凧揚げを楽しもう **PickUp**

豊橋凧と五平餅を作ります。

とき 1/15(土)9:30~15:00

講師 豊橋凧保存会

料金 1人800円



## 冬のネイチャーゲーム体験会 落ち葉で遊んで五平餅を食べよう

とき 1/23(日)10:00~15:00

講師 とよはしネイチャーゲームの会

料金 1人500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



走る力を鍛えよう!



## 全国駅伝経験者と走る ラントレ

長距離走のための筋力トレーニングやランニング方法が学べます。

とき: 12/5~12/26、1/23の日曜日 13:00~14:30

### チーム対抗リレーマラソン大会

とき: 1/30(日) 10:00~12:00

#### [共通事項]

ところ: アクアリーナ豊橋 対象: 中学生以上 料金: 各300円(別途施設利用料必要) 申込み: 各前日までに直接、アクアリーナ豊橋(☎31・4781) 88914

## アクアリーナ 体育教室

鉄棒や跳び箱、マットなどの技が学べます。

とき: 12/1~12/22の水曜日(全4回) ①16:15~17:10 ②17:15~18:10 ところ: アクアリーナ豊橋 対象: ①年中・年長児②小学生 定員: 各15人(申込順) 料金: 各4,620円 申込み: 随時、アクアリーナ豊橋(☎31・4781) 88374

## HSPスポーツ塾 冬休み特訓教室!

なわとびのコツを学びます。

とき: 12/25(土)、12/26(日)(全2回) ①10:00~10:50 ②11:00~11:50 ところ: 下五井地区体育館 対象: ①年長児~小学1年生②小学2~5年生 定員: 各20人(申込順) 料金: 各2,200円 持ち物: 室内用運動靴 申込み: 随時、総合体育館(☎32・9611) 88911

## 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: 12/26(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)



## 青年講座

### 卓球(ラージボール)

とき: 1/13~2/17の木曜日(全6回) 19:30~21:00 料金: 1,200円

### バドミントン

とき: 1/14~2/18の金曜日(全6回) 19:30~21:00 料金: 1,500円

#### [共通事項]

ところ: 青少年センター 対象: 市内在住・在学・在勤の18歳以上の方 定員: 20人(抽選) 申込み: 12/12(日)~12/26(日)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

## スポーツ教室

### ハンドボール ジュニアコース

とき: 1/12(水)、1/13(木)、1/19(水)、1/20(木)、2/9(水)、2/16(水)、2/17(木)(全7回) 18:30~20:30 ところ: 総合体育館 対象: 小・中学生 定員: 120人(申込順) 料金: 3,000円

### 乗馬教室

とき: 1/16(日) 14:00~16:00 ところ: 高師緑地馬場 対象: 小学5年生~70歳の方 定員: 5人(申込順) 料金: 1,500円

#### [共通事項]

その他: 別会場でスケート教室も実施。日程など詳細はホームページ参照 申込み: 12/7(火) 10:00から料金を豊橋市体育協会(☎63・3031) 88912

# 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参加型のイベントを紹介します。

PICK UP



©Atsushi Yamaguchi

## Inc. percussion days 2022 in TOYOHASHI コンサート

とき: [加藤訓子 バッハを弾く。] 1/28(金)17:30 [篠崎陽子&高口かれん マリンバデュオリサイタル] 1/29(土)17:30 [能と打楽器] 1/30(日)16:30 ところ: 市民文化会館 出演: 加藤訓子(パーカッション)、中所宣夫(能楽師)、志多ら(和太鼓) ほか 入場料: 全席自由。ONE DAY PASS 3,000円、ALL DAY PASS 6,000円 その他: 別日程でワークショップや公開講座を開催。日程など詳細はプラットホームページ参照 チケットの販売: プラットチケットセンター(☎39・3090)ほか



## 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。

豊橋市出身で、マリンバをはじめとした打楽器を演奏する、世界的なパーカッショニストの加藤訓子。古典から現代音楽まで幅広いレパートリーを持ち、優れた音楽的洞察力や表現力、卓越した身体能力が創り上げる演奏スタイルが高く評価されています。

今回は、能楽師の中所宣夫や、同じ打楽器を扱う、三河地域を代表する創作和太鼓集団「志多ら」とタッグを組みます。3日間のプログラムでは、コンサートを楽しめるだけでなく、加藤訓子の指導のもと、次代を担う若手アーティスト育成を行う事業「Inc.」に所属するアーティストたちが、音楽にまつわるワークショップを開催。音楽や楽器に触れることで、考えを深めることができます。ぜひ、打楽器の世界を体験してください!

## 伊藤郁女 ダンス・レジデンス

海外で活躍するダンサーの①稽古場公開②成果発表会です。

とき: ①12/11(土)②12/12(日)17:00~18:00 ところ: 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 定員: ①20人②30人(各申込順) 申込み: 各前日までにプラットチケットセンター(☎39・3090)※プラットホームページからも申し込み可



©Gregory Batardon

## アールスペースの舞台上でグロリアンピアノを弾いてみよう

とき: 12/13(月)~12/15(水)、1/10(祝)~1/14(金)10:00~18:00 ところ: 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 料金: 1時間あたり1,000円(1組に付き月2時間まで) 申込み: 12/1(水)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)



## 豊橋交響楽団定期演奏会 シベリウスの描いた白鳥

北欧の作曲家・シベリウスの作品を楽しめます。

とき: 12/12(日)14:00 ところ: ライフポートとよはし 曲目: 交響曲第5番 変ホ長調 作品82、ヴァイオリン協奏曲 二短調 作品47、トゥオネラの白鳥 作品22-2 出演: 新田ユリ(指揮)、辻田薫り(ヴァイオリン)ほか 入場料: 全席自由。一般2,000円、小学生~高校生500円 チケットの販売: 随時、豊橋文化振興財団、市民文化会館ほか 問合せ: 豊橋交響楽団事務局 小林(☎090・3157・1661)、「文化のまち」づくり課(☎51・2873) ☎ 6683



