



このまちが、すき

とよはし

— KOHO TOYOHASHI —

2019

.....

毎月1日発行
通巻 第1510号

9月号

特集

第2の人生の幕開け！

いきいき



します

シニアに





もくじ contents

03 豊橋いいとこ

特集

04 第2の人生の幕開け！ いきいきシニアに認定します

特集

08 情報をキャッチ！

12 イチオシ情報

- ・ジュディ・オング情玉 木版画展
- ・プレミアム付商品券を販売します

14 豊橋ニュース

- ・灯籠で飾ろう二川宿
- ・防災教室&ボッチャ体験

15 のんほいパーク

- ・育ち盛りの5歳！1日の食事は20kg！
- ・ハス・スイレン写真展

16 公共施設イベント

- ・美術博物館 ナイン・ストーリーズ
- ・ここにこ宇宙展 東三河から宇宙へ！

20 スポーツ

- ・愛知県市町村対抗駅伝競走大会 選考レース
- ・鈴木亜由子選手を応援しよう！

21 演劇・コンサート

- ・荒れ野
- ・カルミナ・ブラーナ合唱の出演者募集

22 暮らし情報

29 相談

30 パパママ

- ・ミナクル de リズムあそび
- ・子育てMEETING 気軽にフリートーク

31 シニア

- ・100歳以上の方へお祝いをお届けします
- ・孫育て 今どきの育児

32 健康

- ・夜間エイズ検査(無料)を行います
- ・豊橋市民病院健康教室

33 防災・安全

- ・防犯ボランティア養成アカデミー
- ・屋外広告物の安全点検を行いましょう

35 緊急医

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(10分間)

毎日 7:10、12:10、15:10、
18:10、22:10

※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、
17:44、21:45

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。



豊橋 いいとこ

四季の移ろいを感じる風景や魅力的な
スポット、豊橋での暮らしがわかる
ひとコマなどを紹介します。



A lot of attractions await you

牛川の渡し

【牛川町～大村町】

とよがわ
豊川の兩岸を結ぶ渡し船は、観光や地域の
交通手段として利用されています。竿を
使って人力で船を動かす懐かしい雰囲気
を楽しめます。

特集

第2の人生の幕開け！ いきいきシニアに 認定します

仕事や子育てに汗を流した現役時代。「仕事を辞めたら」「子育てが一段落したら」と輝かしい老後を描いていたはずが、「何をして一日を過ごしたら良いか分からない」「何もせず家にと煙たがられる」など、第2の人生の過ごし方に困っている、心配している方はいませんか？

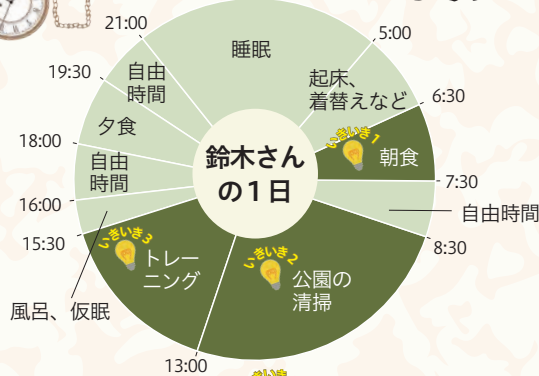
今回は、いきいきと第2の人生を過ごす方を「いきいきシニア」として広報とよはし編集部が勝手に認定。余生の過ごし方や健康の秘訣を伺い、表彰します。

問合せ：広報広聴課（☎ 51・2165）





“いきいき”の秘訣を追う!!



目標を持って 人生を走り続ける



退職後に鍛えた体が自慢
鈴木 正弘さん (72 歳)

バランス良い食事

みそ汁、卵、のりなど 11 品を自分で用意。体力づくりのために肉を食べるよう心掛けている。



仲間との会話

シルバー人材センターの会員や地域の人と楽しく話すことで、ストレスをためないようにしている。



運動で体力維持

毎日、腹筋、背筋などの運動をするようになってから、健康診断はいつも全項目、正常値！



フルマラソン完走への決意
腹筋40回、背筋50回…と真剣な目つきで筋力トレーニングに励む鈴木正弘さん。実は、7年前までスポーツをしたことがありませんでした。
鈴木さんは仕事をしていた頃、たばこを1日60本吸うヘビースモーカーでした。退職後、禁煙しようとい念発起し成功したものの、やめた効果でご飯をおいしく感じ、食欲が増したことで体重が増加。それをきっかけに、鈴木さんの心に火が付きしました。
「このままではいけないと、ランニングを始めました。みなとシティマラソンの5km部門に出場しましたが、結果は後ろから7番目くらいで完走がやっと。それでも目標は高く、ホノルルマラソンの完走に決めました。」
当初は、走る度に起こる筋肉痛が辛かったそう。しかし、日曜日に新川校区

仕事を通じた交流と体力維持

鈴木さんの体力維持は、走ることだけではありません。退職後にシルバー人材センターに入会した鈴木さんは、向山大池や高師緑地などで週5回、清掃の仕事をしています。



約 70 もの大会を走り切った完走証は鈴木さんの勲章

「今では、走ると体が軽くなって調子が良いです。雨の日や寒い日は、自分との戦いですが、マラソンで出会った仲間たちが一緒に大会に出ようと声を掛けてくれるので、練習も続けられますね。」



4 年前のホノルルマラソンで 42.195km を完走しガッツポーズ

の自宅から前芝校区まで往復 25 km 走ることや、りすば豊橋での筋力トレーニングを日課にし、みなとシティマラソンや穂の国・豊橋ハーフマラソンのほか、国内のマラソン大会にも精力的に出場し続けた結果、念願のホノルルマラソンの完走を果たすことができました。

豊橋のマラソン大会に出場し続けます!!

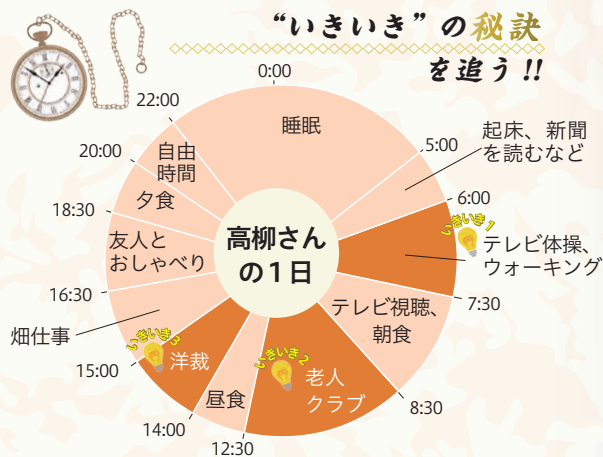


鍛え上げた屈強な体が自慢の鈴木さん。今後も、トライアスロンなどさまざまなことにチャレンジしていきたいと意気込んでいます。
「シルバー人材センターの会員の最高齢は、94 歳なんです。まだまだ、人生の先輩に負けてはいられないですよ。年寄りも目標や希望を持たないとね！」



「シルバーさんのおかげできれい。」と言われるのがやがいがい

ます。広大な園内を歩き回るだけでも体力づくりにつながると言います。
「清掃は足腰を強くしてくれます。それに、会員や地域の方と話すこともできるので、仕事を楽しみの一つになっています。」



自分たちの力で 支え合って生きる



人と人をつなげる力が自慢
高柳 致子さん (85 歳)

体力づくりが基本

朝倉川周辺で四季折々の自然を感じながら歩く。体が柔らかく、前屈もこの通り。



運転免許証は返納

運転免許証は、83歳の時に返納。老人クラブへは徒歩や自転車で移動している。



趣味を楽しむ

家庭科の教員だったことから、自分の服は自分で作るなど、趣味として洋裁を続けている。



高齢者が支え合う居場所づくり

笑い声と冗談が飛び交う老人クラブ「東田元町寿会」。毎月第3金曜日に行うクラブの定例会には、約60人の高齢者が集います。

「みなさんから元気をもらえるんです。」
こう話すのは、会長の高柳さん。5年前に会長になり、会員が10人以上増えました。

「スーパードで会った時に話し掛けたりして仲間を集めています。」

年々、子どもの数が減り、校区の清掃活動など地域の活動の場に高齢者が占める割合が増えてきたと感じる高柳さんは、高齢者が支え合って生きていかなければならない時代だと痛感しています。そのため、会員一人ひとりの名前を覚えて積極的に声を掛けるようにしているほか、定例会では誕生日祝

いをするなど、いかにみんなが心地良い居場所となるかを日々、考えています。



誕生日を迎えた会員には、赤飯を贈ってみんなで祝う

「やった！ビンゴ！」

この日の催しは、ビンゴ大会と脳トレニング。内容や景品も、みんなに喜んでもらえるものを考えます。時には、会員が手作りの景品を持ち寄ることもあり、全員が協力して活動しています。

「笑いヨガをやったり、脳トレをやったり。ここへ来るとお馴染みの方がいて、笑顔で帰っていく。『元気になる。』と言ってもらえるのが励みになりますね。」



脳トレニングは、言葉と手が合わず、いつも大笑い

健康を心掛けた運動と食事

老人クラブを続けていくためにも健康第一と考える高柳さんは、毎朝のテレビ体操とウォーキングを欠かしません。10年以上続けた結果、肩こりや腰痛知らずなのだ

か。また、一人暮らしだと適当に済ませてしまいがちな食事も、常備食を作るなど、多くの品目を食べる工夫を重ねています。

「間食はせず、昔の体型を維持しています。自分の足で動けることが、どれほど幸せでありたいことかと思っています。」



ジャムや梅酒、ピクルスなど豊富な常備食

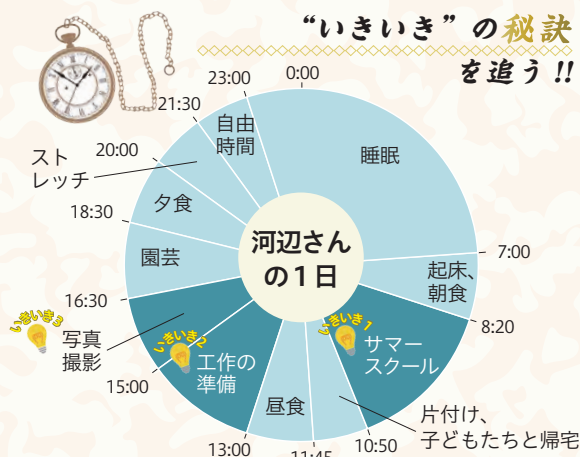
自分自身の体調管理はもちろん、みんなを支え合う大切さを教えてくれた高柳さん。老人クラブという響きに抵抗のある人にも、人と関わることの大切さを強調します。

「老人クラブでなくてもいいんです。外出したり、講座に参加したりするだけでも、それぞれに合った第2の生き方を見つければ、いきいきと人生を楽しめますよ。」

居場所づくりを進めています!!



“いきいき”の秘訣を追う!!



