

9月 豊橋けいりん

自場開催 開門予定／午前10時
第5回

17日(水)・18日(木)・19日(金)

場外発売 開門予定／午前10時

京都向日町記念(G III)

1日(月)・2日(火)・3日(水)

富山競輪 S級シリーズ

7日(日)・8日(月)・9日(火)

一宮競輪 オールスター競輪(G I)

11日(木)・12日(金)・13日(土)・14日(日)・15日(祝)

青森記念(G III)

20日(土)・21日(日)・22日(月)・23日(祝)

名古屋競輪 S級シリーズ

24日(水)・25日(木)・26日(金)

取手記念(G III)

27日(土)・28日(日)・29日(月)・30日(火)

【早朝前売】午前7時30分から

【今月のイベント】ホームページ

(<http://www.keirin.toyohashi.aichi.jp/>)をご覧ください

8月15日号お詫びと訂正

16ページの「路面電車新型車両の愛称」募集記事中の賞が「優秀賞3点／全国百貨店共通商品券3万円」とあるのは、正しくは「優秀賞3点／全国百貨店共通商品券1万円」です。お詫びして訂正します。

後編
編集集

遠くて近い 日系ブラジル人

今回の特集では、日系ブラジル人は、ルーツが日本人であり、ブラジルへ渡り誇りを持って生活をしてきた人たちであるということが、伝わればと思ひ編集しました。そうすれば、もっと身近な人たちとして共生できるのでは、ないでしょうか。(大橋)



平成21年5月21日に 裁判員制度がスタートします

裁判員制度は、国民から選ばれた裁判員が刑事裁判に参加する制度です。裁判員候補者に選任された方には、毎年12月頃に裁判員候補者選任通知書が届きます。裁判員制度にご協力ください。
問合せ先:名古屋地方裁判所岡崎支部刑事部(☎0564・51・8428)



健康の道 二川里山・森林浴コース 一部通行止めのお知らせ

豊川用水二川第一開水路の工事のため、豊川用水竹の谷橋より先が通行止めになりますので迂回路をご利用ください。詳しくはホームページ(<http://www.city.toyohashi.aichi.jp/kenkou/index.html>)を見てください。

期間:9月5日～来年3月31日予定 **問合せ先:**健康課(☎51・2384)

情報ピックアップ

9月はがん制圧月間、健康増進普及月間です 「大腸がん」食生活への配慮で予防の第一歩・定期検診で早期発見

問合せ先 健康課(☎51・2378)

わが国では3人に1人が「がん」で亡くなり、今やがんは特別な病気ではなくごく身近にある病気といえます。中でも大腸がんは胃がんに次いで数が多く、年々じわじわと増え続けているのが現状ですが、早期のうちに見つかるおぼほ100%完治するといわれています。次のことに気をつけてがんを予防しましょう。

- ①バランスのとれた食事と規則正しい排便で、大腸がんの発生を防ぐ
- ②定期的な検診受診による早期発見、早期治療で、がんによる死亡を防ぐ

■良い生活習慣は、がん予防につながります

健康的な生活を送るためには、よりよい食生活がとても大切です。野菜には免疫力アップやがん細胞の増殖を抑制する効果があり、食物繊維が豊富に含まれ便秘を防ぎます。しかし、日本人の野菜摂取量はまだまだ不足しています。

「1日3食野菜料理を食べていますか?」

1日に摂りたい野菜の量は350g、野菜料理5皿分に相当します。煮る、炒めるなど加熱調理することで食べやすく、消化吸収も良くなるといわれています。

(例)



朝食に1皿

昼食に2皿

夕食に2皿

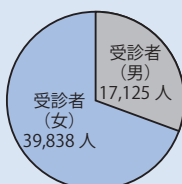
詳しくは食事バランスガイドホームページ(http://www.naff.go.jp/food_guide/balance.html)を見てください。

■大腸がんの検査を受けましょう

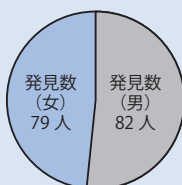
豊橋市では、40歳以上の対象者に、200円で簡単な便潜血反応検査を実施しています。この検査は便の中の目に見えない微量の血液を調べるもので、大腸がんの早期発見の有力な検査方法です。

左グラフは、過去5年間に市が実施した検診で大腸がんが見つかった人を男女別に表したものです。グラフから、男性のほうが受診者数が少ない割にがんの発見者数が多いことがわかります。

■大腸がん検診受診者数
(平成15～19年の5年間)



■大腸がん検診での発見者数
(平成15～19年の5年間)



各種がん検診については、「保健衛生事業のご案内」を見てください。

9月の緊急医

- 下記時間帯以外の問合先
外科・耳鼻咽喉科・眼科／豊橋市民病院(☎33・6111)
- 産婦人科／午前0時～午前8時まで 豊橋市民病院(☎33・6111)
- その他診療科などについての問合先 救急医療情報センター(☎63・1133)

内科・小児科

休日…午前9時～午後7時
夜間【毎日】…午後8時～翌朝午前7時
※休日の午後7時～8時は休診

豊橋市休日夜間急病診療所
富本町字国隠67 渥美線愛知大学前駅前 ☎48・1110

歯科

休日…午前10時～午後5時
平日…午後8時～11時

豊橋市歯科医師会館
三ノ輪町三丁目130 ☎62・1565

外科

下記時間帯以外は豊橋市民病院(☎33・6111)