## おたまじゃくしの会

ひきこもりや不登校の悩みを話し合い、情報交換をします。

- とき** 12/9(木)、1/13(木)13:30～15:00  
**ところ** 保健所・保健センター  
**対象** 市内在住で、ひきこもりや不登校の子どもを持つ家族  
**申込み** 随時、健康増進課(☎39・9145)  
**HP** 6779

## 初心者でもアイデアを形に! デジタル工作機械活用講座

3Dプリンタや製図ソフトの使い方を学びます。

- とき** 12/9(木)、12/23(木)、1/6(木)17:00～18:30  
**ところ** 大学生・高校生の交流スペース「ガクラボ」  
**対象** 高校生、大学生  
**申込み** 各前日までにホームページで必要事項を入力  
**問合せ** 地域イノベーション推進室(☎51・2440)  
**HP** 45467

## 市民大学トラム

### ■歴史講座 古文書で読む

#### 日本の大事件

- とき** 1/16(日)、1/23(日)、1/30(日)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 12/25(土)までに本郷地区市民館(☎46・8487)

### ■豊橋のまちの変遷をたどる

- とき** 1/22(土)、1/29(土)、2/5(土)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 1/12(水)までに南稜地区市民館(☎26・0010)

### ■大人の学校① 作曲家鈴木直己の

#### 大人の楽しい音楽授業

- とき** 1/23(日)、2/20(日)、3/6(日)(全3回)10:00～11:30  
**申込み** 1/5(水)までに石巻地区市民館(☎88・1317)

### [共通事項]

- ところ** 各申込先  
**料金** 各1,500円  
**HP** 23387

## 夢フェスティバル2021

障害者が福祉事業所で手作りしたパンや菓子、小物などが購入できます。

- とき** 12/5(日)9:30～15:00  
**ところ** こども未来館「ここにこ」  
**問合せ** 豊橋南ライオンズクラブ(☎35・9640)、障害福祉課(☎51・2347)  
**HP** 32563

## 知っつく! 豊橋ゼミナール

### ■わたしと家族のそうぞく講座

- とき** 1/13(木)、1/20(木)、1/27(木)(全3回)13:30～15:00  
**ところ** 牟呂地区市民館  
**申込み** 12/21(火)までに牟呂地区市民館(☎32・4615)  
**HP** 23387

## セカンドキャリアを 目指す人のための就職相談会

企業から仕事内容などの説明が聞けます。

- とき** 12/23(木)12:00～15:00  
**ところ** 市役所東85・86会議室  
**対象** おおむね5歳以上の方  
**その他** 鈴置理愛さん(社会保険労務士)による「スッキリわかる年金制度の概要」セミナーを同時開催  
**問合せ** 愛知県労働局就業促進課(☎052・954・6367)、長寿介護課(☎51・2330)  
**HP** 70464

## 55歳以上の求職者を対象とした 出張相談会 in 豊橋

働き方や応募書類の書き方などを相談できます。

- とき** 12/16(木)13:30、14:30、15:30(各50分)  
**ところ** 市役所福祉部会議室  
**定員** 各1人(申込順)  
**申込み** 12/9(木)までに申込書を長寿介護課(☎51・2330 ☎56・3810)※申込書は長寿介護課、各窓口センター、ホームページほかで配布  
**HP** 70464

# 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……P16
- その他……P19
- 支援……P18
- 相談……P21
- 募集……P18

## 催し・講座

### 認知症座談会 介護の悩みを話し合おう

入浴やデイサービスの拒否などの悩みを相談できます。

- とき** 1/20(木)13:00～15:30  
**ところ** つつじが丘地域福祉センター  
**対象** 認知症の方の介護者  
**講師** 伊対弘之さん(福祉村病院副院長)  
**定員** 10人(申込順)  
**申込み** 1/13(木)までに住所、氏名、電話番号を東部地域包括支援センター(☎64・6666)  
**HP** 24204

### 冬学期語学講座

英語やスペイン語、小学生のための英会話などが学べます。

- とき** 1～3月の当協会指定日(各全10回)  
**ところ** emCAMPUS EAST  
**料金** 一般各10,000円、会員各7,000円  
**その他** 講座内容など詳細は豊橋市国際交流協会ホームページ参照  
**申込み** 12/23(木)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)

## 働く女性のための スキルアップ講座

感情を整え、円滑な人間関係を築く方法を学びます。

- とき** 1/22(土)10:30~12:00  
**講師** 寺田陽子さん(ワンネスサポート代表)  
**定員** 30人(抽選)  
**その他** オンライン会議システム「Zoom」で受講  
**申込み** 1/18(火)までに市民協働推進課(☎51・2188)※ホームページからも申し込み可  
**HP** 84340

## 聴いて寄り添う 傾聴ボランティア講座

傾聴の方法とボランティア活動について学びます。

- とき** 1/18(火)、1/25(火)(全2回)13:30~15:30  
**ところ** あいトピア  
**対象** 月1回以上傾聴ボランティアとして活動可能な方  
**講師** 鎌倉利光さん(愛知大学文学部教授)  
**定員** 20人(申込順)  
**申込み** 1/7(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

## とよはしクリスマスマーケット

ヒュッテ(山小屋)風の屋台で雑貨の購入や飲食を楽しめます。

- とき** 12/16(木)~12/25(土)16:00~21:00(土・日曜日は11:00から。荒天中止)  
**ところ** 豊橋駅南口駅前広場  
**問合せ** まちなか活性課(☎55・8101)  
**HP** 88697



## KTJクリスマス2021

クリスマスのメッセージカード作りなどが楽しめます。

- とき** 12/5(日)9:30~16:00(随時参加可。受け付けは15:30まで)  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 18歳未満の方  
**定員** 300人(先着順)  
**問合せ** 交通児童館(☎61・5818)