子どもたちの笑顔が私のエネルギー

子ども目線のアイデアが自慢
河辺 雅義さん (71 歳)



童心を忘れない

一緒になって楽しむことで、子どもにも楽しさが伝わり、心身共に元気になる。

面白さを追求

子どもの目線で、楽しさ、面白さを追求し、100個近くの作品を考え続けている。



記録に残す

家族旅行や、趣味の園芸で育てた植物などをカメラに収め、記録している。



子どもとの触れ合いが健康の源

「見て見て！飛んだよ！」

はしゃぐ子どもたちの手には、竹とんぼならぬ、紙とんぼ。河辺さんが教える身近なものでできる工作の一つです。

「子どもたちの輝く瞳を見ると、こちらまでエネルギーをもらえます。」

ここは、夏休み中に外国人児童たちに宿題を教える飯村小学校のサマースクール。10分の休憩中に、河辺さんが工作を教えています。この日の工作は、ストローと紙を使った紙とんぼ。あまりの簡単さと、紙とんぼが舞い上がる高さに子どもたちは夢中になって遊びます。「学校は楽しいところだと思っほしい」との想いから、河辺さんが始めたこの工作時間。毎日違うものが作れるとあって、子どもたちに大人気です。

「退職後に、いろいろと工作を考え始めました。子どもの『楽しい』『ワクワク』

在職時の技術や考えをいかした工作

フィルムやテープなどを分析する職場で働いていた頃は、「なぜ、この製品は性能がいいのか」など、「なぜ」を追求し続けるものづくりに努めました。仕事で得た技術や考え方をいかし、退職後は、視聴覚教育センター・地下資源館のサイエンス・ボランティアに応募。子ども向けに、ゴムや風、光の不思議など、楽しみながら科学を学べる「おもしろサイエンスの日」という工作イベントを担当しています。



を伸ばしたいんです。」

「すごい！さすが！」などの声掛けを大切にしている



風船輪くぐりは、子どもに人気の体験実験の一つ

「元々子どもが好きで、幼稚園の先生になることが夢でした。しかし、当時は父の夢を叶えるべく技術者の道を選びました。退職後に、昔の夢が叶ったようです。」



子どもたちからもらったお礼の手紙は宝物

視聴覚教育センターで子ども向けに教えていましたが、いつしか「子どもや孫に作ってあげたい」という、子育て・孫育て世代の方が増えてきたり、近くのパン教室から「教えに来てほしい」と依頼されたりするなど、大人たちまでその魅力に取り憑かれていきます。また、飯村小学校には作ったバルーンアートを定期的に届けており、子どもたちから『風船おじさん』の名で親しまれています。

「子どもたちの笑顔は、なんとも言えません。これからも、子どもがどういうところでつまずき、喜ぶのか、子どもの目線で考え続け、一緒に楽しみながらドキドキやワクワクを届けていきたいです。」

情報をキャッチ!



ツイッターやラインなどのSNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)のほか、アプリ(アプリケーション)など、今や大半の方がさまざまな手段で情報を収集できるようになりました。市でも、あらゆる形で生活に役立つ情報をお届けしています。

今回は、とよはしインターネットモニターなど203人に緊急アンケートを実施!その結果から利用者に人気の高かったSNSやアプリ、そのおすすめポイントを紹介します。

問合せ:広報広聴課(☎51・2164)



クラストコ
Kurasutoko

Instagram



人気SNS
第2位



豊橋で暮らす人々の姿や日常のひとコマなど、毎日違う豊橋を見ることができます。

CHECK

更新者との距離が近い!!

Instagramの更新者は広報広聴課の女性職員!女性の視点での投稿やコメントの返信など、親近感がわくこと間違いありません!



アンケートの声

市内の写真スポットやイベントのようすが見られるので、毎日チェックしています。(30代女性)

INFORMATION

ライフスタイルブック「クラストコ」にも注目!

市の魅力や豊橋ならではの趣味・余暇など過ごし方を提案する冊子「クラストコ」を200円で販売しています。Instagramと冊子を見れば、あなたも豊橋ツウ!?

書店などで販売中!



豊橋市防災・安全・安心情報

Twitter



人気SNS
第1位

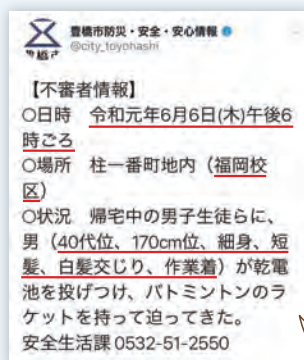


市内の防犯、交通安全・感染症情報、消費生活など安全・安心に関する情報を入手できます。

CHECK

詳細な情報で注意喚起!

不審者情報は、校区や時間帯、服装を、感染症情報は、学級・学年閉鎖の学校名を詳細に把握できます。



アンケートの声

不審者情報は必ずチェックし、子どもに伝えています。(30代女性)

INFORMATION

多言語にも対応!ほっとメールを併用しよう

ほっとメールに登録すると、Twitterと同じ内容をメールでも受け取れるほか、英語、ポルトガル語など5言語で見ることができます。





ええじゃないか豊橋チャンネル



ユーチューブ

市政情報番組「とよはしNOW」や市のプロモーションビデオなど、豊橋の旬な情報を見ることができます。



「やってみた！」シリーズの視聴回数が4,000超の回も!!



4,872回視聴

市政情報番組「とよはしNOW」のコーナー、「ウガモト ヨナシロ デミのやってみた!」は、サーフィンや消防士などさまざまな体験を通して、豊橋の一面を紹介する体当たり企画。視聴回数が4,000超えの回もあるほど、人気上昇中の動画です。

私にやってほしい企画があれば教えてください!

広報広聴課
ウガモト ヨナシロ デミ



豊橋市役所JK広報室

ライン



勉強コーナーの設置や、市内の飲食店などの割引クーポンといった、高校生限定のお得な情報を入手できます。



高校生の声が形に!

勉強コーナーの設置は高校生の声から生まれた企画の一つ!ラインのメッセージやアンケートから高校生の意見を募集しています。

市内の施設や飲食店などから協力を得て、豊橋を満喫できるクーポンを配信しています。



広報広聴課
竹田 佳子



アンケートの声

勉強コーナーは図書館などが休みの月曜日にやってくれるし、お菓子や消しゴムがもらえるのでうれしいです! (10代女性)



穂の国とよはし芸術劇場PLAT

フェイスブック



プラットで開催する演劇や講座、チケットの販売情報などを閲覧できます。

アンケートの声

好きな俳優の情報を知ることができてうれしいです。(40代女性)

豊橋まちなか情報ステーション



歩行者天国や、マルシェなど、まちなかで行うイベント情報などを確認できます。

まちなかでは、さまざまなイベントを開催しています。お出掛け先に迷った時は、こちらをチェックしてください!

広報広聴課
大場 紀宜





iOS



Android

さんあ〜る

人気アプリ
第1位

居住地域のごみ収集日や分別方法などを確認できま

CHECK

ごみ出しを忘れない!

自分の居住地域を設定することで、ごみ収集日を事前に通知してくれます。

アンケートの声

以前はごみ出しをよく忘れていましたが、忘れることがなくなりました! (40代男性)

これであなたもごみ博士!?

分別検索や早見表で捨て方が分かるほか、「ごみゼロの日は何月何日?」など、クイズ形式でごみに関する知識を深めることができます。



iOS



Android

健康マイレージ

人気アプリ
第2位

歩数や体重を記録し、グラフ化することで、日々の健康管理ができます。

CHECK

ランキング化することで燃える競争心!

総合や年齢層別で歩数がランキング化されるので、競争心に火が付きまます!!

会社ぐるみで健康づくり

会社の仲間とグループを作り、歩数を争うことで、社内の健康増進につながります。



歩いたご褒美をGET!

歩数で稼いだポイントを貯めることで記念品が当たるほか、飲食店などで割り引きされる優待カード(まいか)が応募者全員にもらえます。



アンケートの声

ポイントが貯まってくのが楽しく、運動をするきっかけになりました! (20代女性)



iOS



Android

母子健康手帳

＜＜＜CHECK



情報共有で病院でも困らない！

同じアプリを入れておけば、家族で子どもの情報を共有できるので、病院で問診票を記入する際も、出生時の体重や予防接種履歴などで迷うことがなくなります。



写真と日記でオリジナルアルバム

スマートフォンで撮影した写真を日記と共に保存できるので、アルバムとしても活用できます。



アンケートの時

妊娠中の食べ物の注意点から、産後の子育てのアドバイスまで細かく書かれていて、とても助かりました。(30代女性)



iOS



Android

カタログ ポケット Catalog Pocket

＜＜＜CHECK

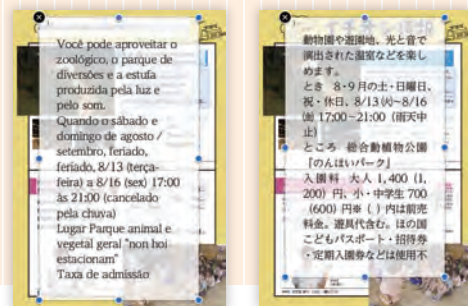


見やすく、聞きやすく！

記事ごとに大きく表示できるほか、読み上げ機能があるので速度や声色などを自分好みに合わせて聞くことができます。

外にいる時でも、広報とよはしを確認することができますよ！

広報広聴課
佐藤 知沙子



のってみりん

＜＜＜CHECK



車両の位置を追跡！

停留所をお気に入りに追加することができ、「5つ前の電停を通過」「2つ前の電停に停車中」など停留所を通過したタイミングなどを確認できます。



お気に入りの市電に乗れる！

ほつトラムなど車両の形式から装飾まで詳細が分かります。ビール電車もありますよ！！



アンケートの時

市電に乗る時は必ず位置を確認して、家を出るようにしています。(40代男性)

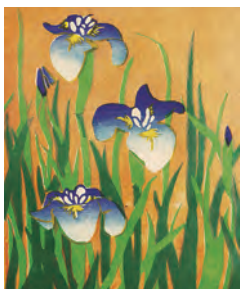
今号の
ココに注目!!

イチオシ情報

Let's
Check!!



「涼庭忘夏」(2008年 木版画) 第40回日展入選©HEEMORY&STEPeast



「しょうぶ」



ジュディ・オング倩玉 木版画展

初期の白黒作品や色版画、日展特選作品などを展示します。

とき 10/5(土)～11/17(日)

ミニトーク

とき 10/6(日)14:00

出演 ジュディ・オング倩玉

定員 100人(抽選)

申込み 9/21(土)(必着)までに返信先明記の往復はがき(1枚2人まで)で郵便番号、住所、参加者全員の氏名、電話番号を二川宿本陣資料館(〒441-3155 二川町中町65)

サイン会

とき 10/6(日)15:00

対象 当日、会場で画集を購入した方

定員 100人(先着順)

【共通事項】

ところ 二川宿本陣資料館

料金 無料(入館料必要)

問合せ 二川宿本陣資料館(☎41・8580)

炎の祭典(炎の舞)

手筒花火の一斉放揚や仕掛花火などを楽しめます。

とき 9/14(土)、9/15(日)17:00～19:30

ところ 豊橋球場

料金 栈敷SS特別席5,000円、栈敷SS席3,000円、イスA席2,000円ほか

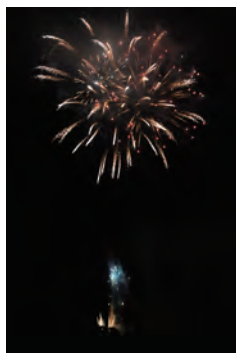
チケット 9/14(土)まで炎の祭典ホームページ、ファミリーマート、セブン-イレブンで販売

入場時に配布する公式ガイドブックをまちなかの協賛店に提示すると、特典が受けられます。



観光振興課
柴田 康行

問合せ 炎の祭典実行委員会(☎53・7211)、観光振興課(☎51・2430)



TOYOHASHI CITY

best recommended

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。

ドクター・ホフマンのサナトリウム カフカ第4の長編

カフカの第4の遺稿が発見された想定の世界です。

- とき** 12/20(金)18:30、12/21(土)13:00、18:30、12/22(日)13:00
- ところ** 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」
- 作・演出** ケラリーノ・サンドロヴィッチ
- 出演** 多部未華子、瀬戸康史、音尾琢真ほか
- 入場料** 全席指定。S席9,000円、A席7,000円、B席5,000円ほか
- チケット** 会員先行は9/21(土)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は10/5(土)10:00からプラットチケットセンターほかで販売



問合せ 穂の国とよはし芸術劇場(☎39・3090)