月～木曜日…午後8時～午後10時は豊橋医療センター(☎62・0301)、成田記念病院(☎31・2167)、豊橋市民病院(☎33・6111)へ問い合わせください
金曜日…午後8時～午後10時 土曜日…午後7時～午後10時 休日昼間…午前9時～午後7時 休日夜間…午後7時～午後10時

5日(金)	鈴木ひろし整形外科(佐藤5)	☎65・1300
6日(土)	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎38・1010
7日(日)	昼 東脇胃腸科外科(東脇4)	☎32・3831
	夜 岡村クリニック(佐藤2)	☎65・4100
12日(金)	向山クリニック(向山町)	☎66・0011
13日(土)	滝川病院(八町通5)	☎55・5111
14日(日)	昼 呉医院(瓦町通2)	☎61・8101
	夜 まつおクリニック(築地町)	☎32・9287
15日(祝)	昼 光生会病院(吾妻町)	☎61・3166
	夜 二川病院(大岩町)	☎41・0011

19日(金)	中島脳神経外科(下五井町)	☎54・6261
20日(土)	伊藤医院(小池町)	☎45・5283
21日(日)	昼 中西病院(老津町)	☎23・1141
	夜 きよし整形外科(花田二番町)	☎33・8688
23日(祝)	昼 鷹丘クリニック(南牛川1)	☎65・1112
	夜 大岩整形外科皮フ科(大橋通2)	☎55・2100
26日(金)	山本肛門科(浜道町)	☎47・3155
27日(土)	福井脳神経外科(立花町)	☎21・7001
28日(日)	昼 前川外科内科(東岩田4)	☎62・6411
夜		

産婦人科

平日…午後8時～午前0時 休日…午前8時～午前0時

1日(月)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎66・5550
2日(火)	秋山産婦人科(西幸町)	☎48・6116
3日(水)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎32・6585
4日(木)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎38・0306
5日(金)	小石マタニティ&チルドレンクリニック(つつじが丘2)	☎66・1212
6日(土)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎66・5550
7日(日)	秋山産婦人科(西幸町)	☎48・6116
8日(月)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎37・5731
9日(火)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎62・7173
10日(水)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎32・6585
11日(木)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎38・0306
12日(金)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎63・5588
13日(土)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎37・5731
14日(日)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎32・6585
15日(祝)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎62・7173

16日(火)	小石マタニティ&チルドレンクリニック(つつじが丘2)	☎66・1212
17日(水)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎66・5550
18日(木)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎63・5588
19日(金)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎37・5731
20日(土)	秋山産婦人科(西幸町)	☎48・6116
21日(日)	小石マタニティ&チルドレンクリニック(つつじが丘2)	☎66・1212
22日(月)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎66・5550
23日(祝)	ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎37・5731
24日(水)	今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎62・7173
25日(木)	マミーローズクリニック(高洲町)	☎32・6585
26日(金)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎38・0306
27日(土)	中岡レディースクリニック(東幸町)	☎63・5588
28日(日)	つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎66・5550
29日(月)	秋山産婦人科(西幸町)	☎48・6116
30日(火)	小石マタニティ&チルドレンクリニック(つつじが丘2)	☎66・1212

耳鼻咽喉科

午前9時～午後9時

7日(日)	芳賀耳鼻咽喉科医院(西岩田1)	☎63・1030
14日(日)	飯塚医院(札木町)	☎52・3768
15日(祝)	ハタノ耳鼻咽喉科(上地町)	☎63・8733

21日(日)	もりた耳鼻咽喉科(東脇1)	☎34・2001
23日(祝)	木下耳鼻咽喉科(飯村北1)	☎63・2261
28日(日)	田中耳鼻咽喉科(中浜町)	☎48・8733

眼科

午前9時～午後7時

7日(日)	エモア眼科(駅前大通1)	☎54・0481
14日(日)	小島眼科医院(西小池町)	☎45・4908
15日(祝)	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎38・1010

21日(日)	おおいし眼科(宮下町)	☎64・0081
23日(祝)	武内眼科クリニック(山田二番町)	☎37・7373
28日(日)	おおむら眼科クリニック(菰口町5)	☎26・3115

柔道整復師

7日(日)	夏目(西幸町)	☎48・6597
14日(日)	源田(小向町)	☎32・0126
15日(祝)	中島(下地町)	☎53・3270

21日(日)	後藤(大脇町)	☎41・7510
23日(祝)	南(天伯町)	☎46・6600
28日(日)	斎藤(柱六番町)	☎37・5588

保険鍼灸マッサージ師

7日(日)	岡本(栄町)	☎61・8815
14日(日)	伊藤(上传馬町)	☎52・1662

21日(日)	内藤(大岩町)	☎41・0202
28日(日)	藤原(西新町)	☎52・1843

愛知県小児救急電話相談 ☎# 8000番 通じない方は☎052・263・9909

土曜日、休日の夜間(午後7時～11時)、看護師・小児科医に子どもの症状に応じた相談ができます。

この表は医師会の都合で変わることがあります。