

このまちが、すき

とよはし

— KOHO TOYOHASHI —

2019

毎月1日発行
通巻 第1513号

12月号



特集 **冬の魅力に迫る!**

おいしい
楽しいが
いっぱい!

道の駅とよはし 徹底ガイド



私をご案内
いたします!





もくじ contents

03 豊橋いいとこ

特集

04 冬の魅力に迫る！ 道の駅とよはし徹底ガイド

08 平成から令和へ 2019年を振り返る

10 イチオシ情報

- ・三遠ネオフェニックス 市民無料招待デー
- ・ガールズパーティー in 豊橋競輪場

12 豊橋ニュース

- ・AYAトークショー 健康と美
- ・津波防災の日の防災訓練

13 のんほいパーク

- ・クリスマスがいっぱい！
- ・子 お正月までいくつ子る？

14 公共施設イベント

- ・二川宿本陣資料館 とよはしカルタ大会
- ・ここにこイルミネーション

18 スポーツ

- ・地区体育館トレーニング室リニューアル
- ・アクアリーナ豊橋 1日体験スケート教室

19 演劇・コンサート

- ・ダンス創作ワークショップ
- ・ダンス・レジデンス入門編

20 暮らし情報

25 相談

26 パパママ

- ・おひさまクリスマス会
- ・子育てお悩み解決塾

27 シニア

- ・老人クラブに加入しましょう！
- ・ストレッチで正しい姿勢を保ちましょう

28 健康

- ・健康づくりのためのスポーツ教室
- ・とよはし野菜 De ヘルシー料理教室

29 防災・安全

- ・普通救命講習
- ・飲酒運転しない・させないの徹底を！

31 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。

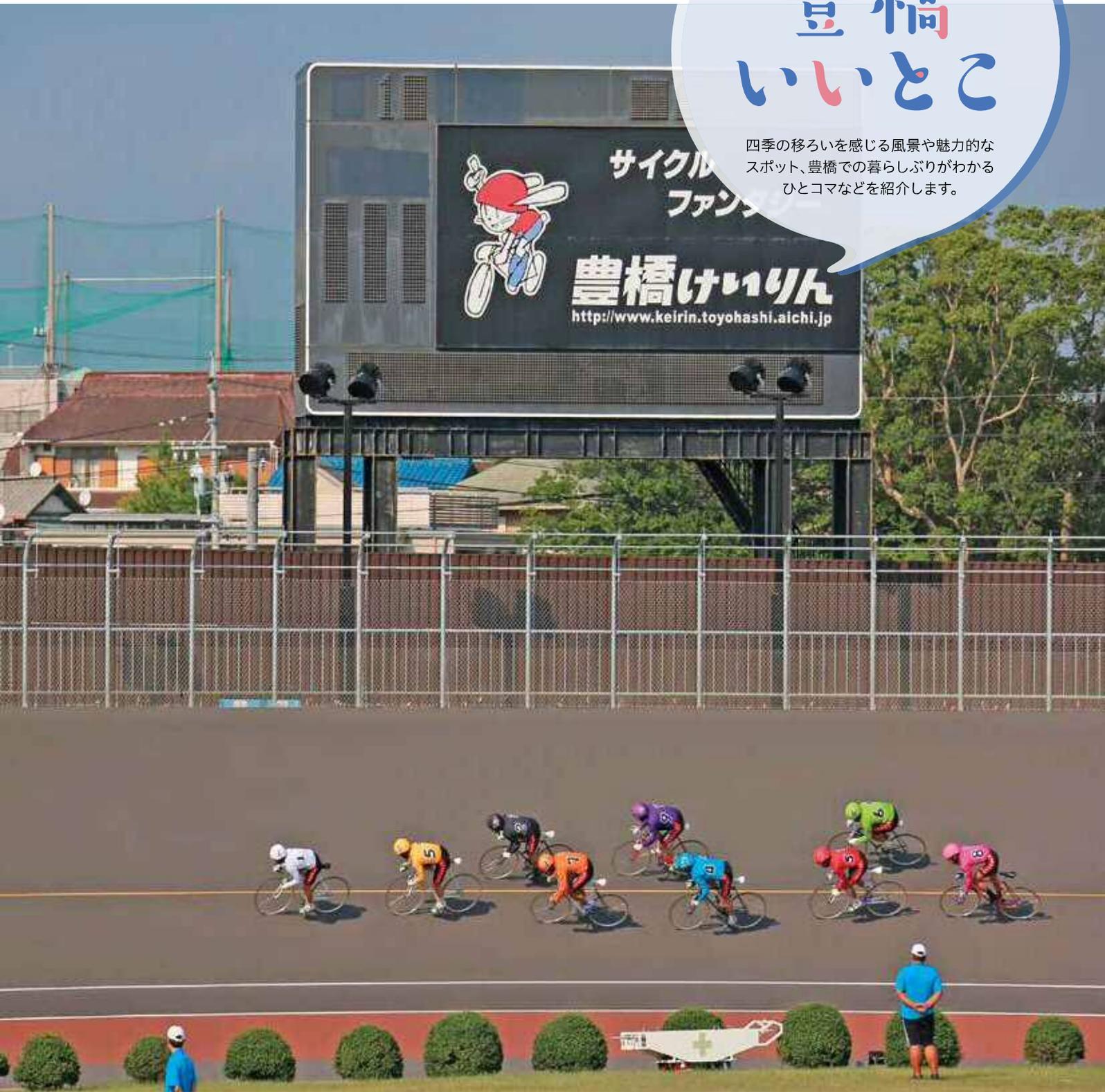


 豊橋ライフスタイル情報(インスタグラム)
本「クラストコ」と連動し、日常のヒト
コマなど市民の顔や暮らしぶりが見
える画像・動画を発信しています。



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、豊橋での暮らしぶりがわかる
ひとコマなどを紹介します。



A lot of attractions await you