プレミアム付商品券を 販売します

- とき** 9/17(火)～来年2/28(金)
- 対象** ①令和元年度の市民税非課税者(生活保護受給者などを除く)②平成28年4月2日～令和元年9月30日に生まれた子どもが属する世帯の世帯主
- 料金** 1セット4,000円(500円券が10枚綴りの5,000円分)
- その他** ①は5セット、②は3歳未満の子ども1人あたり5セットまでの数量制限あり。購入手続きなど詳細は対象者宛てに郵送する通知参照



医療費などにも、
利用できます。

商工業振興課
大竹 良尚

問合せ プレミアム付商品券コールセンター(☎51・3065)
HP 66206

豊橋市健康づくり推進プロジェクト AYAトークショー 健康と美

- とき** 10/27(日)10:30～11:30
- ところ** ホテルアークリッシュ豊橋
- 対象** 市内在住・在勤の方
- 講師** AYAさん(フィットネストレーナー)
- 定員** 200人(申込順)
- 申込み** 10/18(金)までに氏名、年齢、電話番号を健康政策課(☎39・9116)※ホームページからも申し込み可



問合せ 健康政策課(☎39・9116) HP 68970

とよはしアーカイブ 公開記念イベント 吉田城下町と戦前の街を歩く

江戸時代の絵図や戦前の地図を重ね合わせて、街歩きを楽しめます。

- とき** 9/28(土)13:00～17:00(雨天順延10/6(日))
- 講師** 中央図書館司書
- 定員** 15人(申込順)
- 持ち物** スマートフォンやタブレット端末
- その他** 集合・解散は豊橋駅東口ペDESTリアンデッキ
- 申込み** 9/10(火)から直接または電話で中央図書館(☎31・3131)



戦前の地図や写真など1,008件のデジタル資料をまとめた「とよはしアーカイブ」を見ながら歩きます。

中央図書館
高見 大起

問合せ 中央図書館(☎31・3131)



NEWS 01



7/28
(日)

灯籠で飾ろう二川宿

二川宿本陣資料館、駒屋

木やペットボトル、陶器で作られた約3,500個の幻想的な灯籠が旧東海道沿いなどに並び、見物者で賑わいました。また、浴衣コンテストや桜丘高校による和太鼓の演奏などを行い、盛り上がりを見せていました。

TOYOHASHI 豊橋ニュース NEWS

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。

年々、来場者が増えているのが分かります。毎年、自分の灯籠を作るのが楽しみです！



さくたろうくん、あいこさん

防災教室& ボッチャ体験

7/21
(日)

さくらピア

停電時にも使えるペットボトルのランタン作りを行ったほか、パラリンピックの正式種目「ボッチャ」を体験しました。白いボールに、赤や青のボールをいかに近付けられるかを競い、ボールが近付くと拍手と歓声が上がっていました。



ちなつさん、ゆうさん、かずはさん

ボッチャは初めてだったけど、みんなで楽しめました！



NEWS 02



NEWS 04

7/1
(月)

SDGs未来都市に選定

総理大臣官邸

「豊橋からSDGsで世界と未来につなぐ水と緑の地域づくり」を提案し、豊橋市がSDGs未来都市に選定されました。水道技術の継承や環境意識のさらなる向上などに取り組めます。



NEWS 03

8/4(日)、
8/5(月)

オープン キャンパス

市立看護専門学校

2日間で187人が参加し、学校の概要説明などを聞きました。また、模擬授業や白衣の試着体験などを通じ、教員や在校生に気さくに質問するようすが見られました。

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。

育ち盛りの5歳！ 1日の食事は20kg！

新しく仲間入りしたカバの出目吉は、当園の2頭のカバと比べて小柄な体型をしています。とても活発で、ほかのカバたちがゆっくり歩くのに対して、非常に素早く歩くのが特徴的です。食欲旺盛で白菜が大好物。その食べっぷりには圧倒されます。9月は毎日14:30に餌やりをしていますので、食事の姿を見に来てください。

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

ハス・スイレン写真展

と き 9/3(火)～9/16(祝)
ところ 温室イベントのへや
その他 展示作品に投票できる
フォトコンテストあり
問合せ 動植物園



秋の花植え体験

ガーデンシクラメンやビオラなどを寄せ植えます。

と き 10/6(日)10:00～15:30
ところ 展望塔付近
対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
定員 200人(先着順) 料金 500円
問合せ 豊橋みどりの協会

みどりの講座 ハロウィンの寄せ植え

菊を使ってハロウィンの寄せ植えを作ります。

と き 10/12(土)10:00～12:00、13:30～15:30
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(グリーンアドバイザー)
定員 各20人(抽選) 料金 各1,200円
入園料 無料
申込み 9/10(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

秋の写生大会

と き 9/7(土)～10/14(祝) 対象 中学生以下
その他 作品は11/17(日)～12/20(金)に動物資料館講義室、12/21(土)～来年1/5(日)に、ほの国百貨店で展示
申込み 10/14(祝)16:00までにクレヨン、パステル、水彩など(油絵を除く)で四つ切り画用紙に園内の動物・植物・風景を描いた作品(1人1点)を中央管理事務所
問合せ 動植物園

3D大型映像新番組

「ウォーキング with ダイナソー 太古の地球へ」を上映します。

と き 9/21(土)～来年1/31(金) ところ 自然史博物館
その他 期間中、「生命大躍進(2D)」も上映。観覧料など詳細はホームページ参照
問合せ 自然史博物館

自然史博物館 収蔵庫見学会

化石その1

カエデやプラタナスなどの化石を紹介します。

と き 9/14(土)13:30～14:00

骨格標本

キリンやクジラなど大型動物の骨格標本を紹介します。

と き 9/21(土)13:30～14:00

定員 30人(先着順)

[共通事項]

問合せ 自然史博物館

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

ー 公共施設イベントー

Public Facilities Event Information

公共施設で開催するイベントを紹介します。

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、第4金曜日



『あなたもできる 100問解いて天気予報』

著者: 山本 光義
技報堂出版 2013.6

スタッフの おすすめ本

9月

気象情報についてクイズ形式で学べる一冊です。「早朝に朝露が見られた日の天気はどうなるか」など、あすから使える知識が掲載されています。この本を読めば、自分で天気を予想できるかもしれません！

おはなしのへや

ボランティアによる絵本などの読み聞かせを行います。

対象 小学生以下と保護者

その他 中央・大清水図書館でも開催。日程など詳細はホームページ参照

問合せ 中央図書館

とき(各40分)	ところ
9/14(土)10:30	二川地区市民館
9/20(金)11:00	南陽地区市民館
9/21(土)11:00	アイプラザ豊橋
9/21(土)15:00	市民文化会館
9/28(土)11:00	青陵地区市民館、北部地区市民館

読書会 コンビニ人間

村田沙耶香著「コンビニ人間」の感想を話し合います。

とき 9/22(日)13:30～15:30

ところ 中央図書館

定員 30人(申込順)

申込み 9/13(金)までに直接、電話またはEメールでイベント名、住所、氏名、電話番号を中央図書館(☎ tosho@library.toyohashi.aichi.jp)

読み聞かせボランティア育成講座

子どもへの絵本や紙芝居の読み聞かせ方を学びます。

とき 10/2～11/6の水曜日(全6回) 10:00～11:30

ところ 中央図書館

定員 30人(抽選)

その他 6か月児以上の託児あり(予約制。定員6人(申込順)。おやつ代1人1回50円必要※食べられない子は不要)

申込み 9/1(日)～9/16(祝)に直接または電話で中央図書館

本のリサイクルフェア

図書館で使わなくなった本などを1冊20円で販売します。

とき 9/14(土)9:30～14:00

ところ 中央図書館 **持ち物** 持ち帰り用の袋

その他 1人10冊まで購入可

問合せ 中央図書館

三遠ネオフェニックス展

選手などをパネルで紹介します。

とき 9/14(土)～10/14(祝)

ところ 中央図書館

問合せ 中央図書館

02 美術博物館

問合せ ☎51・2882 休館日 月曜日

開館40周年記念 美術博物館 コレクション名品展 ナイン・ストーリーズ

Pick Up

9つのテーマを設けて、考古・歴史資料や絵画などを展示します。

と き 10/5(土)～11/17(日)

観覧料 一般600(400)円、小学生～高校生300(200)円※()内は前売・団体料金

ボランティアガイド(作品解説)

と き 期間中の水・木・金・日曜日(10/6(日)、10/20(日)を除く)、祝日13:30、14:30

その他 5人以上のグループは上記以外の日程も応相談

学芸員の作品紹介

一見すると4コマ漫画のようですが、これは、さまざまな人たちが住む建物の窓のイメージで、繰り広げられる人間模様を面白おかしく描いています。インパクトの強い場面もありますが、それらを笑い飛ばしてしまう力強さと軽快な描写が見どころです。



平賀敬「窓」1968年

館蔵浮世絵展 初代広重 最後の東海道シリーズ 豎絵東海道

Pick Up

と き 9/7(土)～9/29(日)

ギャラリートーク

と き 9/8(日)、9/18(水)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



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、9/17(火)、9/24(火)

二川宿本陣まつり 菊の節句 重陽

菊の着せ綿やつるし飾り、折り紙作品を展示します。

と き 9/7(土)～9/16(祝)9:00～17:00
(最終日は16:00まで)

菊の節句 折り紙教室

と き 9/7(土)10:00～15:00

講師 楽しい折り紙の会

【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



和創作 季節の布遊び 帯地で作る文庫箱

と き 9/18(水)13:00～16:00

ところ 駒屋

定員 10人(申込順)

料金 3,500円

申込み 9/3(火)10:00から電話で駒屋



本陣古文書講座(中級コース)

江戸時代の古文書を解読します。

と き 10/12(土)、10/26(土)、11/9(土)、
11/23(祝)、12/7(土)(全5回)
13:30～15:00

ところ 二川宿本陣資料館

講師 美術博物館学芸員

定員 30人(申込順)

料金 400円(展示見学の場合は別途、入館料必要)

申込み 9/7(土)10:00から電話で二川宿本陣資料館





ここに宇宙展 東三河から宇宙へ!