## 自転車かご de アレンジメント♪

かごに花の寄せ植えをします。

- とき** 12/19(日)10:30~11:10  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 18歳未満の方  
**定員** 10人(申込順)  
**料金** 1,500円  
**申込み** 12/1(水)から直接、交通児童館(☎61・5818)

## 福祉レクリエーション ボランティアセミナー

障害者や高齢者向けのレクリエーション技術の基礎を学びます。

- とき** 2/2~3/16の水曜日(2/23(祝)を除く。全6回)13:30~15:30  
**ところ** あいトピア  
**講師** 福祉レクリエーションつくしほか  
**定員** 20人(申込順)  
**料金** 1,000円  
**申込み** 1/24(月)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

## 中高生おすすめプログラム

### ■中高生美肌レッスン

思春期の肌の変化や正しい洗顔方法を学びます。

- とき** 12/24(金)15:00~16:30  
**ところ** 交通児童館  
**対象** 中学生、高校生  
**講師** 東三河ヤクルト販売(株)  
**定員** 10人(申込順)  
**その他** プレゼント(スキンケア用品)あり  
**申込み** 12/1(水)から直接、交通児童館(☎61・5818)

## 地域のおこまり解決講座

### ■ごみのお悩み相談室

- とき** 1/15(土)、1/29(土)(全2回)10:00~11:30  
**ところ** 豊岡地区市民館  
**申込み** 1/6(木)までに豊岡地区市民館(☎61・5632)  
**HP** 23387

## 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** 12/24(金)、1/25(火)、2/25(金)、3/22(火)14:00~15:40  
**ところ** 市民病院  
**定員** 各75人(先着順)  
**問合せ** 市民病院がん相談支援センター(☎33・6290)

## 難病患者・家族のための 就労のつどい

就労支援の事例や制度、相談先を紹介する動画を視聴できます。

- とき** 12/6(月)~1/7(金)  
**対象** 市内在住の難病患者と家族  
**講師** 古川直子さん(ハローワーク名古屋中 難病患者就職サポーター)ほか  
**その他** YouTubeで視聴。ホームページから資料のダウンロード可  
**問合せ** 健康増進課(☎39・9140)  
**HP** 6770

## 青年講座 ヒップホップダンス

- とき** 1/22~2/26の土曜日(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・在勤の18歳以上の方  
**定員** 20人(抽選)  
**料金** 1,200円  
**申込み** 12/22(水)~1/7(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

## 募集

詳細は募集要項などをご覧ください。

### 植物園イベントのへや 出展者

- 対象** 令和4年度に、植物に関する展示会を希望する個人・団体
- その他** 展示期間は原則6日以上1か月以内
- 申込み** 12/1(水)～12/20(月)に展示会名、内容、希望期間、団体名、代表者の氏名・電話番号を豊橋みどりの協会(☎41・2185 ㊟41・0201)

### 市民病院 会計年度任用職員(パート)

医師が行う事務作業の補助や支援を行います。

- 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** 必要書類など詳細は市民病院ホームページ参照
- 申込み** 随時、必要書類を医療情報課(〒441-8570住所不要 ☎33・6498)

### 若者と市長の意見交換会

「にぎわいのあるまちづくり」をテーマに意見交換をします。

- とき** 12/23(木)18:30～20:00
- ところ** 市役所講堂
- 対象** 市内在住・在学・在勤・出身の20～35歳程度の方
- 定員** 7人(抽選)
- 申込み** 12/13(月)までに住所、氏名、年齢、電話番号、メールアドレス、出身地を広報広聴課(〒440-8501住所不要 ☎51・2166 ㊟56・5711 ㊟kohokocho@city.toyohashi.lg.jp)
- HP** 17535

### とよはしまちなか スロータウン映画祭

- ①役所広司 シネマ&トーク  
**とき** 1/30(日)10:30～17:30
- ②スロータウンシネマ(18作品)  
**とき** 2/5～2/27の土・日曜日
- ③石川慶[Arcアーク]シネマ&トーク  
**とき** 2/12(土)18:30～21:30
- [共通事項]**  
**ところ** 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」
- その他** 上映作品など詳細は、とよはしまちなかスロータウン映画祭ホームページ参照
- チケット** ①③は12/4(土)、②は12/11(土)からプラットチケットセンターで販売※各初日はオンライン販売のみ
- 問合せ** とよはしまちなかスロータウン映画祭実行委員会事務局(☎52・9980)、まちなか活性課(☎55・8101)



## 支援

### 郷土関係出版物の出版経費を補助します

- 対象** 市内在住の個人・研究グループが1～12月に自費出版した文学、本市の文化・自然・歴史などを内容とした出版物
- 補助額** 1件につき印刷刊行費の10%(限度額10万円)
- 申込み** 12/1(水)～1/31(月)に申込書、出版物4部(返却可)などを「文化のまち」づくり課(☎51・2874)※申込書は「文化のまち」づくり課、中央図書館、ホームページで配布
- HP** 6683

## 催し・講座

### 史跡馬越長火塚古墳群の確認調査

古墳群のうちの1基の発掘調査が見学できます。

- とき** 12/6(月)～1/21(金)9:00～16:00  
(木・土・日曜日、祝日、年末年始を除く。雨天中止)
- ところ** 古墳南古墳(石巻本町)  
くちあけつかみなみ
- 問合せ** 文化財センター(☎56・6060)

### とよはしみんなのまちなか絵画展

障害者が描いた絵画作品が鑑賞できます。

- とき** ①12/4(土)、12/5(日)※12/5(日)は15:00まで ②12/9(木)～12/23(木)③1/15(土)～1/27(木)
- ところ** ①こども未来館「ここにこ」②市役所市民ギャラリー③まちなか図書館
- 問合せ** 障害福祉課(☎51・2347)
- HP** 32563