豊橋競輪場

【東田町】

1周400mのバンクで、時速70kmの自転車レースが繰り広げられます。レース観戦のほか、車券の買い方などが分かるガイダンスコーナーや地元選手との交流などを楽しめます。

特集

冬の魅力に迫る!

道の駅とよはし

徹底ガイド



5月にオープンした、市内初の道の駅とよはし。10月には早くも来場者100万人を達成し、市内外から多くの方が訪れています。皆さんはもう行きましたか。今回は、おすすめのグルメや冬ならではの体験イベントなどを駅長が紹介。道の駅とよはしの冬の魅力に迫ります!

道の駅とよはし
駅長 白井 章雄

問合せ 道の駅とよはし (☎21・3500)



駅長やスタッフが畑を耕すところから開始。乾燥させたウズラ卵の殻を土に混ぜ込み、太く、大きく育てます

先月、道の駅とよはしに登場した新名物「うずらいもの壺焼き」。うずらいものは、道の駅に隣接する畑などで栽培したサツマイモで、豊橋産のウズラ卵の殻をまくことで土の通気性を良くし、順調な発育を促しています。また、収穫後に50日以上寝かせてデンプンを糖に変えるため、甘さが強くなります。さらに、これを専用の壺で約2時間じっくり焼くことで、驚くほどトロトロの食感に。土・日曜のみ、数量限定で販売しています。

新名物
うずらいもの
壺焼き 3000円程度



壺焼きは試行錯誤の連続。1か月以上に渡る試し焼きの末にトロトロの食感を実現

Delicious!
うずらいもの壺焼きが食べられるのは、道の駅とよはしだけです!





いっしょうめし
豊橋牛まぶし 1,380円

西赤沢町にある西村牧場の新ブランド「豊橋牛」を使ったメニュー。そのままの味を楽しんだ後は、お好みの薬味、とろとろとウズラ卵をかけて、だしを注いでと、4通りの食べ方で楽しめます。



いっしょうめし 豊橋牛まぶしおにぎり膳 850円



豊橋牛がたっぷり入ったおにぎりは絶品。豊橋で生まれた奇跡の米「女神のほほえみ」に、牛まぶしのタレがしっかり染み込んでいます。

手頃な価格で豊橋牛が味わえるメニューですよ。



つるあん 道の駅
肉そば 880円

本店で人気のまかない飯を商品化。最後に温かいつゆと肉をご飯(別売り)にかけると、シメの肉丼が完成!



Yummy!

シメは肉丼!



