

生活習慣病講座

日程など: 下表 **ところ:** 市役所講堂(東館13階) **対象:** 市内在住の方 **定員:** 各80人(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 1月19日から健康課(☎51・2370)

■生活習慣病講座

時間は午後1時30分～3時15分

とき	テーマ／講師※敬称略
2月2日(月)	知っておこう! 薬との付き合い方／山本いそ子(薬剤師)
2月3日(火)	歯は健康のバロメーター／松井和博(歯科医師)
2月4日(水)	骨コツ貯めよう! 骨密度／滝川一成(医師)
2月5日(木)	運動で身体も心もヘルスアップ／太田邦昭(医師)
2月6日(金)	賢く食べるためのコツ! 食生活を見直そう／松井英夫(医師)

暮らし情報

支援

要介護認定者のおむつ代の医療費控除の申告について

要介護認定を受けていて、おむつ代の医療費控除を受けるのが2年目以降の方は、医師の発行する証明書に代えて、市の確認書(主治医意見書の記載内容を市が確認した書類)でも控除の申告ができます。

確認書発行窓口: 市役所介護医療課(東館3階) **発行手数料:** 1件200円 **その他:** 主治医意見書の記載内容などにより確認書を発行できない場合があります。事前に問い合わせください **問合せ先:** 介護医療課(☎51・3135)

出産育児一時金が38万円になりました

1月1日から、国民健康保険加入者が産科医療補償制度加入の医療機関などで出産した場合の出産育児一時金が38万円になりました。申請書には、産科医療補償制度加入が確認できる登録証・領収書などを添付してください。

問合せ先: 国保年金課(☎51・2285)

国際交流サロン アフリカ・ブルキナファソの話

とき: 2月8日(日)午後1時30分～3時 **ところ:** 豊橋市国際交流協会(駅前大通二丁目開発ビル3階) **内容:** 青年海外協力隊に参加していた講師から、赴任地の話や地域での国際協力・国際理解について学びます **講師:** 佐藤江梨子さん(JICA愛知県国際協力推進員) **定員:** 30人(申込順) **参加料:** 無料 **申し込み:** 1月20日午前10時から豊橋市国際交流協会(☎55・3671)

勤労者向け消費生活講座 賢く生きる力をつける!

とき: 2月21日(土)午後3時～4時30分 **ところ:** 勤労青少年ホーム(神野ふ頭町ライフポートとよはし内) **対象:** 市内在住・在勤の方 **内容:** 「知らなかった」では済まされない契約、クレジットカードの仕組み、クーリングオフ、多重債務などについて **講師:** 司法書士 **定員:** 40人(抽選) **申し込み:** 2月12日までに郵便番号、住所、氏名、電話番号を安全生活課(〒440-8501住所不要☎51・2306)

普通救命講習会

とき: 2月14日(土)午後1時30分～4時30分 **ところ:** 中消防署(東松山町) **対象:** 中学2年生以上 **内容:** 事故現場などに居合わせた時、適切な応急手当ができるように知識、技能を身に付けます **定員:** 30人(申込順) **受講料:** 無料 **その他:** 修了者には修了証を交付。受講後2年を経過する方も、救命技能の維持向上のため再度受講してください。駐車場は中消防署東側訓練場を利用してください **申し込み:** 2月7日までに中消防署(☎52・0119)

税金教室 身近な確定申告

とき: 2月13日(金)午後1時30分～3時 **ところ:** 市役所東128会議室(東館12階) **講師:** 税理士 **定員:** 60人(申込順) **受講料:** 無料 **申し込み:** 1月21日から納税課(☎51・2235)

地産地消のお料理教室 冬野菜でほっこりごはん

とき: 2月12日(木)午後6時30分～9時・13日(金)午前10時～午後1時 **ところ:** ガスビルサーラ(白河町) **対象:** 豊橋市・田原市在住の方 **内容:** 「旬の食材を旬の季節に」をテーマに、地元の食材を使い、あさりのリゾットや豚ロース肉のナポリ風、パンナコッタなどを作ります **定員:** 各20人(抽選) **参加料:** 1,000円(資料・材料費含む) **申し込み:** 1月30日(必着)までに希望日、住所、氏名、年齢、電話番号を豊橋田原広域農業推進会議事務局(農政課内〒440-8501住所不要☎56・5130 ☎nosei@city.toyohashi.lg.jp) **問合せ先:** 農政課(☎51・2471)

健康づくりの料理教室 味噌を使って健康増進

日程など: 下表 **対象:** 市内在住の方(子どもの同伴不可) **内容:** バランスの良い献立(サケのホイル焼き、ひじきの和えもの、具たくさんみそとろろ、芋とりんごの甘煮)の調理実習 **講師:** 食生活改善推進員 **定員:** 各20人(抽選。初回優先) **参加料:** 無料 **申し込み:** 1月30日(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚2人まで)で教室名、希望日(第2希望まで)、参加者全員の住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・過去の教室参加有無を食生活改善協議会(〒440-8799郵便事業(株)豊橋支店留め) **問合せ先:** 食生活改善協議会(☎45・3213)、健康課(☎51・2370)