### オンライン 豊橋男女共生フェスティバル

コロナ禍での家庭内の男女平等を考えます。

- とき** 1/16(日)10:00～12:00
- 講師** 石井クンツ昌子さん(お茶の水女子大学理事副学長)
- 定員** ①490人②75人(各申込順)
- その他** ①はオンライン会議システム「Zoom」で受講。②は市役所講堂で視聴
- 申込み** 12/24(金)までに①ホームページで必要事項を入力②申込書を郵送またはファックスで市民協働推進課(〒440-8501住所不要 ㊟56・5128)※申込書は市民協働推進課、男女共同参画センター「パルモ」ほかで配布
- 問合せ** 豊橋男女共生フェスティバル実行委員会事務局(市民協働推進課内☎51・2188)
- HP** 88258

## 豊橋牟呂坂津土地区画整理 審議会委員選挙

### ■選挙人名簿の縦覧

とき 12/15(水)～12/28(火)8:30～17:15

ところ 区画整理課(土・日曜日は市役所東B11会議室)

### ■立候補・立候補推薦届の受付

とき 1/25(火)～2/3(木)(土・日曜日を除く)

### ■投票・開票

とき 2/20(日)

### [共通事項]

問合せ 区画整理課(☎51・2662)

## 令和4年度学校給食用物資納入の 入札登録手続きをしてください

対象 新規で入札への参加を希望し、市区町村税を滞納しておらず、2年以上営業しているなどの資格を満たす方

申請 1/11(火)～1/31(月)8:30～17:00に申請書を豊橋市学校給食協会(南部学校給食共同調理場内〒441-8063橋良町字向山4-41 ☎45・4511) ※申請書は1/11(火)から豊橋市学校給食協会、ホームページで配布

☎ 32391

## 入札参加希望者は 名簿登録手続きをしてください

対象 令和4・5年度に①建設工事・設計コンサルタント、②物品調達・委託業務の入札参加を希望する方

その他 ①は事前にICカード、カードリーダーが必要。申請要件など詳細はホームページ参照

申請 1/4(火)～2/15(火)(土・日曜日、祝日を除く)8:00～20:00に、あいち電子調達共同システムで必要事項を入力後、必要書類を契約検査課(〒440-8501住所不要 ☎51・2150)

☎ 88878

## その他

### 市役所などの窓口業務を休みます

12月29日(水)～1月3日(月)は、市役所や各窓口センターなどの窓口業務を休止します。その他、公共施設の業務については各施設へお問い合わせください。

問合せ 広報広聴課(☎51・2165)

☎ 21406

### 固定資産税第3期分、国民健康保険税第6期分の納期限は12月28日(火)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が便利です。また、クレジットカードやキャッシュレス決済でも納付できます。

問合せ 納税課(☎51・2235)

☎ 5742

### 農地の荒廃を防ぎましょう

荒廃農地は、病害虫の発生源となるほか、有害鳥獣のすみかとなるなど近隣耕作地へ悪影響を及ぼします。また、廃棄物が不法投棄されるおそれもあります。作付け予定がない農地でも荒廃を防ぐため、草刈りや耕起作業を行いましょう。

問合せ 農業支援課(☎51・2475)

☎ 61739

### 男女共同参画標語・川柳の 入賞者が決まりました

#### ■一般の部 最優秀賞

困ったら 気軽に相談 できる町  
平山憲子さん

#### ■中学生の部 最優秀賞

それぞれに 個性があるから 良さがでる  
小柳貴翔さん

#### [共通事項]

その他 受賞作品は男女共同参画センター「パルモ」で展示

問合せ 市民協働推進課(☎51・2188)

☎ 9414

### 私のB級!?コレクション展 出展者

収集したコレクションや制作した作品などを展示します。

とき 3/12(土)、3/13(日)10:00～17:00

ところ 市民文化会館

定員 6組(申込順)

申込み 12/1(水)～1/31(月)に申込書を市民文化会館(☎61・5111 ☎64・1356 📧 toyo-bunka@bunzai.or.jp) ※申込書は市民文化会館、市民文化会館ホームページで配布

### 令和4年4月採用 会計年度任用職員

職種 地区市民館長(社会教育指導員)

定員 若干名

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、適正検査

その他 勤務時間など詳細はホームページ参照。募集要項は生涯学習課、ホームページほかで配布

申込み 1/7(金)(必着)までに必要書類を生涯学習課(〒440-8501住所不要 ☎51・2849)

☎ 89592

### 市民協働推進補助金 (つつじ、くすのき)の事業企画

市民活動団体などが行う活動を、資金面から応援する補助金の事業企画を募集します。

対象 令和4年4月～翌年3月に実施する事業で、主に市内で地域の課題を解決するもの

補助額 [つつじ] 上限5万円 [くすのき] 上限30万円(各区分に補助率の設定あり)

その他 12/10(金)19:00に市役所講堂で説明会あり

申込み 1/7(金)までに必要書類を市民協働推進課(☎51・2483) ※必要書類は市民協働推進課、カリオンビル、ホームページで配布

☎ 10339

### 豊橋農業振興地域整備計画 変更案の縦覧

**とき** 12/14(火)~1/12(水)  
**ところ** 農業企画課  
**その他** 期間中、豊橋市長宛てに意見書を提出可  
**問合せ** 農業企画課(☎51・2470)  
**HP** 4216

### 12月18日(土)・19日(日)は 市役所が全館停電となります

電気設備定期点検による全館停電に伴い、12月18日(土)は証明発行・マイナンバーカード土曜窓口を休業し、両日、市役所駐車場と展望ロビー・レストランは利用できません。なお、夜間・休日窓口を利用する方は市役所市民ひろばに駐車してください。