ジェラートサンタ
牧场直送
生乳ソフトクリーム 400円

細谷町のやまなつ牧场から生乳を仕入れて作った、こだわりのソフトクリーム。極太クリームで濃厚なミルクの味わいが楽しめます。

Recommended gourmets

オリーブの風
高橋養鶏さんの
たまごサラダ 302円

市内の養鶏農家の新鮮な卵で作ったゆで卵を粗めに切り、たっぷり挟んだボリューム満点のコッペパンです。

しっとりとした食感のコッペパンがおいしく、小麦の香りも楽しめます。



ヤマサちくわ
道の駅とよはし店

豊橋産のキャベツや青じそを練り物と合わせたコロッケは、ここだけの限定商品。キャベツのシャキシャキとした食感や青じその風味がクセになります。

キャベツ・青じそコロッケ
各300円(3個入り)

青じそコロッケ



キャベツコロッケ

オリーブの風
季節のフルーツサンド
250~350円程度

道の駅内のあぐりパーク食彩村で仕入れた、旬の果物を使ったサンドイッチ。この冬は章姫いちごのあったものがおすすです。





ここでしか買えない限定商品
がたくさんあります。
贈ると、きっと喜ばれますよ。



駅長の
おすすめ土産
ランキング



Recommended
items

カフェオレベース 1,382円

西高師町にある人気コーヒー店のカフェオレベースは、ミルクで割るだけで家庭でマイルドな味わいのカフェオレを楽しめます。おしゃれなデザインが女性に人気で、ちょっとしたお持たせにも最適です。

販売店舗: temiyo



スパイストマトカレー 500円

開駅に合わせ、半年かけて開発された高級レトルトカレー。5倍濃縮した豊橋産トマトの甘さと酸味の絶妙なバランスが後を引きまします。まとめ買いする人が続出の人気商品です。

販売店舗: まるっとみかわ



卵かけごはんセット 1,500円

奇跡の米「女神のほほえみ」と卵かけごはん専用の卵・しょうゆの3つのこだわり商品がセットになった、卵かけごはん好きにはたまらない逸品です。

販売店舗: temiyo

番外編

曜日限定の人気商品

金～日曜日限定



豊橋うづらチーズケーキ 250円

市内のケーキ店がウズラ卵をたっぷり使って作った、トロトロ食感のチーズケーキ。
販売店舗: まるっとみかわ

金・土曜日限定

白玉様 400～600円程度 ※季節の果物による

八雲だんごでおなじみの(株)丸八製菓と考案した特製あんみつ。冬はイチゴ入りに。
販売店舗: temiyo



百年のかけら 次郎柿チップス 540円

豊橋で100年以上続く柿農家が、特産の次郎柿を皮ごと揚げたチップス。特別な揚げ方により実現したサクサクの食感と絶妙な甘さで、手が止まりません。

販売店舗: temiyo



コショウラン 2,500～3,500円程度

市場や花屋を通さずにコショウランを購入できるのは、日本一の産地ならではの。驚くほどお値打ちで、新鮮なものが手に入ります。
販売店舗: 花マルシェ



収穫体験や日替わりのイベントなど
楽しい催しが、たくさんありますよ。



旬の農産物がいっぱい!

収穫体験

夏はトウモロコシ、秋はサツマイモと、旬の農産物を収穫する体験イベントを開催しています。地元の農家を訪問し、畑やハウスなどを見学したり、農業の苦労や喜びを学んだり、充実した体験に子どもも大人も夢中になります。



採れたては
おいしいね!

料理教室やランチ会も!

プロジェクト室

キッチンの付いたプロジェクト室では、当日でも参加できる料理教室を開催しています。また、個人・団体が貸し切れることもでき、子どもが遊べるスペースも作れるので、ママ友とのランチ会に使うのもおすすめです。



プロジェクト室の利用(半面でキッチン利用の場合)

時間 ①9:00~13:00、14:00~18:00
②9:00~18:00

料金 ①各1,020円②2,040円

申込み 利用日の5日前までに申込書を道の駅とよはし
※申込書は道の駅とよはしホームページで配布

ここだけの話が聞ける!

駅長のガイドツアー

平日には、駅長が施設を案内する無料のガイドツアー(予約制)を開催しています。開駅に至るまでの秘話やあぐりパーク食彩村の出荷者が利用するバックヤードの案内など、道の駅の表も裏も、余すところなく魅力を教えます。



イベントが目白押し!

あぐりパーク食彩村

あぐりパーク食彩村では、マグロの解体ショーや鍋・豚汁の振る舞いなど、楽しいイベントを日替わりで開催しています。毎月第1・3日曜日に行う「ふれあい販売」では、農家から野菜の見分け方や調理方法などを直接聞くこともできます。



豪快に
さばります!