宇宙飛行士の訓練服の試着や、模擬訓練に挑戦できます。

と き 9/14(土)~9/29(日)9:30~17:00

宇宙パラシュート教室

宇宙の話を聞き、ポリ袋でパラシュートを作ります。

と き 9/28(土)10:00~12:00、13:30~15:30

対 象 小学生 講師 岩谷圭介さん(宇宙工学者)

定 員 各50人(申込順)

申込み 9/7(日)10:00からホームページで必要事項を入力



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30ページの「パパママ」に掲載しています。

ここにこ銀行お仕事体験イベント まち空間の裏方スタッフになろう

おもちゃの数の集計や、工作の材料を準備する仕事などを体験します。

と き 9/22(日)、9/29(日)10:00、11:00、13:00、14:00(各45分)

対 象 小学3年~中学生

その他 仕事内容など詳細はホームページ参照

申込み 各前日までにホームページで必要事項を入力



ハンドスタンプアート プロジェクト 作品展示

手形スタンプを一つの作品にして、館内に飾ります。

と き 9/23(祝)13:00~16:00

その他 当日13:00に作品発表セレモニーを開催。作品は9/23(祝)~10/20(日)に館内で展示



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、9/17(火)、9/24(火)

夢がないのはいけないこと? 大丈夫!やってみるから始めよう

プラネタリウムを投影して、夢を追いつける生き方を紹介します。

と き 9/29(日)13:30~15:00

対 象 中学生以上

講 師 岩谷圭介さん(宇宙工学者)

定 員 100人(申込順)

申込み 随時、ホームページで必要事項を入力



おもしろサイエンスの日 ゴムで遊ぼう

糸巻き戦車やころころ人形、竹コプターなどを作ります。

と き 9/22(日)13:00~15:00(随時、参加可)



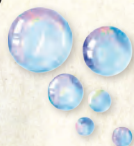
糸巻き戦車

割れないシャボン玉

砂糖や洗濯のりなどを使って割れにくいシャボン玉を作ります。

と き 9/7(土)、9/8(日)、9/14(土)~
9/16(祝)、9/21(土)、9/28(土)、
9/29(日)11:10

料 金 各100円



実験ショー 音のふしぎ

高音と低音の違いを聞き比べます。

と き 9/7(土)、9/8(日)、9/14(土)~
9/16(祝)、9/21(土)、9/28(土)、
9/29(日)13:40



まちなかで星を見よう

宇宙船「アポロ」が月面着陸したクレーターを観察します。

と き 9/7(土)19:30~21:00(天候不順の場合は中止)

ところ 豊橋駅東口ペDESTリアンデッキ

その他 中止のお知らせは当日16:00以降にホームページに掲載

豊橋競輪場

08

問合せ ☎61・3136

地元選手紹介

52期 松井英幸選手

現在55歳の松井選手は、世界選手権大会で銀メダルを2度、銅メダルを1度獲得したレジェンドレーサーです。また、イベント時にも精力的に活動し、盛り上げ役となりファンから愛されています。「若手選手の勢いには負けません!」と意気込み、日々練習に打ち込む松井選手に、これからも熱い声援をお願いします。



CALENDAR

9月

1日	富山記念(GⅢ)		
2日			
3日	広島(FI)	大宮(FI)	伊東温泉(FI)
4日			ナイター
5日			
6日	青森記念(GⅢ)	富山(FI)	久留米(FI)
7日			ナイター
8日			
9日	福井(FI)	防府(FI)	平塚(FI)
10日			ナイター
11日			
12日			
13日	松阪共同通信社杯(GⅡ)		
14日			
15日			
16日			
17日	名古屋(FI)	高知(FI)	別府(FI)
18日			ナイター
19日			
20日			
21日			
22日	岐阜記念(GⅢ)		
23日			
24日			
25日			
26日	京都向日町記念(GⅢ)		小倉(FI)
27日			いわき平(FI)
28日			ナイター
29日			
30日	小田原(FI)		

早朝前売 7:30 開門予定 10:00

さくらピア

06

問合せ ☎53・3153 FAX 53・3200

休館日 月曜日、祝日、9/17(火)、9/24(火) HP 32402

その他 手話通訳・要約筆記などあり 申込み 9/3(火)9:00から、さくらピア

さくらカフェ

図書館ってこんなこともできるの?

お茶を飲みながら、図書館の活用法を学びます。

と き 10/9(水)10:30~12:00

講 師 中央図書館職員

定 員 30人(申込順)

料 金 500円

Pick Up



パン教室

と き 10/17(木)、11/21(木)、12/19(木)(全3回) 10:00~12:30

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 荒木登喜子さん(パン教室講師)

定 員 10人(申込順) 料金 1,500円

みんなのコミュニケーション

障害に合わせた会話について実践を交えて学びます。

と き 10/8(火)、10/29(火)、11/12(火)、11/26(火)、12/10(火)、来年1/7(火)、1/21(火)(全7回) 19:00~20:30

講 師 豊橋障害者(児)団体連合協議会

定 員 20人(申込順) 料金 500円

07

少年自然の家

問合せ ☎21・2301 HP 9815

秋の味覚! 親子焼き芋体験

Pick Up

と き 11/9(土)、11/23(祝)9:30~14:00

ところ 少年自然の家、野外教育センター

対 象 5歳児~中学生と保護者(市内在住の方優先)

定 員 各10家族(抽選)

料 金 各100円

申込み 9/12(木)~9/27(金)に少年自然の家



シェアリングネイチャー体験講座

森の生物や植物などに触れて、自然の不思議や仕組みを学びます。

と き 10/26(土)10:00~16:00

対 象 18歳以上の方

講 師 日本シェアリングネイチャー協会 自然体験活動指導者

定 員 20人(申込順)

料 金 500円

申込み 9/5(木)~9/27(金)に少年自然の家



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



12/7開催の大会で
豊橋市に王座を
持って帰ろう!



愛知県市町村対抗駅伝競走大会 代表候補選手選考レース

とき:10/5(土)15:00 ところ:陸上競技場 対象:①小学5・6年生②40歳以上の方 部門:①1,000m②4,000m 申込み:9/20(金)までに住所、氏名、年齢、電話番号を市町村対抗駅伝実行委員会(豊橋市体育協会内 ☎63・3031 ☎63・3032) HP 69071

スポーツ教室

馬と上手に
コミュニケーションをとろう! //

乗馬

とき:11/2(土)、11/3(祝)(全2回)
10:00~12:00 ところ:高師緑地公園内馬場 対象:小学生以上 定員:20人(申込順) 料金:3,000円



スケート

とき:11/3(祝)、11/17(日)、11/23(祝)、11/24(日)(全4回) 8:30~10:00 ところ:アクアリーナ豊橋 対象:年長児以上 定員:220人(申込順) 料金:中学生以下2,500円、高校生以上3,000円
[共通事項]その他:陸上、ハンドボール教室も別会場で開催 申込み:9/6(金)から豊橋市体育協会(☎63・3031) HP 68943



青年講座 バドミントン

とき:10/18~11/29の金曜日(11/22(金)を除く。全6回) 19:00~20:30 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(申込順) 料金:1,200円 持ち物:ラケット、室内用シューズほか 申込み:9/3(火)から青少年センター(☎46・8925) HP 16908

SWIM

施設利用料のみでプール・トレーニング
ルームのレッスンを受けられます

プール

アクアウォーキング、アクアダグの指導を受けられます。
料金:6歳児~中学生各300円、高校生以上各600円 持ち物:水着、水泳帽

トレーニングルーム

バランスボール、ストレッチなどの指導を受けられます。
料金:中学・高校生各150円、大学生以上各400円 持ち物:室内用シューズ

[共通事項]その他:開催日程など詳細はホームページ参照 問合せ:アクアリーナ豊橋(☎31・4781) HP 68956



オリンピック・パラリンピックに関わる、市内の「ひと・もの・こと」を紹介します。



©日本郵政

鈴木亜由子選手を応援しよう!

豊橋市出身の陸上選手、鈴木亜由子さん(日本郵政グループ)が、東京で行われるマラソングランドチャンピオンシップに出場します。この大会は、東京2020オリンピックの日本代表3人のうち2人が決まる大事な大会です。亜由子さんに届くよう、豊橋から声援を送りましょう!

パブリックビューイング

とき:9/15(日)9:10(8:30開場) ところ:こども未来館「ここにこ」 問合せ:「スポーツのまち」づくり課(☎51・2367) HP 68902

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



「荒れ野」初演舞台写真 撮影:伊藤華織

穂の国とよはし芸術劇場PLATプロデュース 荒れ野

とき:12/13(金)19:00、12/14(土)13:00、18:00、12/15(日)13:00 ところ:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 作・演出:桑原裕子 出演:平田満、井上加奈子ほか 入場料:全席指定。一般4,000円、24歳以下2,000円、高校生以下1,000円 チケットの販売:会員先行は9/7(土)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は9/21(土)10:00からプラットチケットセンターほか

今月の見どころ

今回の公演の見どころについて、平田満さんからコメントをいただきました。



平田 満さん

2017年に初演された「荒れ野」は、プラットが創った芝居としては、「父よ!」に次いで2作目です。

郊外の古びた団地の一室で奇妙な共同生活をする疑似家族と、火災から避難してきた友人家族との、吹きだまりのような2DKでの一夜の話です。最初は変なやりとりや、すれ違いが繰り返されますが、火事の変化するにつれ、価値観の違う人物たちの内面がざわつき始めます。ユーモラスな会話に不安や孤独、男女の在り方などが見事にちりばめられ、初演時にはハヤカワ「悲劇喜劇賞」、読売文学賞を受賞しました。見逃した方も2度目の方も、ぜひどうぞ!

新日本フィルハーモニー交響楽団 ニューイヤーコンサート

とき:来年1/26(日)16:00 ところ:ライフポートとよはし 曲目:ヴァイオリン協奏曲ホ短調(メンデルスゾーン)、美しく青きドナウ(ヨハン・シュトラウス2世)、皇帝円舞曲op.437(ヨハン・シュトラウス2世)ほか 出演:三ツ橋敬子(指揮)、正戸里佳(ヴァイオリン)ほか 入場料:全席指定。S席4,500円、A席3,000円、S席24歳以下2,200円、A席24歳以下1,500円 チケットの販売:会員先行は9/14(土)10:00からプラットチケットセンター(☎39・3090)、一般は9/28(土)10:00からプラットチケットセンターほか



コンサートホールを特別料金で利用できます

とき:12/10(火)、12/21(土)10:00~12:00、13:00~15:00、15:30~17:30、18:00~20:00 ところ:ライフポートとよはし 料金:各3,000円 その他:ピアノの利用可 申込み:9/15(日)からライフポートとよはし(☎33・2111)

穂の国2020特別演奏会 カルミナ・ブラーナ合唱の出演者を募集します

300人の合唱団とフルオーケストラでコンサートを行います。

とき:来年5/31(日)14:00~16:00 ところ:アイプラザ豊橋 対象:①小学4年~中学生②高校生以上で、合唱経験のある方 講師:吉村純さん(東京二期会)ほか 定員:①②合わせて50人程度(申込順) 料金:①4,800円②6,800円 申込み:11/15(金)までに申込書を豊橋合唱協会事務局 吉村(☎61・0833)※申込書はホームページで配布 問合せ:豊橋合唱協会事務局長 小柳(☎090・2680・6695)、「文化のまち」づくり課(☎51・2873) ☎6683

照明ワークショップ 光の触り方研究室(中級編)

絵や曲を使って、舞台照明のデザインの考え方を学びます。

とき:10/22(祝)13:00~16:00 ところ:穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 対象:高校生以上 講師:木藤歩さん(照明家) 定員:16人(申込順) 料金:一般1,000円、高校生500円 申込み:随時、申込書を穂の国とよはし芸術劇場(☎39・8810)※申込書は穂の国とよはし芸術劇場、市民文化会館、「文化のまち」づくり課ほかで配布。プラットホームページからも申し込み可



学習教室ステップ

大学生講師が勉強を教えます。

とき [土曜日]カリオンビル[第1・3
土曜日]豊校区市民館[第2・4
土曜日]アイプラザ豊橋、視聴覚
教育センター。時間は13:30～
16:30※視聴覚教育センターは
13:00～16:00

対象 市内在住で、生活に困窮してい
る世帯・ひとり親家庭などの中
学生～高校生※カリオンビル
は小学4～6年生も可

申込み 随時、生活福祉課(☎51・2313)、
こども家庭課(☎51・3161)

HP 55224



秋の汐川干潟自然観察会

干潟で見られる生き物を観察します。

とき 9/28(土)10:00～12:00(雨天
中止)

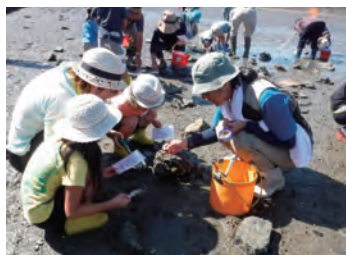
対象 どなたでも(中学生以下は保護
者同伴)

定員 50人(申込順)

申込み 9/1(日)～9/19(木)に代表者の
郵便番号・住所・氏名・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 FAX0531・23・
1832 ㊟kankyo@city.tahara.
aichi.jp)

問合せ 田原市環境政策課、環境保全課
(☎51・2386)

HP 20255



アカウミガメの来る 浜浜海岸の自然観察会(秋)