**問合せ** 資産経営課(☎51・2125)、市民課(☎51・2272)※当日は夜間・休日窓口(☎51・2421)  
**HP** 61298

### 大規模小売店舗立地法に基づく 出店計画を閲覧できます

来春に出店予定の「(仮称)ドミ一飯村店」の出店計画を閲覧できます。

**とき** 1/11(火)まで  
**ところ** 商工業振興課  
**その他** 期間中、愛知県知事宛てに意見書を提出可  
**問合せ** 商工業振興課(☎51・2426)  
**HP** 33475

### マイナポイント事業は 12月31日(金)で終了します

令和3年4月末までにマイナンバーカードを申請した方の、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の期限は12月31日(金)までです。利用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覧ください。

**問合せ** 情報企画課(☎51・2087)  
**HP** 72035

## その他

### とよはし版クールチョイス 節電・省エネチャレンジキャンペーン

「COOL CHOICE(賢い選択)」は節電や省エネ・低炭素型商品の購入など温暖化対策につながる行動をとることです。無理のない範囲で家庭での節電に取り組みましょう。市では、家庭での電力使用量の削減に取り組む節電・省エネチャレンジキャンペーンを実施し、参加者全員に景品を贈呈します。参加方法など詳細はホームページをご覧ください。

**問合せ** 再生可能エネルギーのまち推進課(☎51・2419)

**HP** 6655



豊橋市の名産、うずらの卵の殻を堆肥に混ぜて栽培されたサツマイモが「うずらいも」です。収穫後50日以上寝かせることで、でんぷんが糖分に変化し、甘みが強く、とろりとしているのが特徴です。  
 このうずらいもで作った餡を包んだ「うずらいもどらやき」は、ふわふわの生地と、しっとりとした餡がたまらない一品です。他にも、土・日曜日と祝日の限定販売で毎年大人気の「うずらいものつぼ焼き」は、専用の壺で約2時間かけて焼きあげるため、驚くほどトロトロとした食感が味わえます。  
 寒い冬に、旬の甘い「うずらいも」をお楽しみください。



## 道の駅 とよはし

**問合せ**

☎21・3500

**休業日**

Tomate

1/1(祝)

あぐりパーク食彩村

1/1(祝)~1/4(火)、

第1水曜日

#### うずらいものつぼ焼き



**価格** 300円~400円程度

#### うずらいもどらやき



**価格** 167円

# 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	12/1(水)、12/8(水)、12/15(水)13:30~16:00	建築指導課	建築指導課 ☎51・2588 ☎
	宅地建物取引士による不動産相談	12/20(月)13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 ☎ ※2週間前から受け付け
	弁護士による法律相談	12/23(木)13:00~16:00	大清水地域福祉センター	豊橋市社会福祉協議会 ☎54・0294 ☎
		1/14(金)13:00~16:00	つつじが丘地域福祉センター	
		水曜日、第3金曜日13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 ☎ ※2週間前から受け付け
	司法書士による相続等登記相談	12/27(月)13:00~16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 ☎ ※2週間前から受け付け
	契約書・遺言書などの書類作成相談	1/14(金)13:00~15:00		
	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 ☎
市民相談	月~金曜日9:00~16:30	安全生活課	安全生活課 ☎51・2300 ☎	
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 ☎	
健康	禁煙相談	12/16(木)9:00、10:30、13:30、15:00	保健所・保健センター	健康増進課 ☎39・9136 ☎
	生活習慣病予防の栄養相談	12/23(木)9:00~16:00		健康増進課 ☎39・9141 ☎
	こころの健康相談	1/6(木)、1/20(木)13:00~16:00		健康増進課 ☎39・9145 ☎
	思春期精神保健福祉相談	1/26(水)13:30~15:30		
子育て	小・中学生教育相談	1/14(金)13:00~17:00 月~土曜日9:00~18:30	カリオンビル 教育会館	教育会館相談室 ☎33・2115 ☎
	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	子育て支援課 ☎51・2320
	虐待・子育て・若者の自立	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 ☎
	母子家庭電話相談	第2火曜日9:00~15:00	—	豊橋市母子福祉会 ☎56・7100
	再就職相談	12/8(水)、1/12(水)9:30、10:30、11:30	男女共同参画センター「パルモ」	株式会社トラスト ☎0800・111・3140 ☎ 男女共同参画センター ☎33・2822 ☎
女性	悩みごと面接相談	12/10(金)、12/24(金)13:30、14:40	—	女性相談室 ☎33・3098
	悩みごと電話相談	月~土曜日(12/20(月)を除く)9:00~15:00	—	女性相談室 ☎33・3098
	農家相談	1/11(火)13:30~15:30	農業委員会室	農業委員会 ☎51・2950 ☎
	看護師による相談	月~金曜日8:30~17:00	市民病院	女性相談担当 ☎33・6232 ☎
安全・安心	DV電話相談	月~金曜日9:00~15:00	—	DV相談 ☎33・9980
	DV面接相談	火~木曜日9:30~15:30	—	DV相談 ☎33・9980 ☎
	消費生活相談	月~金曜日9:00~16:30 土・日曜日9:00~16:00	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	東三河消費生活総合センター ☎51・2305 ☎ 愛知県消費生活総合センター ☎052・962・0999 ☎
その他	中小事業者向け金融相談	12/10(金)13:30~16:30	豊橋商工会議所	豊橋商工会議所 ☎53・7211 ☎
	農家(農事)相談	12/20(月)13:30~15:30	農業委員会室	農業委員会 ☎51・2950 ☎
	結婚相談	12/21(火)18:10~21:10	穂の国とよはし芸術劇場「プラット」	子育て支援課 ☎51・2325 ☎
	中小事業者向け事業承継に関する相談	1/5(水)、1/19(水)9:30、11:00	安全生活課	商工業振興課 ☎51・2431 ☎
	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	豊橋保護区保護司会サポートセンター相談室 ☎56・4431 ☎
	人権相談	月~金曜日8:30~17:15	名古屋法務局豊橋支局	全国共通相談専用電話 ☎0570・003・110
	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	東三河消費生活総合センター ☎51・2305 ☎
	LGBTなど性的少数者の面接相談	月~日曜日、祝日10:00~20:00	—	市民協働推進課 ☎51・2188 ☎
	ハロワーク長期療養者就職相談	木曜日11:00~16:00	市民病院	患者総合支援センター ☎33・6290 ☎

# 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**



産後の体をケアしよう!