冬のイベント情報

道の駅とよはし 防災イベント2019

消防音楽隊の演奏やポウサイマンZショーなどを行います。

とき 12/15(日) 10:00~13:00

問合せ 防災危機管理課
(☎51・3116)

HP 70423

農業体験イベント カラフルミニトマトの収穫体験

とき 12/14(土) 10:00~12:00

ところ 小島町のハウス

講師 伊藤充治さん(柿めぐりとまと)

定員 20人(申込順)

料金 500円

その他 ミニトマト1パックの土産あり

申込み 12/13(金)までに道の駅とよはし
(☎21・3500)

シクラメン農家が教える クリスマス寄せ植え

シクラメンの仕立て方を学び、寄せ植えを作ります。

とき 12/22(日) 10:00~11:30、
13:00~14:30

講師 中村優希さん(菜ツ花園)

定員 各20人(申込順)

料金 各3,500円

申込み 12/20(金)までに道の駅とよはし
(☎21・3500)

pick up Event

平成 から 令和へ

2019 年を振り返る

今年は、5月に元号が「平成」から「令和」に変わり、大きな節目の年となりました。豊橋でも、新しい時代を祝うイベントなどが行われました。

今回は、豊橋で生まれたこのおめでたい年にふさわしい出来事とともに一年を振り返ります。

問合せ：広報広聴課（☎ 51・2165）

START!

令和へGo!



4/27(土)

い

い勝負!日本 VS リトアニア ゴールボール親善試合

東京2020パラリンピックに向けて、市内で合宿を行っていたゴールボールのリトアニア代表と日本代表が親善試合を行い、1勝1敗と互角の勝負となりました。



2/28(木)

へ

いせい最後に舞い込んだ! 連続テレビ小説「エール」制作決定

豊橋市歌などの作曲家、古関裕而さんと豊橋市出身で妻の金子さんをモデルにしたドラマの制作が決定しました。来春の放送に向けて、豊橋でも撮影が行われました。



4/21(日)

せ

せまりくるゾウの近さに感動! ゾウビューイングシェルターが誕生

国内最大級の放飼場や、ガラス越しにゾウを間近に見られる大迫力のゾウビューイングシェルターが誕生しました。至近距離で見ると新しい発見がありますよ!



4/1(月)

い

いのちを守る最先端医療! 市民病院の手術センター棟が完成

外科手術と血管内手術を同時にできるハイブリッド手術室や、手術支援ロボット「ダヴィンチ」を常設した内視鏡手術室のある手術センター棟が完成しました。

GOAL !



10/19(土)、10/20(日)

へ

いわを願い、クイーンが舞った! ええじゃないか豊橋まつりクイーン60周年

ええじゃないか豊橋まつりを彩るクイーンが60周年を迎えました。令和の幕開けを記念してデザインされたドレスを身にまとい、華やかなダンスでまつりを盛り上げました。



5/1(祝)

か

つぷるが行列になった令和婚 令和初日に157組が婚姻届を提出

この日のために開設した特別窓口に、多くのカップルが婚姻届の提出に訪れました。フォトスポットで記念撮影を行うなど、幸せな笑顔があふれました。



9/15(日)

わ

いた豊橋!届け声援! 鈴木亜由子選手が東京五輪代表に

豊橋市出身の鈴木選手を応援するため、こども未来館で日本代表選考レースのパブリックビューイングを行いました。見事代表に内定すると大歓声があふれました。



日本郵政(株)



5/26(日)

ら

い駅をお待ちしています! 豊橋初の道の駅が完成

オープン初日から多くの人で賑わった道の駅とよはしは、10月に来駅100万人を突破。常に新しい魅力が生まれる道の駅に今後も注目です。



9/7(土)

い

いんすたぐらむで話題になった! 企画展「魔法の美術館」の来場者3万人突破

インスタグラムなどに投稿できることで話題となった、光や映像などが変化する体験型アートの企画展に3万超の方が訪れました。



6/20(木)

れ

いわに輝く子どもを育てる! 英語イマージョン教育スタート

算数などを英語で学ぶイマージョン教育が、八町小学校でスタートしました。児童は積極的に英語で発言し、楽しみながら授業を受けていました。

今号の
ココに注目!!

イチオン情報

Let's
Check!!