■味噌を使って健康増進

時間は午前9時45分～午後1時

とき	ところ
2月13日(金)	東部地区市民館飯村分館(飯村南四丁目)
2月19日(木)	高豊地区市民館(伊古部町字多岸田)
2月27日(金)	あいトピア(前畑町)
3月12日(木)	つつじが丘地域福祉センター(佐藤五丁目)

ヤング・ジョブ・キャラバンin豊橋

日程など: 下表 **対象:** 35歳未満の方または家族 **参加料:** 無料 **その他:** 定員に満たないイベントは当日受け付け可 **申し込み:** 2月6日までに工業勤労課(〒440-8501住所不要 ☎51・2437 国 kogyokinro@city.toyohashi.lg.jp)

■ヤング・ジョブ・キャラバンin豊橋

イベント名	とき	内容/講師※敬称略/定員(申込順)/その他	ところ
ニート支援セミナー	2月13日(金) 午後1時~3時	ニート状態にある若者の現状と接し方、支援の方法を学びます/中田直助(NPO法人いまから副理事長)/20人	市役所東123会議室(東館12階)
就職対策ガイダンス 就職活動、ここがポイント!	2月14日(土) 午前10時~11時30分	就職活動の企業研究の仕方や相手に伝わる自己アピールなど、就職活動での実践/ノウハウを習得します/上本裕子(キャリアカウンセラー)/30人	豊橋商工会議所(花田町字石塚)
キャリアカウンセリング	2月14日(土) 午後1時~5時	カウンセラーによる就職相談とアドバイス。保護者からの相談にも応じます/8人/1人約50分	
職業適性診断	2月14日(土) 午後1時~5時	パソコンによる職業診断システムを利用し、職業適性診断を行います/申し込み不要	
合同企業説明会	2月14日(土) 午後1時~5時	来年3月卒の大学生などを対象にした企業説明会/申し込み不要	
職場見学会	2月16日(月) 午後1時~5時	市内の事業所を職場見学し、見学先の担当者から説明を受けます/20人	(株)石崎本店豊橋事業所(若松町字若松)、武蔵精密工業(株)(植田町字大膳)

不妊治療費補助金の

申請期間は3月31日までです

対象: 次のすべてを満たす方①法律上の夫婦で、少なくとも1人が市内在住の方②夫婦の前年の所得合計が730万円未満の方③医療保険に加入している方 **その他:** 治療内容、申請方法など詳しいことは問い合わせてください。治療を終了した場合は早めに申請してください **問合先:** 母子保健センター(☎51・2375)

■不妊治療費補助金

	特定不妊治療費補助金	一般不妊治療費補助金
補助対象	体外受精・顕微授精	一般不妊治療(ホルモン療法や人工授精等)
補助期間	通算5年間	2年間
実施医療機関	豊橋市が指定している医療機関	産科、婦人科、産婦人科、泌尿器科、皮膚泌尿器科を掲げる医療機関
補助金額	1回上限10万円。1年度に2回まで	自己負担額の2分の1。1年度に上限5万円
申請期間	治療終了日の属する年度内(3月31日まで)に申請	平成20年3月1日~平成21年2月28日の診療分を3月31日までに申請
その他	妻の年齢が50歳未満の方が対象です	補助金額上限に達した時点で早めに申請してください

2月のふれあい・子育て情報

■新生児訪問指導

対象 出産後おおよそ1か月以内の方 **内容** 育児や授乳方法などについて助産師などが家庭訪問を行い、相談に応じます **その他** 詳しくは母子健康手帳と同時に配布の「パパとママへ」を見てください

■パパママ教室

〈後期コース〉とき 3日(火)午後1時30分~4時 **対象** 妊娠中期から後期頃の妊婦と夫 **内容** 出産と育児の話、赤ちゃんの抱き方やおむつ交換などの実技 **先輩ママとの交流やグループワークによる仲間づくり** **定員** 20組(申込順)

〈休日コース〉とき 8日(日)午前9時30分~午後0時30分 **対象** 平日参加が困難な妊婦と夫 **内容** 妊娠中の栄養の話、出産と育児の話、赤ちゃんの抱き方やおむつ交換などの実技、グループワーク **定員** 20組(申込順)

■長期療養児親子のついで

アレルギー交流会
とき 23日(月)午後10時~11時 **対象** アトピー性皮膚炎・食物アレルギー・ぜんそくなどのアレルギーの病気を抱つ子どもと保護者 **内容** 日ごろの悩みや相談しにくいことなど、同じ悩みをもつ方たちと情報交換をします **定員** 40人(申込順) **申込期間** 2月19日まで

大きくなあれ
とき 27日(金)午前10時~11時30分 **対象** 低出生体重児・双子・三つ子の子どもと保護者、多胎の妊婦 **内容** 親子あそびと話し合い **持ち物** 母子健康手帳

ところ 明記していない場合は母子保健センター(松葉町三丁目) **参加料** 無料 **申込先** 母子保健センター(☎51・2375) ※定員のないものは直接現地へ