料金  
**500円**

## 幼児ふれあい教室 産後ママのためのトータルケア教室

産後のセルフケアとベビーマッサージの方法を学びます。  
 とき: 1/18~2/8の火曜日(全4回) ところ: 豊城地区市民館 対象: 6か月未満児と保護者 定員: 20組(抽選)  
 申込み: 12/15(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) ☎ 88737

## すくすく広場

リズム遊びや読み聞かせを通して、子どもの脳の発達を促します。  
 とき: 1/5(水)、2/2(水)、3/2(水) 10:30~11:00、11:10~11:40(10:00から受け付け) ところ: 交通児童館 対象: 3歳児以下と保護者 定員: 各15組(先着順) 問合せ: 交通児童館(☎61・5818)



## 幼児期からの性教育 産婦人科医と一緒に話そう

とき: 2/6(日) 10:00~11:30 ところ: 北部地区市民館 対象: 未就学児の保護者  
 その他: 託児あり(1人250円必要) 申込み: 1/19(水)までに北部地区市民館(☎53・4212) ☎ 23387



## こども未来館 子育て講座

申込み: 12/31(金)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)

## 親子で楽しく体育遊び

とき: 1/16(日) 対象: 3~6歳児と保護者 講師: 石川義晴さん(体育インストラクター)

## ふたご・みつごちゃん講座

こどもと絵本  
 とき: 1/21(金) 対象: 3歳以下の多胎児と保護者 講師: 森美恵子さん(絵本ボランティア)

## おしえて保育コンシェルジュ 保育園・こども園・幼稚園の違い

とき: 1/24(月) 対象: 未就園児と保護者 講師: 保育課職員

## おもちゃの選び方・与え方

とき: 1/28(金) 対象: 1~3歳児と保護者 講師: 和田晶子さん(知育玩具インストラクター)

## 橋のポーズ



お腹に子どもを乗せて、お尻を上下に動かします。お尻にしっかり力を入れましょう!

## 飛行機のポーズ



ひざ下に子どもを乗せて、足をゆっくり上下に動かします。頭を上げるとより効果的!

問合せ 子育て支援課(☎51・2233)

## 子育てポイント

親子ヨガで遊んでみよう!  
 ヨガはリラックス効果や柔軟性の向上が期待できるほか、親子のコミュニケーションとしても取り入れることができます。楽しく遊びながら親子の絆を深めましょう!



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

### 高齢者セミナー

#### クリスマスコンサート

とき:12/17(金)13:30~16:00

知ってる?この石灰岩から石灰が作られていたことを  
とき:1/21(金)13:30~15:00

【共通事項】ところ:東陵地区市民館 対象:60歳以上の方  
申込み:各前日までに東陵地区市民館(☎64・8088) 23387

## ロコモに負けない体づくり

ロコモとは、骨や関節、筋肉などの運動器の障害のため、移動機能が低下している状態を指す「ロコモティブシンドローム」の略称です。いつまでも自分の足で歩き続けるためには、運動習慣や食生活を見直し、ロコモを進行させないことが大切です。今回は、スーパーなどで気軽に買える食材を利用した、骨や筋肉の素となる栄養をしっかり摂れる献立のヒントを紹介します。

問合せ 長寿介護課(☎51・2339)

### 気軽に買える身近な食材でロコモに負けない献立を

食事は毎食、主食や主菜、副菜を揃えて彩りのよい献立を考え、牛乳・乳製品、果物を毎日適量食べることが大切です。骨・筋肉の素となるたんぱく質、不足しがちなカルシウムやビタミンD、ビタミンKなどの摂取を心掛けましょう。

#### 食事の基本形

##### 果物

##### 副菜

野菜・海藻・きのこなどを使った料理

##### 乳製品

牛乳・ヨーグルトなど

##### 主食

ごはん・パン・めん類など

##### 主菜

肉・魚・大豆製品などを使ったメインの料理



#### 一日の献立例 ※75歳以上の女性の一例

\*日本食品標準成分表2015年版(七訂)・追補2016年/2017年/2018年 参照 \*外食・コンビニ・惣菜のカロリーガイド:女子栄養大学出版部 参照

#### 朝食



ヨーグルト(1個) / ほうれん草のソテー(60g) / コーンクリームスープ(150g) / ロールパン(2個) / サラダチキン1/2切(50g)

#### 昼食



もやしのナムル(60g) / 牛乳(200ml) / おにぎり(鮭)(2個) / 鯖缶(水煮)大1片(50g)

#### 夕食



湯豆腐or冷奴(100g) / 生野菜サラダ(1カップ) / おにぎり(1個) / エビグラタン(200g)

**ポイント** 年齢や性別、活動量などによって摂取する量を調整しましょう!

※基礎疾患のある方は、医師に相談しながら取り組みましょう

出典元:ロコモ チャレンジ!推進協議会 公式ホームページ「ロコモONLINE」

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**

## 青年講座 ヨガ&スモールボール

- とき** 1/19~2/16の水曜日、2/23(祝)(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・在勤の18歳以上の方
- 定員** 20人(抽選)
- 料金** 1,200円
- 申込み** 12/19(日)~1/9(日)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

柔軟性を高めよう!