三遠ネオフェニックス試合観戦 豊橋市民無料招待デー

プロバスケットボールの観戦や、東三河のグルメを楽しめます。

とき 12/15(日)18:05、12/16(月)19:05

ところ 総合体育館 **対象** 市内在住の方

定員 各500人(申込順) **その他** 座席は自由席

申込み 12/5(木)12:00~12/12(木)18:00に三遠ネオフェニックスホームページで必要事項を入力

相手は新潟アルビレックスBB!
生で見る迫力と感動を届けます!



問合せ (株)フェニックス(☎0533・81・2293)、「スポーツのまち」づくり課(☎51・2370)

ガールズパーティー in 豊橋競輪場

ケーキを食べながら競輪について学び、しめ縄リースを作ります。

とき 12/21(土)14:00~18:00

対象 20歳以上の女性

定員 20人(抽選)

申込み 12/8(日)までに豊橋競輪場ホームページで必要事項を入力

女性スタッフが競輪の
いろはを教えます!



競輪事務所
酒井 美奈

問合せ 豊橋競輪場(☎61・3136)



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。

有名選手が豊橋にやって来る！ 五輪メダリスト 高平慎士 陸上教室

- とき** 2/1(土)9:00~12:00
- ところ** 陸上競技場
- 対象** 中学生以上
- 講師** 高平慎士さん(北京オリンピック銀メダリスト)
- 定員** 250人(申込順)
- 料金** 大学生以上2,000円、中学・高校生1,000円
- 申込み** 12/5(木)から直接、料金を陸上競技場



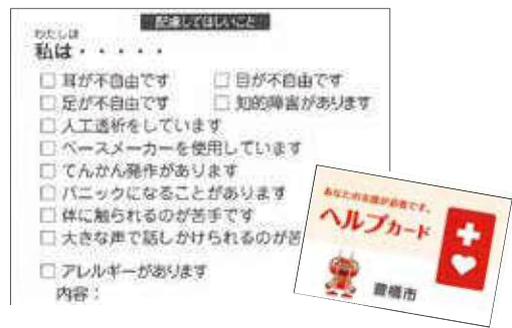
問合せ 陸上競技場(☎53・8811) HP 70217

ヘルプカードをご存じですか？

ヘルプカードとは、難病や障害のある方などが災害時や日常生活の中で困った時に、周囲に自己の障害への理解や支援を求めめるためのものです。ヘルプカードの利用者に支援を求められたら、カードに記載された緊急連絡先や必要な支援内容などを確認し、援助につなげてください。

ヘルプカードを配布しています

- ところ** 障害福祉課、健康増進課、さくらピア(12/8(日)は、こども未来館でも配布)
- 対象** 特別な援助や配慮が必要な方



問合せ 障害福祉課(☎51・2345) HP 59965

12月から窓口案内システムを導入します

各窓口を設置するモニターに、手続き内容ごとの待ち人数や受付番号を表示し、自動音声で案内するシステムを導入します。

- ところ** 市民課、国保年金課、こども家庭課、駅前窓口センター

順番の確認ができるため、待ち時間の有効活用につながります。

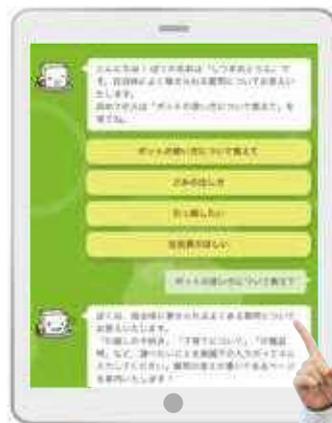


市民課
小林 鮎実

問合せ 市民課(☎51・2273) HP 69987

対話型自動問い合わせサービス(チャットボット)を始めました

転出・転居の届出、住民票の取得など、市の手続きや制度に関する問い合わせに、パソコンやスマートフォンを利用して、対話形式で24時間お答えするインターネットサービスを開始しました。ホームページから質問を入力して、ご利用ください。



AI(人工知能)が回答するため、積極的に質問して成長させてください！



情報企画課
請井 洋文

問合せ 情報企画課(☎51・2083) HP 69835



NEWS
01



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。

AYAトークショー
健康と美

10/27
(日)

ホテルアークリッシュ豊橋ほか

フィットネストレーナーのAYAさんによるトークショーに260人が参加し、運動を主とした健康法や美を保つ秘訣などを教わったほか、希望者は約2kmのウォーキングを行いました。参加者は、食事の方法を聞きながら、真剣なまなざしでメモを取っていました。