植生観察や、アカウミガメのふ化後の
産卵巣調査を行います。

とき 10/5(土)9:00～10:30(雨天
中止)

対象 小学生以上(中学生以下は保
護者同伴)

定員 50人(申込順)

申込み 9/1(日)～9/20(金)に代表者の郵
便番号・住所・氏名・電話番号、
参加者全員の氏名(ふりがな)・年
齢を環境保全課(☎51・2386
FAX56・5577 ㊟kankyohozen@
city.toyohashi.lg.jp)

HP 5525



ええじゃないか豊橋まちなかマルシェ 秋の南信州フェア

南信州の野菜や果物、郷土料理を販売
します。

とき 9/22(日)10:00～16:00

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 68930

動物の愛護と 適正な飼い方について学ぼう！

保護した犬・猫を譲り受ける登録や犬・
猫との触れ合いを行います。

とき 9/23(祝)9:00～12:00

ところ 保健所・保健センター

問合せ 生活衛生課(☎39・9127)

HP 51264



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……P22 ●その他……P28
●支援……P26 ●相談……P29
●募集……P26

催し・講座

市長と女性の懇談会

「受動喫煙のない社会を」をテーマに、
市長を交えて話し合います。

とき 11/27(水)13:30～15:30

ところ 穂の国とよはし芸術劇場「プ
ラット」

対象 市内在住で18歳以上の女性

定員 2人(抽選。初回優先)

その他 豊橋女性団体連絡会会員も参加

申込み 9/24(火)(必着)までに郵送、ファッ
クスまたはEメールで住所、氏
名、年齢、電話番号、テーマについ
ての意見を広報広聴課(〒440-
8501住所不要 ☎51・2166 FAX
56・5711 ㊟kohokocho@city.
toyohashi.lg.jp)

HP 17535

保育士のおしごとサポートセミナー

最近の保育の仕事について、講義と実
習で学びます。

とき 10/4(金)9:45～14:00

ところ こども未来館「ここにこ」

対象 保育士の資格を持つ方

講師 こじかこども園園長ほか

定員 10人(申込順)

申込み 9/13(金)までに申込書を保育課
(☎51・2365)※申込書は保
育課、ホームページで配布

HP 37928

お抹茶の愉しみ方講座

茶道の作法を基礎から学びます。

とき 9/28(土)、10/12(土) (全2回)
10:00～12:00

ところ 三の丸会館

講師 亀山宗法さん(茶道宗偏吉田流)ほか

定員 15人(申込順)

料金 1,000円

申込み 9/1(日)～9/25(木)に三の丸会館
(☎56・6022)

HP 37913



あなたの声でボランティア！ 音訳入門講座

文字を音声にする音訳技術を講義と実技で学びます。

とき 10/4～12/6の金曜日(全10回)13:30～15:30

ところ あいトピア

講師 音訳グループ「ぴっち」ほか

定員 20人(申込順)

料金 1,000円

申込み 9/1(日)～9/26(木)に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

点訳ボランティア養成講座

視覚障害者への情報伝達の方法と点字を学びます。

とき 9/22～来年1/12の日曜日
(12/29(日)を除く。全16回)
19:00～20:30

ところ あいトピア

講師 点工房

定員 15人(申込順)

料金 2,000円

申込み 9/1(日)～9/16(祝)に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

女性の再就職支援セミナー

自己分析や応募書類の作成方法、面接対策などを行います。

とき 10/25(金)、10/28(月)、11/15(金)
10:00～12:00、11/22(金)
13:00～15:00(全4回)

ところ 男女共同参画センター「パルモ」

講師 笹村瞳さん(㈱NEXT統括部長)ほか

定員 20人(抽選)

その他 最終日は企業の人事担当者との意見交換会あり。6か月～6歳児の託児あり(予約制)

申込み 10/21(月)までに㈱ネクスト・ワン(☎053・478・0955)※ホームページからも申し込み可

問合せ 市民協働推進課(☎51・2188)

HP 68947

全国凧揚げ大会 in 豊橋

全国の凧愛好家による創作凧・デザイン凧のコンテストです。

とき 9/28(土)、9/29(日)10:00(雨天中止)

ところ 総合スポーツ公園

その他 小学生以下に小凧の無料配布あり

問合せ 豊橋凧保存会 山田(☎090・9172・6023)、「文化のまち」づくり課(☎51・2873)

HP 60885

ええじゃないか豊橋まつりに向けた 草花の植え付け

とき 10/12(土)10:00～12:00(雨天順延10/13(日))

ところ 豊橋駅東口ペDESTリアンデッキ

定員 30人(抽選)

その他 草花のプレゼントなどあり

申込み 9/20(金)(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・年齢・電話番号を公園緑地課(〒440-8501 住所不要 ☎51・2654 ☎56・1230)

HP 68712

豊橋市国際交流協会 設立30周年記念式典

ボサノヴァのライブなどを行います。

とき 11/10(日)13:30～16:30

ところ 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」

出演 ミカ・ダ・シルヴァ(歌手)

定員 400人(申込順)

その他 参加者に記念品あり

申込み 9/5(木)10:00から豊橋市国際交流協会ホームページで必要事項を入力※1申し込み5人まで

問合せ 豊橋市国際交流協会(☎55・3671)

地域未来塾ステップ

大学生講師と学習指導員が勉強を教えます。

とき 第2・4日曜日13:30～16:30

ところ 青少年センター

対象 市内在住で塾などに通っていない中学・高校生

申込み 随時、生涯学習課(☎51・2851)

HP 50439

独身農業男子と素敵な出会いを！

■ビール電車

とき 9/21(土)16:00～20:00

ところ 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」ほか

対象 独身女性

定員 14人(申込順)

料金 2,000円

申込み 9/13(金)までに農業委員会(☎51・2950)

■ホテルディナー

とき 11/9(土)16:00～19:00

ところ ホテルアソシア豊橋

対象 35歳以下の独身女性

定員 20人(申込順)

料金 3,000円

申込み 10/31(木)までにJA豊橋高豊支店(☎21・2111)

[共通事項]

HP 10136

市民大学トラム

■みんな初心者！やさしいヨガで
気持ちよくリフレッシュ

とき 10/5～10/26の土曜日(全4回)10:00～11:00

料金 1,500円

申込み 9/20(金)までに東部地区市民館(☎63・3810)

■野菜ソムリエによる講義と実習
豊橋野菜&果実をいかす料理百科

とき 10/5(土)、10/19(土)、11/9(土)、11/30(土)、12/14(土)(全5回)10:00～12:00

ところ 前芝校区市民館

料金 6,500円

申込み 9/20(金)までにアイプラザ豊橋(☎48・3007)

■ピラティスで姿勢美人！

とき 10/8(火)、10/22(祝)、11/5(火)、11/19(火)、12/3(火)(全5回)10:00～12:00

料金 1,500円

申込み 9/20(金)までに東部地区市民館飯村分館(☎64・5261)

■心と身体に優しいヨガ

とき 10/23～12/4の水曜日(全7回)10:00～11:30

料金 1,500円

申込み 9/25(水)までに豊城地区市民館(☎53・3304)

[共通事項]

ところ 明記していないものは各申込先
HP 23387

おやこの広場
プチっとコースター

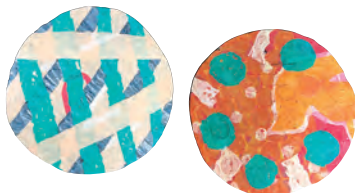
レジ袋をアイロンで溶かして、コースターを作ります。

とき 9/22(日)14:00～15:00

ところ 交通児童館

対象 18歳未満の方

問合せ 交通児童館(☎61・5818)



日本語ボランティア養成講座

会話を通した外国人への日本語指導法を学びます。

とき 9/22～10/27の日曜日、11/3(祝)(全7回)10:30～12:00

ところ 豊橋市国際交流協会

講師 とよた日本語学習支援システム・プログラムコーディネーターほか

定員 30人(抽選)

料金 一般5,000円、会員3,000円

申込み 9/17(火)(必着)までに返信先明記の往復はがきで講座名、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を豊橋市国際交流協会(〒440-0888駅前大通二丁目33-1開発ビル3階☎55・3671)

ひとり親家庭等生活支援講習会

■ひとり親と仕事

とき 9/16(祝)13:30～15:00

■ライフプランと教育費

とき 10/13(日)13:30～15:00

■子どもと楽しく生きるには

とき 11/3(祝)10:00～11:30

[共通事項]

ところ こども未来館「ここにこ」

対象 ひとり親家庭の親、離婚を考えている方

講師 NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ

定員 各30人(申込順)

その他 6か月児以上の託児あり(予約制。1人各100円必要)

申込み 随時、こども家庭課(☎51・2320)

HP 31542

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 10/25～11/15の金曜日(全4回)13:30～15:30

ところ あいトピア

定員 40人(申込順)

申込み 9/1(日)～10/18(金)に豊橋市成年後見支援センター(☎57・6800)

HP 6521

催し・講座

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、記念コンサートを行います。

とき 9/28(土)14:00

ところ 市民文化会館

定員 300人(先着順)※9/1(日)から市民文化会館、穂の国とよはし芸術劇場、ライブポートとよはし、9/2(月)から「文化のまち」づくり課で配布する整理券が必要

その他 9/28(土)～11/30(土)に市内各所で各種団体による行事あり

問合せ (公財)豊橋文化振興財団(☎39・5211)、「文化のまち」づくり課(☎51・2874)

HP 69290

クラストコ版 親子体験会

■紅茶作り体験

とき 9/15(日)10:00～17:00

ところ ごとう製茶

対象 5歳児以上と保護者

定員 16人(申込順)

料金 1,500円

■豊橋筆作り体験

とき 10/6(日)10:00～12:00

ところ こども未来館「ここにこ」

対象 小・中学生と保護者

定員 20人(申込順)

料金 1,000円

[共通事項]

申込み 各前日までにEメールで講座名、代表者の住所・氏名・電話番号、参加者全員の氏名・年齢を広報広聴課(☎51・2164 ☐kohokocho@city.toyohashi.lg.jp)

HP 69299



葦毛湿原再生フォーラム 自然再生・植生回復はどのように行うべきか？

とき 9/28(土)13:30～16:30
ところ カリオンビル
講師 高田雅之さん(法政大学人間環境学部教授)
定員 99人(先着順)
問合せ 文化財センター(☎56・6060)



豊橋張り子最後のお面工人 豊田三良さんの元型でお面づくり

とき 10/6～10/27の日曜日(全4回)13:00～15:30
ところ 民俗資料収蔵室
対象 小学4年生以上(小学生は保護者同伴)
講師 豊橋竹とんぼ会
定員 25人(申込順)
料金 800円
申込み 9/4(水)～9/23(例)9:00～17:00に参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を豊橋竹とんぼ会兵藤(☎080・5294・1818)
問合せ 美術博物館(☎51・2882)

衛星データで拓く スーパーシティの未来

「衛星データを利用した街づくり」をテーマに講演します。
とき 10/8(火)15:00～17:00
ところ 市役所講堂
講師 神谷岳志さん(JAXA・J-SPARCプロデューサー)ほか
定員 150人(申込順)
申込み 10/4(金)までに代表者の氏名・電話番号、参加人数を(株)サイエンス・クリエイト(☎science@tsc.co.jp)
問合せ 産業政策課(☎51・2436)
HP 69295

知ったク!豊橋ゼミナール

■船に乗って港を海から見学!