## 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** 1/7~1/28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
- 申込み** 12/7(火) 10:00から料金を豊橋市体育協会(☎63・3031) ☎ 88916

## 足腰楽々トレーニング 誰でも簡単筋トレで体力UP!

- 下半身を使った動作を学び、運動習慣を身につけます。
- とき** 12/7(火)、12/14(火)、12/21(火)(全3回) 10:25~11:15
- ところ** 浜道地区体育館
- 定員** 20人(申込順)
- 料金** 1,980円
- 持ち物** 室内用運動靴
- 申込み** 12/5(日)までに総合体育館(☎32・9611) ☎ 88915



## 健康 コラム

### 寒い冬こそ ウォーキング!

ウォーキングは時間や場所を選ばず、自分のペースで行うことができる運動です。定期的なウォーキングを行うことで、ストレス解消や健康な体づくりにつながります。冷え込んで体が動きにくくなる冬こそ、積極的に運動しましょう!

#### 冬のウォーキングのメリット

- ・脂肪を燃焼しやすい
- ・体の冷えの改善につながる
- ・免疫力を高める
- ・冬のウォーキングの注意点
- ・ウォーミングアップを行う
- ・着脱しやすい服装で行う
- ・汗をこまめにふきとる

また、市では市民の健康づくりを応援する取り組みとして、とよし健康マイレージ事業を行っています。1日の歩いた歩数などに応じて貯まったポイントで、優待カード「まいいか」の進呈や記念品が当たる抽選に参加できます。参加方法など詳細はホームページをご覧ください。



問合せ 健康政策課(☎39・9117)  
☎ 24730



PICK UP

### シートベルト・チャイルドシートを必ず着用しましょう!

令和2年に警察庁と日本自動車連盟(JAF)が実施した調査では、愛知県の一般道路での後部座席のシートベルト着用率は42.9%でした。後部座席でシートベルトを着用せず事故にあった場合の致死率は、着用した場合の約2倍に、チャイルドシートの場合は、約8倍にも上ります。大切な命を守るため、すべての座席でシートベルトとチャイルドシートを必ず着用しましょう。

問合せ 安全生活課(☎51・2550) ☎ 7237

## 暮らしの **安全安心** ひとことメモ

### 「在宅避難」を検討しましょう

災害にあった場合の、避難場所や避難生活について考えたことはありますか?

新型コロナウイルス感染症などが懸念される今、必ずしも避難所へ避難しなければならないわけではありません。一つの選択肢として、自宅で避難生活を送る「在宅避難」があります。感染症のリスクが軽減されるほか、住み慣れた環境で過ごすことができ、プライバシーが確保されることで安心感が得られるなどのメリットがあります。

在宅避難を行うときは、自身の被災状況をよく確認し、避難所への避難が必要か否かを判断してください。日頃の備えとして、住宅の耐震化や家具の固定、食料の備蓄なども必要です。安全が確認できた際には、避難方法の選択肢として在宅避難を検討してみましょう。

問合せ:防災危機管理課(☎51・3182) ☎ 89510

### 令和3年中の侵入盗の発生状況(9月末時点)

発生総数	81件
・空き巣	30件
・忍込み	22件
・その他	29件

在宅中でも必ず  
施錠しましょう!

# 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。

### YouTube防災チャンネルを開設しました

防災により興味を持っていただけるよう、ダンボールトイレの作り方や南海トラフ地震臨時情報の概要説明など、いざという時に役立つ情報を配信しています。

問合せ:防災危機管理課  
(☎51・3126) ☎ 89086



アカウント名  
とよはし  
防災マンZ★TV

### ストーブ火災に注意しましょう

ストーブが原因となる火災は、出火原因の中でも高い割合を占めています。ストーブの近くに布団や座布団など、燃えやすいものを置かないようにするほか、カーテンなどが接触しないよう置き場所に注意しましょう。

問合せ:予防課(☎51・3115)  
☎ 88743



### 空き巣や事務所荒らしに注意しましょう

市内では、今年に入ってから住宅や事務所を狙った侵入盗が81件(令和3年9月末時点)発生しており、被害に遭った住宅の多くが無施錠でした。空き巣や忍び込みなどの被害に遭わないために、短時間の外出でも必ず施錠しましょう。また、窓やドアの鍵を二重に掛ける、センサーライトや防犯カメラを取り付ける、長期間不在になる場合は新聞がたまらないよう配達を停止するなどの対策を取りましょう。

問合せ:安全生活課(☎51・2550) ☎ 7253

# 浅井市長の 豊橋の「ココが好き！」

## まちなか広場



まちなか広場には、憩いの場として利用できる「みどりの空間」と、イベントなどが開催できる「多目的空間」があります。皆さんの集いの場として利用していただき、まちなかのにぎわいにつながっていくことを楽しみにしています。



# 輝く人 とよはしめ リレー

豊橋で今、輝いている人を  
リレー形式で紹介します。

親子カフェオーナー

戸川 日菜さん

お店からつながった関係を大切にしていきたいです。



小さな子ども連れでも気兼ねなく過ごせる場所を作りたいと、親子カフェを経営している戸川さん。自身も3児の母として、子育て中のパパやママたちの一息つく姿にやりがいを感じています。

## イマドキ小学生

# 教えて! みんなの夢

今月は  
栄小学校

小学生の「将来の夢」を  
紹介します。

<p><b>1年生</b> みひろさん</p> <p>学校の先生</p>	<p><b>2年生</b> あいさん</p> <p>31アイス クリーム屋さん</p>	<p><b>3年生</b> はるかさん</p> <p>歌手</p>
<p><b>4年生</b> ゆうりさん</p> <p>パティシエ</p>	<p><b>5年生</b> ひかるさん</p> <p>Bリーグ プレイヤー</p>	<p><b>6年生</b> まさきさん</p> <p>レゴ クリエイター</p>

来月は... 「植田小学校」 です!