AYAさんの美ボディに見とれてしまいました！ファッションや美の秘訣をまねしたいです！



たかみさん、まいごさん

ええじゃないか豊橋まつり
総おどり

10/19
(土)

駅前大通ほか

来年の東京オリンピック・パラリンピックの開催に向けて、今年は「東京五輪音頭-2020-」も踊りました。小雨が降る中、約2万人が駅周辺を埋め尽くし、「よいしょ！」と大きな声を出しながら最後まで楽しんで踊りぎりました。



てっぴー、のぶばー

今日のために練習した東京五輪音頭！楽しく踊ることができました！



NEWS
02



NEWS
04

11/5
(火)

津波防災の日の防災訓練

津田小学校ほか

津田小の4年生が、南海トラフ地震による津波を想定し、津波浸水想定区域外へ避難する訓練を行ったほか、クイズを交えながら津波から身を守る方法を学びました。



NEWS
03

11/10
(日)

豊橋みなと
シティマラソン

豊橋総合スポーツ公園ほか

過去最多の4,015人が、10km、5kmなどの部門に参加しました。「頑張れ！」という沿道からの声援を力に、参加者はゴールを目指して青空の下を駆け抜けました。

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。

PICK UP

クリスマスがいっぱい!

今年の植物園は、温室全体がクリスマス色に染まります。大小さまざまなクリスマスツリーや、ポインセチアなどの観葉植物を使った華やかな飾り付けを見ることができます。ぜひ、お気に入りのツリーを見つけてください。



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

お正月飾りでお出迎え

各門に門松を設置します。

と き 12/26(木)~1/7(火) 問合せ 動植物園

どうぶつはともだち サル

地面で生活するサルの解説・見学・絵本の読み聞かせをします。

と き 12/21(土)11:00~12:00

ところ 擬岩展望台 定員 100人(先着順)

問合せ 動植物園

みどりの講座

麦わらでヒンメリ作り

麦わらを使って、北欧の伝統装飾を作ります。

と き 1/26(日)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 山内真理さん(greenery Roji)

定員 各20人(抽選)

料金 各500円 入園料 無料

申込み 12/23(月)(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



ね子 お正月までいくつ子?

ネズミの名前にちなんだ貝やサメ、骨格標本を紹介します。

と き 12/21(土)~1/19(日)

ところ 自然史博物館

問合せ 自然史博物館



ネズミノテ

自然史博物館 収蔵庫見学会 貝類

世界最大の巻貝「アラフラオオニシ」などの解説をします。

と き 12/14(土)13:30~14:00

定員 30人(先着順)

問合せ 自然史博物館



名古屋大学出前授業

メダカの雄と雌はどう決まるか

と き 12/15(日)14:30~16:00

ところ 自然史博物館

対象 小学3年生以上

講師 田中実さん(大学院理学研究科教授)

定員 40人(申込順)

申込み 随時、電話またはEメールで講座名、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を自然史博物館(☎sizensi@toyohaku.gr.jp)

休園日 月曜日(月曜日が祝・休日の場合は翌平日)、12/30(月)~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、12/29(日)～1/3(金)



『三河国名所図絵 絵解き散歩』

著者：松岡 敬二
風媒社 2018.12

スタッフの おすすめ本

12
月

幕末の三河地方の名所・旧跡などの図絵を、歴史的な背景や現在のようすとともに解説しています。過去と現在を比較することで三河の魅力を再発見でき、実際に現地を訪れてみたくなる一冊です。

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
12/7(土)11:00	南部地区市民館
12/14(土)10:30	石巻地区市民館
12/20(金)11:00	南陽地区市民館
12/21(土)11:00	アイプラザ豊橋、東部地区市民館
12/21(土)15:00	市民文化会館

図書の年末年始の貸し出しと返却ポストの閉鎖

12月29日(日)～1月3日(金)の休館に伴い、12月15日(日)～28日(土)は中央・向山・大清水図書館、石巻・青陵・南部・二川・北部・牟呂地区市民館、アイプラザ豊橋、こども未来館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、駅前情報プラザの返却ポストを閉鎖します。

図書館クリスマス特別企画 開いてびっくり! しかけ絵本展

とき 12/1(日)～12/26(木)
ところ 中央図書館
問合せ 中央図書館

ほっとシネマ in 図書館 映画「雨に唄えば」上映

とき 12/21(土)14:00
ところ 中央図書館
定員 100人(先着順)
問合せ 中央図書館

たんけん!