三河湾、その産業と防災
とき 10/2(水)10:00～11:00、13:00～14:00(雨天順延10/9(水)、10/11(金)、10/16(水)、10/23(水)10:00～11:00(全3回)
ところ 三河港、牟呂地区市民館

申込み 9/20(金)までに牟呂地区市民館(☎32・4615)

■豊川用水通水50年の歴史 偉業の全様とその恩恵に迫る

とき 10/3(木)、10/17(木)、10/31(木)(全3回)10:00～11:30
ところ 五並地区市民館

申込み 9/20(金)までに五並地区市民館(☎21・2729)

■羽田八幡宮・図書館・紅葉の 浄慈院の見学と歴史を学ぶ

とき 11/13(水)13:30～15:00、11/20(水)、11/27(水)10:00～12:00(全3回)
ところ 羽田八幡宮、中央図書館、浄慈院

申込み 9/29(日)までに羽根井地区市民館(☎32・5050)

[共通事項]
HP 23387

みなとふれあい体験イベント セキスイハイム工業(株)工場見学会

家のユニット組立工場の見学や、地震体験などを行います。

とき 10/14(例)10:00、13:00(各90分)

対象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

定員 各30人(申込順)

その他 集合・解散はカモメリア※バス使用

申込み 10/1(火)までに希望時間、代表者の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号、参加者全員(1グループ6人まで)の氏名・年齢を、みなと振興課(☎34・3710 ☎minato@city.toyohashi.lg.jp)
HP 59894

小・中学生と親のための 家庭教育セミナー

■親子で自然観察を楽しもう!

とき 10/5(土)9:00～12:00
ところ 石巻山
申込み 9/25(水)までに東陵地区市民館(☎64・8088)

■クレーピーだったら、お父さんより上手に描けるぞ!

とき 10/6(日)10:00～12:00
ところ 杉山地区市民館
料金 70円
申込み 9/21(土)までに杉山地区市民館(☎23・2216)

[共通事項]

対象 小学生と保護者
HP 23387

子育てお悩み解決塾V

■臨床心理士から学ぶ

子育てで本当に大切なこと

とき 10/26(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(700円必要)
申込み 10/18(金)までにアイプラザ豊橋(☎48・3007)
HP 23387

敬老の日特別プログラム 皮 de ケース

とき 9/16(例)10:00～12:00(9:00から受け付け)
ところ 交通児童館
対象 18歳未満の方(小学2年生以下は保護者同伴)
定員 17人(先着順)
料金 100円
問合せ 交通児童館(☎61・5818)



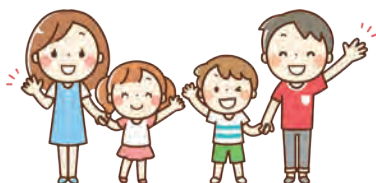
ALS(筋萎縮性側索硬化症) 患者・家族のつどい

視線入力装置などを使ったコミュニケーション方法を学びます。

- とき** 10/4(金)13:30～16:00
ところ 保健所・保健センター
講師 武居真さん(整友会デイリハビリセンター長)
申込み 10/3(木)までに健康増進課(☎39・9140)
HP 6770

令和元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市民税非課税かつ母子父子世帯③兄弟姉妹で児童クラブを利用している世帯
申請 9/17(火)～9/30(月)に直接、申請書を、こども家庭課※申請書は、こども家庭課、各民営児童クラブで配布
問合せ 各民営児童クラブ、こども家庭課(☎51・2856)
HP 68872



募集

詳細は募集要綱などをご覧ください。

総合老人ホーム臨時職員

- 事前に登録し、介護・養護職員が病気休暇や産前・産後休暇など長期休暇を取得した場合に、必要に応じて条件に合う方を採用します。
申込み 随時、直接、顔写真貼付の履歴書を総合老人ホーム(☎61・2013)
HP 53941

布ぞうりを作ろう

- とき** ①9/12(木)、9/13(金)②9/19(木)、9/20(金)(各全2回)12:00～15:00
ところ 石巻高齢者活動センター
講師 シルバー人材センター
定員 各10人(申込順)
料金 各800円
申込み 9/9(月)までにシルバー人材センター(☎48・3301)
HP 6423



支援

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10,000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

あゆみの会 神経系難病患者・家族のつどい

- 音楽のリズムに合わせて体を動かします。
とき 9/20(金)10:00～11:30
ところ 保健所・保健センター
対象 パーキンソン病や脊髄小脳変性症などの神経系難病の方と家族
申込み 9/19(木)までに健康増進課(☎39・9140)
HP 6770

催し・講座

認知症カフェ体験会

- 認知症の相談やゲームなどを通じて認知症カフェを体験します。
とき 9/25(水)10:00～11:00、13:30～14:30、9/26(木)10:00～11:00、13:30～14:30
ところ 市役所市民ギャラリー
問合せ 長寿介護課(☎51・2338)
HP 60216

認知症家族介護者交流会

- とき** ①10/5(土)13:30～16:00
 ②10/8(火)、11/12(火)13:30～15:30③10/9(水)、11/13(水)10:00～12:00④10/11(金)、11/14(木)10:00～12:00
ところ ①豊橋商工会議所②あいトピア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 ①500円
申込み ①は(公社)認知症の人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

認知症座談会

- 介護の悩みなどを話し合い、専門医からアドバイスを受けます。
とき 10/9(水)13:00～15:30
ところ アイプラザ豊橋
対象 認知症の方の介護者で初参加の方
講師 伊苅弘之さん(福祉村病院副院長)
定員 10人(申込順)
申込み 10/2(水)までに住所、氏名、電話番号を南部地域包括支援センター(☎25・7100)
HP 24204

一箱古本市 in 豊橋 まちなか歩行者天国の出店者

古本などを、みかん箱サイズの箱に入れて販売します。

とき 10/27(日)11:00～16:00

定員 20組程度(申込順)

出店料 無料

申込み 10/4(金)までに申込書を、まちなか図書館開館準備室(☎21・8181 ㊟31・4254)※申込書は穂の国とよはし芸術劇場、市役所じょうほうひろば、中央図書館ほかで配布。ホームページからも申し込み可

HP 69291



八町小学校イマージョン教育コース 入学・入級者

対象 令和2年度に市内在住の小学生

定員 各学年20人(抽選)

その他 募集要綱などは学校教育課、ホームページで配布

申込み 9/25(水)～10/15(火)に直接、申込書を学校教育課(☎51・2826)

HP 69285

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・嵩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①1年以上通学する②保護者の責任のもとで登下校できる③学校の教育方針に賛同できる

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、10/31(木)までに学校教育課(☎51・2817)

HP 8963

市営住宅の入居者(9月分)

入居日 11/1(金)

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 9/2(月)～9/10(火)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9/2(月)から豊橋市営住宅管理センター、住宅課で配布

HP 14208

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 最優秀賞などに賞状あり

申請 10/31(木)までに申請書を、こども未来政策課(☎51・2325)※申請書はホームページで配布

HP 44980

市立看護専門学校 令和2年度入学生

①看護第1科

試験 来年2/5(水)に学科、2/6(木)に面接

②看護第2科

試験 来年1/29(水)に学科、1/30(木)に面接

【共通事項】

定員 各40人

受験料 各10,000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1/6(月)～1/22(水)、②は1/6(月)～1/15(水)(各必着)に必要な書類を看護専門学校(☎33・7891)

HP 8841

令和2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
[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 募集要綱などは人事課、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 9/26(木)(必着)までに必要書類を人事課(〒440-8501住所不要☎51・2041)

HP 8399

美術博物館展示室利用者

対象 来年4～9月に絵画、写真、書などの作品発表を希望する方

その他 10/27(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(火)～10/11(金)に申込書を美術博物館(☎51・2882)※申込書は9/15(日)から美術博物館、美術博物館ホームページで配布

豊橋市民お月見会 川柳・俳句・短歌

月をテーマにした川柳・俳句・短歌を募集します。

対象 小学生以上

その他 9/13(金)17:00～20:00に三の丸会館で開催の豊橋市民お月見会でも投稿可

申込み 9/19(木)(必着)までに所定の投稿票で三の丸会館設置の投稿箱に投稿、または、はがきで三の丸会館(〒440-0801今橋町3-1☎56・6022)※投稿票は三の丸会館、穂の国とよはし芸術劇場ほかで配布

HP 37913

動物慰霊祭

- とき** 9/23(祝)14:00～14:30(13:30から受け付け)
- ところ** 保健所・保健センター
- 対象** 市内在住の方
- その他** 写真供養も実施。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

市営墓地使用者は墓地の適正管理をお願いします

納骨、改葬、使用者の死亡による承継などをする場合は、手続きが必要です。申請・届出方法など詳細はホームページをご覧ください。また、清掃・草取りなどの維持管理は各自で行いましょう。

問合せ 福祉政策課(☎51・2369)

HP 10533

国民健康保険税 第3期分の納期限は9月30日(月)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、クレジットカードでも納付できます。

問合せ 納税課(☎51・2235)

HP 5742

差押財産の公売を行います

市税などの滞納により差し押さえをした不動産(伝馬町、西赤沢町)を公売します。

とき 9/24(火)11:00

ところ 職員会館

その他 市税の完納などにより公売が中止になる場合あり。10/1(火)までに代金納付が必要。公売手続きなど詳細はホームページ参照

申込み 9/13(金)までに身分証明書、印鑑、公売保証金を納税課(☎51・2255)

HP 10624

伐採や森林所有には届出が必要です

立木の伐採、相続などで森林を新たに所有する際は、届出が必要な場合がありますので、お問い合わせください。

問合せ 農業支援課(☎51・2475)

HP 44673

野生イノシシの目撃情報をお寄せください

豚コレラの拡大防止のため、野生イノシシの生息場所についての情報を収集しています。イノシシを見つけた日時や場所、頭数などをホームページからご入力ください。

問合せ 環境保全課(☎51・2385)

HP 68713

公共下水道事業計画変更案の縦覧

とき 9/2(月)～9/17(火)

ところ 下水道整備課

その他 市内在住の方、利害関係者は、期間中に市長宛てに意見書を提出可

問合せ 下水道整備課(☎51・2781)

HP 53612

認知症を自分のこととして考えてみましょう

認知症の方の想いや生活、地域の支え合い活動などを知り、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 9/4(水)～9/29(日)

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 9/24(火)～9/27(金)

ところ 市役所市民ギャラリー

■認知症に関連するパネル展示

とき 9/28(土)10:00～16:00

ところ こども未来館「ここにこ」

[共通事項]

問合せ 長寿介護課(☎51・2338)

HP 60216

その他

二川宿本陣まつり 大名行列お姫様役が決まりました

二川宿本陣まつり 大名行列のお姫様役は、雅姫役に山下晶帆さん、琴姫役に繁原那奈さんが選ばれました。2人は11月3日(祝)の大名行列や、来年2月のひなまつりなどの行事に参加予定です。

問合せ 二川宿本陣資料館(☎41・8580)



令和元年度郷土文芸作品の選考者が決まりました

■現代詩特選
中村イサトさん、村田七菜さん

■短歌特選
白石伊津子さん、杉浦和子さん、古市セツ子さん

■俳句特選
伊藤鏡子さん、伊藤千代子さん、小田紀美子さん

■川柳特選
安形向楽々さん、小林米子さん、戸鹿島節子さん、堀田勝男さん

[共通事項]

その他 10/1(火)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200円で販売

問合せ 「文化のまち」づくり課(☎51・2874)