このページに関する問い合わせは、広報広聴課(☎51・2165)

# 12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。  
12/30(木)、12/31(金)は休日診療  
**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。12/30(木)、12/31(金)は休日診療  
**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)		とよはしにし整形外科クリニック(花田町) ☎ 39・7888
5(日)	昼	大島整形外科クリニック(東田町) ☎ 62・5511
	夜	佐藤脳神経外科(牛川通1) ☎ 69・2760
11(土)		光生会病院(吾妻町) ☎ 61・3166
12(日)	昼	江崎病院(新川町) ☎ 55・2525
	夜	殿田橋整形外科(飯村町) ☎ 69・1601
18(土)		積善クリニック(大岩町) ☎ 65・6565
19(日)	昼	大岩クリニック(向草間町) ☎ 45・1013
	夜	花田いしかわクリニック(花田町) ☎ 32・2166

25(土)		まつお乳腺クリニック(築地町) ☎ 32・9287
26(日)	昼	はしら整形外科ハビリクリニック(中橋良町) ☎ 29・8484
	夜	ふくい整形外科リウマチリハビリ(西幸町) ☎ 37・3291
29(水)	昼	タキカワ整形外科クリニック(八町通5) ☎ 55・5111
	夜	中島脳神経外科(下五井町) ☎ 54・6261
30(木)	昼	伊藤医院(小池町) ☎ 45・5283
	夜	岡村クリニック(佐藤2) ☎ 65・4100
31(金)	昼	クリニックいちよう(草間町) ☎ 35・7117
	夜	きよし整形外科(花田二番町) ☎ 33・8688

## 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)		小石マタニティクリニック(つつじが丘2) ☎ 66・1212
2(木)		ジュンレディースクリニック豊橋(北山町) ☎ 38・0306
3(金)		竹内産婦人科(新本町) ☎ 52・3453
4(土)		つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2) ☎ 66・5550
5(日)		中岡レディースクリニック(東幸町) ☎ 63・5588
6(月)		パークベルクリニック(南松山町) ☎ 56・0020
7(火)		原医院(南大清水町) ☎ 25・2752
8(水)		小石マタニティクリニック(つつじが丘2) ☎ 66・1212
9(木)		マミーローズクリニック(高洲町) ☎ 32・6585
10(金)		ひらでかおるクリニック(牟呂町) ☎ 37・5731
11(土)		井嶋産婦人科医院(平川本町1) ☎ 63・1351
12(日)		今泉産婦人科医院(仲ノ町) ☎ 62・7173
13(月)		ジュンレディースクリニック豊橋(北山町) ☎ 38・0306
14(火)		竹内産婦人科(新本町) ☎ 52・3453
15(水)		つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2) ☎ 66・5550
16(木)		中岡レディースクリニック(東幸町) ☎ 63・5588

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

## 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)		井澤医院(東新町) ☎ 55・8936
12(日)		ハタノ耳鼻咽喉科(上地町) ☎ 63・8733
19(日)		もりた耳鼻咽喉科(東脇1) ☎ 34・2001

26(日)		木下耳鼻咽喉科(飯村北1) ☎ 63・2261
30(木)		はたのクリニック(西小鷹野2) ☎ 63・0033
31(金)		いながき耳鼻いんこう科乳腺外科クリニック(三ノ輪町) ☎ 62・0201

## 眼科

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



5(日)		豊橋南藤井眼科クリニック(植田町) ☎ 25・7111
12(日)		きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町) ☎ 38・1010
19(日)		小島眼科医院(西小池町) ☎ 45・4908
26(日)		ひまわり眼科(つつじが丘2) ☎ 63・7755

29(水)		成田記念病院(羽根井本町) ☎ 31・2167
30(木)		弥生病院(弥生町) ☎ 48・2211
31(金)		小林眼科(駅前大通2) ☎ 55・5717

## 柔道整復師

**時間** 8:00~20:00



5(日)		内浦接骨院(中柴町) ☎ 54・9311
12(日)		藤川接骨院(三ノ輪町) ☎ 62・2128

19(日)		伊東接骨院(東脇2) ☎ 31・1896
26(日)		永井接骨院(小松町) ☎ 48・6088

ヤマサちくわでお歳暮を贈るなら早期予約が絶対お得!

恒例の **年末大感謝祭** 2021

12月1日(水) ~ 12月12日(日)

ヤマサちくわ直営  
全店にて開催!

ヤマサ直営店で  
三千元以上買えば、  
美味しい何か  
必ず当たる!



大抽選会開催!

抽選会期間中は、美味しい商品が当たる空くじなしのお楽しみスピードくじを実施。  
ヤマサが選んだ特選商品が当たります。ヤマサ製品お買上げ3,000円(税抜)ごとに1回のチャンス!



特選商品の写真はイメージです

全国発送予約受付中!

ご注文先/ヤマサちくわ受注センター  
TEL ☎0120-803489  
FAX ☎0120-432214

年末大感謝祭はお近くのヤマサちくわ直営まで

- 魚町本店
- 東田店
- 豊川店
- ラグーナ店
- 下地店
- 藤沢店
- 門前店
- 田原店
- 西駅店
- 曙店
- 豊川インター店
- 東岡崎駅店
- カルミア店
- 二川店
- 音羽インター店
- 新城グリーンセンター店
- 三味カルミア店
- イオン豊橋南店
- ヤマサちくわの里
- 道の駅とよはし

豊橋名産  
**舟ちくわ**  
ヤマサちくわ

【全国発送についての大切なお知らせ】

12月27日以降の発送は、カタログ掲載の詰合せのみの承りとなります。

編集後記

それぞれの「明るい未来」に向かって

2021年も残すところ、あと1か月。昨年引き続き、今年も新型コロナウイルス感染症の対策に追われるなど、慌ただしい状況が続きました。今回の特集を組むにあたり改めてこの1年を振り返ってみると、コロナ禍であっても明るい出来

事が無かったわけではないと気付き、少しずつ皆さんに会える機会が増えてきていることを嬉しく感じました。来年は市内を走り回り、より多くの皆さんの笑顔を撮影できることを楽しみにしています!(野村)

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。