ぬいぐるみのとしょかんおとまりかい

絵本などの読み聞かせを聞き、ぬいぐるみを預けます。

とき 12/22(日)14:00 **ところ** 中央図書館

対象 3歳児～小学生と保護者

定員 15組(申込順) **持ち物** ぬいぐるみ1体
その他 12/24(火)14:00～12/28(土)のぬいぐるみの引き取り時に、子どもに絵本を貸し出し

申込み 12/1(日)～12/10(火)に直接、または電話で中央図書館

02 美術博物館

問合せ ☎51・2882 休館日 月曜日、12/29(日)～1/3(金)

豊橋市民展

写真・書道

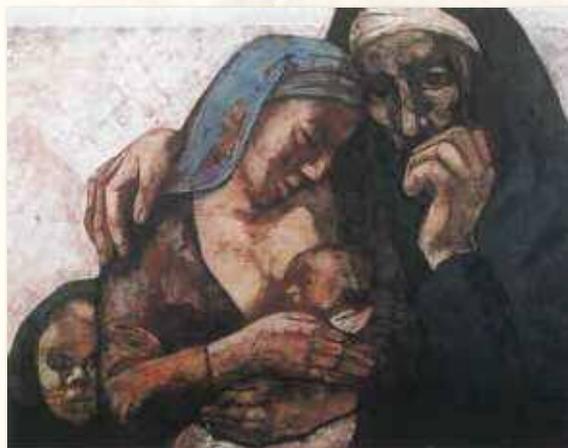
とき 12/10(火)～12/15(日)
その他 12/14(土)14:00に各部
門大賞作品の表彰式
あり

日本画・洋画・彫刻・デザイン

とき 12/17(火)～12/22(日)
その他 12/21(土)14:00に各部
門大賞作品の表彰式
あり

コレクション展 **Pick Up** 美術資料 家族の肖像

家族の絆をテーマにした作品を約
20点紹介します。
とき 1/26(日)まで



大森運夫「国境」2006年

学芸員の作品紹介

本作に描かれた身を寄せ合う家族は、その題名から国を捨て、新天地を目指す難民を思わせます。終生、人間を描き続けた大森の原点は、こうした家族の姿でした。彫像のように力強く描かれた家族を守る父と、子を慈しむ母の姿は、時代や国籍を越えた親子の絆を感じさせます。

いいとこ発見!



とよはしカルタ大会

とき 1/4(土)14:00～16:00
ところ 二川宿本陣資料館
対象 小学生以上
定員 30人(申込順)
申込み 12/5(木)10:00から電話で
二川宿本陣資料館



二川宿本陣 資料館 & 駒屋



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(日)～1/1(祝)

春の七草展 人日の節句

春の七草や正月飾りを展示します。

とき 1/2(木)～1/13(祝)

ちりめん作家 豊田恵子さんによる

正月・七草のつるし飾り展示

とき 12/21(土)～1/13(祝)

[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 季節の布あそび お正月飾り和風リース♪

つまみ細工や水引などを使い、正月
飾りを作ります。

とき 12/11(水)13:00～16:00

ところ 駒屋 定員 10人(申込順)

料金 3,800円

申込み 12/3(火)10:00から電話で駒屋

本陣体験講座

春の七草の寄せ植えをしよう

とき 12/21(土)10:00～11:30

ところ 二川宿本陣資料館

対象 どなたでも(小学生以下は
保護者同伴)

定員 10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 12/3(火)10:00から電話で
二川宿本陣資料館

駒屋であそびん! 小学生かるた大会

とき 1/11(土)13:30～15:00

定員 20人(申込順)

その他 参加賞、成績優秀者に賞品
あり

申込み 12/6(金)10:00から電話で
駒屋

二人のとよはしの匠 松井建具店作品展

組子細工の建具などを展示します。

とき 12/14(土)～1/19(日)

ところ 駒屋 問合せ 駒屋





ここに イルミネーション

Pick Up

昼間でも楽しめる
室内のイルミ
ネーションです!