HP 51505



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・建築相談	9/4～9/25の水曜日13:30～16:00	建築指導課	建築指導課 ☎51・2588 
	弁護士による法律相談	9/26(木)13:00～16:00	牟呂地域福祉センター	豊橋市社会福祉協議会 ☎54・0294 
		9/26(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 
		10/11(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 
		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
	相続と登記・法律面接相談	10/2(金)10:00～16:00	市役所東81会議室	愛知県司法書士会東三河総合相談センター ☎54・5665 
	宅地建物取引士による不動産相談	10/7(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	10/11(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 行政相談	月～金曜日9:00～16:30 第1～4木曜日13:00～15:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2300  安全生活課 ☎51・2304 
健康	歯科医師による歯科健康相談	9/12(木)9:00～11:00	保健所・保健センター	健康増進課 ☎39・9143 
	生活習慣病予防の栄養相談	9/12(木)、9/26(木)9:00～16:00		健康増進課 ☎39・9140 
	こころの健康相談	10/3(木)、10/17(木)13:00～16:00		健康増進課 ☎39・9145 
	禁煙相談	10/4(金)、10/17(木)9:30～11:00		健康増進課 ☎39・9140
	精神科医による精神保健福祉相談	10/9(水)13:30～15:30		健康増進課 ☎39・9145 
子ども	小・中学生教育相談	月～土曜日9:00～19:00	教育会館	教育会館相談室 ☎33・2115 
	虐待・子育て・若者の自立相談	月～金曜日(祝日を除く)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 
女性	再就職に向けた相談	9/11(水)、10/9(水)9:30、10:30、11:30	男女共同参画センター「パルモ」	(株)ネクスト・ワン ☎053・478・0955 
	悩みごと面接相談	9/13(金)、9/27(金)13:30～15:40		男女共同参画センター ☎33・2822 
	弁護士による法律相談	9/20(金)13:30～15:30		
	悩みごと電話相談	月～土曜日(第3火曜日、祝日を除く)9:00～15:00	—	女性相談室 ☎33・3098
	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
安全・安心	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	東三河消費生活総合センター ☎51・2305 
		土・日曜日9:00～16:00	愛知県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 
	警察安全相談	月～金曜日9:00～17:00	—	警察本部相談コーナー プッシュホン ☎#9110
	DV電話相談	月～土曜日(第3火曜日、祝日を除く)9:00～15:00	—	DV相談室 ☎33・9980
	DV面接相談	火・木曜日9:30～15:30	—	DV相談室 ☎33・9980 
その他	中小事業者向け金融相談	9/10(火)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	9/17(火)13:30～15:30	農業委員会室	農業委員会 ☎51・2950
	男性のための悩みごと面接相談	10/6(日)13:30、14:30、15:30	カリオンビル	市民協働推進課 ☎51・2188 
	結婚相談	10/13(日)13:30～16:30	穂の国とよはし芸術劇場「プラット」	こども未来政策課 ☎51・2325 
	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 
	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

パパママ

主に未就学児のパパ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



楽しく英語に触れてみよう!



定員
各15組
(申込順)

Let's English

英語の歌を歌ったり、ゲームをしたりします。

とき: 10/16(水)、12/11(水) 10:00~11:30 ところ: 三宝こども園 対象: 2歳以上の未就園児と保護者 講師: Tomoeさん(英会話講師) 申込み: 9/2(月)~9/10(火) 9:30~16:00に三宝こども園(☎55・1990) 問合せ: こども未来政策課(☎51・2325) HP 69283

ミナクル de リズムあそび

わらべ歌を歌ったり、リズム遊びをしたりして、身体を動かします。

とき: 10/2(水)、10/16(水)、10/30(水)(全3回) 10:30~11:30(10:15から受け付け) ところ: 大清水まなび交流館「ミナクル」 対象: 未就学児と保護者 講師: NPOまなま 定員: 15組(抽選) 申込み: 9/15(日)17:00までに大清水まなび交流館(☎39・5900)

パパママ子育て講座 ポッキー先生とパワフル運動会!

遊具を使って、基礎体力づくりをします。
とき: 10/27(日)10:00~11:30 ところ: 浜道地区体育館 対象: 3歳以上の未就学児と保護者 講師: ポッキー先生(幼児・児童体育指導員) 定員: 80組(抽選) 料金: 100円 申込み: 9/17(火)までにホームページで必要事項を入力 問合せ: こども未来政策課(☎51・2325) HP 50528

なかよし広場

手遊びや体操などを楽しめます。
とき: 9/19(木)、10/17(木)10:00、11:00 ところ: 交通児童館 対象: 3歳児以下と保護者 問合せ: 交通児童館(☎61・5818)

カミカミ教室

歯磨きの話、離乳食の試食、育児相談などを行います。

とき: 10/10(木)、10/23(水)、11/14(木)、11/27(水)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: 各15組(申込順) 料金: 各300円 申込先: こども保健課(☎39・9160) HP 45213

モグモグ教室

離乳食作りを見学し、試食などを行います。

とき: 10/11(金)、10/24(木)、11/8(金)、11/28(木)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 定員: 各20組(申込順) 料金: 各100円 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) HP 45212

幼児ふれあい教室

産後の体をヨガでリセットしよう

とき: 10/1(火)、10/8(火)、10/15(火)、10/29(火)(全4回) ところ: 保健所・保健センター 対象: 3~11か月児と保護者 親子リトミック
とき: 10/10~10/31の木曜日(全4回) ところ: 北部地区市民館 対象: 2歳児と保護者 助産師が伝える赤ちゃん育て
とき: 10/23~11/13の水曜日(全4回) ところ: 大清水まなび交流館「ミナクル」 対象: 6か月児未満と保護者 料金: 500円

[共通事項] 申込み: 9/17(火)までにホームページで必要事項を入力 問合せ: こども未来政策課(☎51・2325) HP 23513



こども未来館 子育て講座

申込み: 各申込期限までに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)

離乳食講座 中期

とき: 10/7(月) 対象: 7~10か月児と保護者 講師: 中尾友紀さん(管理栄養士) 料金: 300円 申込期限: 9/15(日)

親子ふれあい体操

とき: 10/25(金) 対象: 1・2歳児と保護者 講師: 星野泰子さん(健康づくりリーダー) 申込期限: 9/30(月)

ハットおさんの楽しい手品

新聞紙などを使った手品を楽しめます。

とき:10/6(日)11:00~12:00 ところ:こども未来館「ここにこ」 対象:年少児以下と保護者 問合せ:こども未来館(☎21・5528)

移動式のおむつ交換台をご利用ください

中央図書館では、新たに移動式のおむつ交換台を利用できるようになりました。

問合せ:中央図書館(☎31・3131)

子育てMEETING 気軽にフリートーク

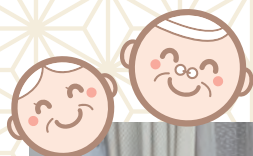
参加者同士で交流し、子育てに関する日頃の悩みを分かち合います。

とき:①10/23(水)②10/29(火)③11/1(金)④11/12(火)10:00~12:00 ところ:①つつじが丘地域福祉センター②あいトピア③牟呂地域福祉センター④保健所・保健センター 対象:未就学児の保護者 講師:清水里子さん(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:10/11(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

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(火)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4日(金)以降、対象の子どもの保護者宛てに、健康診断の通知を送付します。10月11日(金)を過ぎても届かない方は、お問い合わせください。健診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・2835) HP 9021



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

100歳以上の方へ祝金3万円をお届けします。

とき:9/15(日)~9/21(土) 対象:大正8年以前に生まれた方 問合せ:長寿介護課(☎51・2330) HP 52196

子育て 今どきの育児

昔と今の子育ての違いや、孫との関わり方を学びます。

とき:10/14(祝)10:30~12:00 ところ:こども未来館「ここにこ」 対象:孫のいる方 講師:伊東たづ子さん(保育士) 定員:20人(申込順) 申込み:9/1(日)から、こども未来館(☎21・5528)



受けてみりん! 65歳からのドキドキ☆体力健診

体力測定をして、健康づくりのための運動について学びます。

とき:①10/21(月)②10/29(火)③11/11(月)④11/19(火)13:00~15:30 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人程度(申込順) その他:持病のある方は主治医に確認の上参加 申込み:9/2(月)~各1週間前に長寿介護課(☎51・2339) HP 57266

シニアのための 食とお口の健康講座

口の体操を行うほか、誤嚥性肺炎や栄養不足について学びます。

とき:①10/3(木)②10/10(木)③10/15(火)④10/17(木)13:30~15:00(③は10:00~11:30) ところ:①芦原校区市民館②あいトピア③牟呂地区市民館④高豊地区市民館 対象:おおむね65歳以上の方 講師:管理栄養士ほか 定員:各50人(申込順) 申込み:各前日までに住所、氏名、電話番号を①は福祉村(☎45・5130)、②は豊橋市中央(☎54・7170)、③は真寿苑(☎39・3989)、④は彩幸(☎23・6014)の各地域包括支援センター HP 5499

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

夜間エイズ検査(無料)を行います

HIV抗体検査(5cc程度の採血あり)を行います。

とき 9/30(月)18:00~20:00 **ところ** 保健所・保健センター

その他 検査結果は採血終了から約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) HP 49945

1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ いつまでも健康

豊橋市は、糖尿病や糖尿病予備群の方が愛知県の平均より多い状況です。国の調査結果では、愛知県民の野菜摂取量は全国で男性が最下位、女性がワースト3位となっています。糖尿病などの生活習慣病は、運動・食事・喫煙といった生活習慣を見直すことで改善できます。日々の生活に10分の運動、野菜のおかずを1品増やすなど、健康的な生活習慣を実践し、健康の保持・増進を図りましょう。

問合せ 健康増進課(☎39・9140) HP 60231

健康づくりのためのスポーツ教室 らくらくフィットネス

とき 10/1(火)、10/8(火)、10/22(祝)、10/29(火)(全4回) 10:00~11:00 **ところ** 牛川地区体育館 **対象** 20歳以上の女性 **定員** 20人(申込順) **料金** 2,000円 **その他** バレトン教室も別会場で開催 **申込み** 9/6(金)10:00から豊橋市体育協会(☎63・3031) HP 68944

豊橋市民病院健康教室

CKD(慢性腎臓病)の原因や予防・治療方法について学びます。

とき 10/26(土)13:00~14:30 **講師** 山川大志(市民病院腎臓内科部長) **定員** 120人(申込順) **申込み** 10/18(金)までに住所、氏名、電話番号を市民病院予防医療センター(〒441-8570住所不要☎33・6271)※市民病院ホームページからも申し込み可

長引く咳は結核かも? 胸部エックス線検査を受けましょう

結核は、咳やくしゃみなどの空気感染でうつる感染症です。高齢者や高まん延国から来日した若者の発症が多いですが、誰でもかかる可能性があります。2週間以上続く咳や発熱、急な体重減少などの症状がある場合は、医療機関を受診しましょう。また、早期発見のためにも年1回は必ず胸部エックス線検査を受けましょう。

問合せ 健康政策課(☎39・9106) HP 50436



初心者のための健康太極拳

とき 9/14(土)、9/28(土)、10/5(土)、10/12(土)、10/26(土)(全5回) 10:30~12:00 **ところ** 石巻地区市民館 **料金** 1,500円 **申込み** 9/10(火)までに石巻地区市民館(☎88・1317) HP 23387

働き世代のための カラダ喜ぶ健康講座

骨や関節、筋肉の衰え防止について、ストレッチを交えて学びます。

とき 9/24(火)18:30~20:00 **ところ** 豊橋創造大学 **講師** 杉浦昌さん(豊橋創造大学理学療法学科教授) **定員** 60人(申込順) **申込み** 9/20(金)までに申込書を豊橋創造大学(☎050・2017・2112 chiren@sozo.ac.jp)※申込書は健康政策課、市役所じょうほうひろば、ホームページほかで配布 **問合せ** 豊橋創造大学(☎050・2017・2130)、健康政策課(☎39・9117) HP 69261

ウエルネス2019

アーチェリー、ネオホッケー、ペタンクなどを体験します。

とき 10/14(祝)9:30~15:00 **ところ** 総合体育館とその周辺 **その他** 先着200人に参加賞あり

ウエルネス・ウォーク

会場まで約10kmを歩きます。

定員 300人(申込順) **その他** 集合は8:30~9:00に豊橋駅南口駅前広場。小雨決行 **申込み** 9/1(日)~9/29(日)に豊橋市体育協会(☎63・3031)

[共通事項] **問合せ** 豊橋市体育協会 HP 68945



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。



歩行者などの安全を守りましょう

生活道路での車両交通量や速度を抑制するために、交通事故が多発する恐れのある区域を「ゾーン30」と定め、最高速度30km/hの速度規制やクラックなどの交通安全対策を施しています。道路の出入り口に標識を設置していますので、制限速度を守り、安全運転を徹底しましょう。

問合せ 安全生活課(☎51・2550)

HP 56912

イツモのモノでイノチをマモル キミが防災ヒーローだ！

耐震構造模型・防災グッズの展示や消防服の試着体験を行います。

とき：9/8(日)までの9:30～17:00 **ところ**：こども未来館「ここにこ」 **その他**：9/8(日)11:00に消防音楽隊による演奏あり **問合せ**：こども未来館(☎21・5525)

暮らしの 安全安心 ひとことメモ

屋外広告物の安全点検を行いましょう

看板などの屋外広告物は、維持管理を怠ると落下や倒壊の危険性が高まり、歩行者を巻き込む深刻な事故を引き起こす恐れがあります。基礎のひび割れ、支柱のぐらつき、鉄骨のさびなど、異常が発生しやすい箇所を重点的に点検し、異常に気付いた場合は補修を行うなど、適切な管理に努めましょう。

屋外広告物講習会

法令や、表示・施工方法について学びます。

とき：11/15(金)9:00～17:00 **ところ**：市役所東121会議室 **対象**：屋外広告物の関係者 **講師**：森真弓さん(愛知県立芸術大学准教授)ほか **定員**：40人(申込順) **料金**：4,000円 **申込み**：9/10(火)～10/31(木)に直接、申込書、料金を都市計画課※申込書は都市計画課、ホームページで配布

[共通事項] **問合せ**：都市計画課(☎51・2615) **HP** 68931

山地災害にご注意を！

近年、全国で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、斜面の亀裂、川の濁りなど山の危険信号に気付いたら、できるだけ遠くへ避難してください。愛知県東三河農林水産事務所林務課、農業支援課、ホームページで危険箇所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) **HP** 56777

その選択があなたの未来を決める 災害対応ゲーム クロスロード

ゲームを通して災害時の正しい判断力を身に付けます。

とき：10/10(木)9:30～11:30 **ところ**：穂の国とよはし芸術劇場「プラット」 **定員**：30人(申込順) **申込み**：10/3(木)までに防災危機管理課(☎51・3126) **HP** 69076

防犯ボランティア養成アカデミー

地域での防犯活動の進め方や、活動を継続するコツを学びます。

とき：10/11(金)13:30～16:00 **ところ**：市役所講堂 **講師**：加藤寛さん(東海学園大学大学院経営学研究科客員教授) **定員**：50人(申込順) **申込み**：9/25(水)までに住所、氏名、電話番号を安全生活課(☎51・2550 ☎ 56・0123 apply-anzen@city.toyohashi.lg.jp) **HP** 68950

上級救命講習

心肺蘇生法、外傷の手当の仕方、搬送法などを学びます。

とき：10/26(土)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**：9/20(金)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** 63223

輝く人

豊橋で今、輝いている人を
リレー形式で紹介します。

大学生

日高 寿海さん(20)

英語を使う五輪のボラン
ティアに参加したいです。



13年間習い続けている英語力をいかし、海外との架け橋になる企業への就職を目指している日高さん。夢の実現に向けて英語を使う資格の取得や留学を考え、日々勉強しています。

問合せ 広報広聴課(☎51・2165)

佐原市長の なるほど!

発見

問合せ 秘書課(☎51・2005)



夕陽にきらめく三河湾

「9月の夕焼けがきれい」と言ったら、「夕焼けは夏の季語だよ」と言われました。でも、やはり私は秋の始まる9月の夕陽が好きです。地球上の全てを焼き尽くすような夏の太陽の夕焼けは、どうしても好きにはなれない…と思うのです。

秋の夕焼けがきれいに見える条件を考えてみました。まず、きれいな赤色の空が見えるためには、昼の青空のように波長の短い青色の光を散乱させる細かなちりではなく、波長の長い赤色の光を散乱させる少し大きな水蒸気などが浮遊していなければならないことが分かりました。これに加えて、太陽が地平線に近づく夕暮れには、太陽から直接目に届く光も、届くまでに大気層の長い距離を通るため、ちりをすり抜けやすい赤色が届き、太陽が赤く見えるようになります。

台風や秋霖^{しゅうりん}で湿度が高く、空気中の水蒸気が多くなる秋口には、赤い太陽と水蒸気に散乱されて赤く染まった太陽の周りとは一体となり、見事な夕焼け空が見られます。さらに、巻雲が西の空にあれば、この雲にも赤い光が反射して最高の夕焼け空が生まれます。

そんな素晴らしい秋の夕焼けを見るお薦めポイントは、カメリアの展望塔です。ここからは、赤く輝く太陽、太陽から散乱して見える赤い西の空、日差しで朱に染まった赤い雲に、三河湾のさざ波に赤い光が反射し揺らめくじゅうたんのような赤い海原の4拍子そろった秋空が見られます。暑さも一服した9月は、港まで出掛け、絶景の夕焼けをのんびり眺めながら、夏の暑さに疲れた身体を休めてみてはいかがでしょうか。

シェフの味を
お手軽に!

とよはしの食卓

豊橋のホテルで活躍するシェフが、
家庭でできるレシピを紹介します。

冬瓜と鶏肉の柔らか旨煮

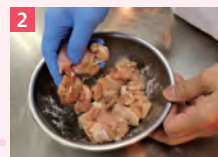


材料(4人分)

冬瓜	400g	干しエビ	15g
鶏もも肉	320g	水	500cc
青ネギ(みじん切り)	少々	塩	小さじ1/2
しょうがチューブ	3cm	料理酒	大さじ1/2
片栗粉	大さじ1	チキンコンソメ	小さじ1
こしょう	少々	塩	小さじ1/2
水溶き片栗粉 (片栗粉:水=1:1)	適量	砂糖	小さじ1/2

作り方

- ① ①を約1時間漬け置き、干しエビと漬け汁を分けておく。冬瓜は3cmの小口切りにし、塩を振ってラップをかけ、電子レンジで竹串が通るまで6~7分加熱する。
- ② 鶏肉は一口大に切り、②を加えて混ぜ、片栗粉をまぶす。
- ③ ①から取り出した干しエビとしょうがを鍋で炒め、①の漬け汁と③を加えて煮立たせる。冬瓜、鶏肉を入れて5~6分弱火で煮込み、こしょうを加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ④ 青ネギをのせて出来上がり。



今月の食材



煮汁が焦げ付かないよう、必ず弱火で煮込みましょう!

ホテルアソシア豊橋 中国料理 梨杏
料理長 木下 文夫さん

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

1(日)	昼	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
	夜	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
7(土)		木村整形外科(牧野町)	☎ 45・9925
8(日)	昼	前川外科内科(東岩田4)	☎ 62・6411
	夜	前川外科内科(東岩田4)	☎ 62・6411
14(土)		江崎病院(新川町)	☎ 55・2525
15(日)	昼	花田いしかわクリニック(花田町)	☎ 32・2166
	夜	タキカワ整形外科クリニック(八町通5)	☎ 55・5111
16(祝)	昼	中島脳神経外科(下五井町)	☎ 54・6261
	夜	塩之谷整形外科(植田町)	☎ 25・2115

21(土)		はしら整形リハビリクリニック(中橋良町)	☎ 29・8484
22(日)	昼	積善クリニック(大岩町)	☎ 65・6565
	夜	福井脳神経外科(立花町)	☎ 21・7001
23(祝)	昼	殿田橋整形外科(飯村町)	☎ 69・1601
	夜	佐藤脳神経外科(牛川通1)	☎ 69・2760
28(土)		光生会病院(吾妻町)	☎ 61・3166
29(日)	昼	クリニックいちょう(草間町)	☎ 35・7117
	夜	岡村クリニック(佐藤2)	☎ 65・4100



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(日)		原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
2(月)		中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
3(火)		パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
4(水)		マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
5(木)		今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
6(金)		秋山産婦人科(西幸町)	☎ 48・6116
7(土)		竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
8(日)		ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
9(月)		ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
10(火)		井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351
11(水)		小石マタニティクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・1212
12(木)		原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
13(金)		ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
14(土)		中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
15(日)		マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585

16(祝)		ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
17(火)		竹内産婦人科(新本町)	☎ 52・3453
18(水)		パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
19(木)		秋山産婦人科(西幸町)	☎ 48・6116
20(金)		つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・5550
21(土)		つつじが丘ウイメンズクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・5550
22(日)		今泉産婦人科医院(仲ノ町)	☎ 62・7173
23(祝)		小石マタニティクリニック(つつじが丘2)	☎ 66・1212
24(火)		ひらでかおるクリニック(牟呂町)	☎ 37・5731
25(水)		ジュンレディースクリニック豊橋(北山町)	☎ 38・0306
26(木)		マミーローズクリニック(高洲町)	☎ 32・6585
27(金)		中岡レディースクリニック(東幸町)	☎ 63・5588
28(土)		パークベルクリニック(南松山町)	☎ 56・0020
29(日)		原医院(南大清水町)	☎ 25・2752
30(月)		井嶋産婦人科医院(平川本町1)	☎ 63・1351



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)

1(日)		木下耳鼻咽喉科(飯村北1)	☎ 63・2261
8(日)		藤原耳鼻咽喉科クリニック(駅前大通1)	☎ 56・1385
15(日)		吉見耳鼻咽喉科(野依台1)	☎ 25・7688
16(祝)		こんどう耳鼻咽喉科(大清水町)	☎ 29・3433

22(日)		井澤医院(東新町)	☎ 55・8936
23(祝)		はたのクリニック(西小鷹野)	☎ 63・0033
29(日)		ながた耳鼻咽喉科(山田一番町)	☎ 38・8877



眼科

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

1(日)		きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	☎ 38・1010
8(日)		エモア眼科(駅前大通1)	☎ 54・0481
15(日)		豊橋南藤井眼科クリニック(植田町)	☎ 25・7111
16(祝)		ひまわり眼科(つつじが丘2)	☎ 63・7755

22(日)		かきはら眼科クリニック(つつじが丘2)	☎ 63・5139
23(祝)		おおいし眼科(宮下町)	☎ 64・0081
29(日)		弥生病院(弥生町)	☎ 48・2211

柔道整復師

時間 8:00~20:00



1(日)		いわた接骨院(西岩田6)	☎ 66・1631
8(日)		どんくんの接骨院(富士見台4)	☎ 75・9229
15(日)		佐々木接骨院(札木町)	☎ 39・7422
16(祝)		八町通接骨院(八町通4)	☎ 55・1277

22(日)		ここはる鍼灸接骨院(浜道町)	☎ 35・6261
23(祝)		坂田接骨院(錦町)	☎ 31・2117
29(日)		河合接骨院(前田町)	☎ 52・3434

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



広報とよはしをスマートフォンなどで閲覧できます



8月号 お詫びと訂正

9ページの「月の見え方に注目しよう」の中で、アポロ11号の月面着陸の年が「昭和49年」とあるのは、正しくは「昭和44年」でした。お詫びして訂正します。

編集後記

シニアの生き様は、若者の道しるべ

仕事人間の父。仕事以外の趣味がない父に退職後の生き方を案じる母。この図は、私の家だけではないと思います。走り続けてきた人生、ゆっくり休むのももちろん大切です。ただ、社会とのつながりを持ち続けることで、第2の人

生の広がり方も変わるものだと今回の取材で感じました。人生100年、まだまだ通過点。シニアの皆さんのみなぎる活力や、その生き様を手本に、私たちも負けてられません！ (竹田)