と き 12/7(土)~12/24(火)
9:30~20:00



こども未来館
笹田 貴洋

04

こども未来館 ここにこ

問合せ ☎21・5525

休館日 水曜日、12/29(日)~1/1(祝)

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

大道芸人 パフォーマンスショー

と き 12/22(日)13:00~14:15

出演 こうた&るきあ、快斗

その他 終了後に大道芸体験会
あり



快斗

ここにこ クリスマスマーケット

LEDペンダントやアロマキャン
ドルなどを作ります。

と き 12/24(火)10:00~15:30

料 金 500~700円(一部無料)



体験 プログラム

その他:各種プログラムなど
詳細はホームページ参照
申込み:12/15(日)までにホーム
ページで必要事項を入力

体験 1 お正月に凧を作って揚げよう

と き 1/5(日)
講 師 豊橋凧保存会

体験 2 鑑識官になろう

と き 1/11(土)
講 師 豊橋警察署



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(日)~1/1(祝)

パワーストーン ハンティング

Pick Up

探し出した宝石でマグネットを作ります。

と き 12/7(土)~12/28(土)の土・日曜日
(12/22(日)を除く)11:10

定 員 各20人(先着順)

料 金 各100円



部分日食を見よう

専用グラスや望遠鏡で日食を観察します。

と き 12/26(木)14:00~15:00(天候不順の場
合は中止)

対 象 どなたでも(中学生以下は保護者同伴)



ワークショップ 自分だけの算数手品を作ろう!

と き 1/18(土)①11:10②13:40
(各30分)

対 象 ①小学3年生以下②小学3~
6年生

定 員 各20人(申込順)

申込み 12/10(火)からホームペー
ジで必要事項を入力



ワークショップ 細長い風船でクリスマスリースを作ろう

と き 12/21(土)13:30~14:30

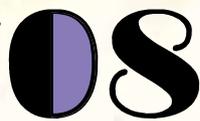
対 象 どなたでも(小学生以下は保護者同伴)

定 員 8人(申込順)

料 金 200円

申込み 12/10(火)からホームページで必要事項
を入力

豊橋競輪場



問合せ ☎61・3136

お正月イベント

餅まき、お菓子まき

とき 1/1(祝)、1/2(木)

縁日ゲーム

とき 1/1(祝)~1/3(金)

中日ドラゴンズ藤井淳志選手

トークショー

とき 1/3(金)

[共通事項]

その他 開催時間など
詳細はホームページ参照



藤井淳志選手

CALENDAR

12月

1日				
2日	別府記念 (GⅢ)			
3日				
4日	豊橋 (FⅠ)	佐世保記念 (GⅢ)	玉野 (FⅠ) ナイター	
5日				
6日				
7日			松戸 (FⅠ) ナイター	
8日				
9日	名古屋 (FⅠ)	高松 (FⅠ)	京王閣 (FⅠ) ナイター	
10日				
11日				
12日				
13日	広島記念 (GⅢ)		武雄 (FⅠ) ナイター	
14日				
15日				
16日		大宮 (FⅠ)	松山 (FⅠ) ナイター	
17日		関東カップ		
18日				
19日	大垣 (FⅠ)			
20日			豊橋 (FⅡ) ナイター	
21日				
22日	伊東温泉記念 (GⅢ)			
23日				
24日				
25日	大垣 (FⅠ)			
26日		防府 (FⅠ)	小倉 (FⅠ) ナイター	
27日		西日本カップ		
28日		ガールズグランプリ		
29日	立川 (FⅠ)	ヤンググランプリ	松戸 (FⅡ) ナイター	
30日		KEIRINグランプリ		
31日				

早朝前売 7:30 開門予定 10:00

さくらピア



問合せ ☎53・3153 FAX 53・3200 HP 32402

休館日 月曜日、12/29(日)~1/3(金)

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

その他 手話通訳・要約筆記などあり

申込み 12/3(火)9:00から、さくらピア

パン教室(日曜コース)



とき 1/19(日)、2/16(日)、3/15(日)
(全3回)10:00~12:30

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



ボッチャ教室(日曜コース)

障害者スポーツのボッチャを基礎から学びます。

とき 1/12(日)、1/19(日)、2/2(日)、
2/16(日)、3/1(日)、3/15(日)(全
6回)13:00~15:00

講師 整友会ボッチャ班

定員 20人(申込順)

料金 500円

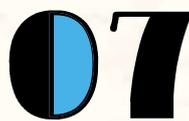
陶芸教室

とき 1/16(木)、1/30(木)、
2/6(木)、2/13(木)、
2/27(木)、3/19(木)(全
6回)13:30~15:00

講師 内藤常次さん(陶芸家)

定員 10人(申込順)

料金 1,500円



少年自然の家

問合せ ☎21・2301 HP 9815

対象 5歳児~中学生と保護者

冬のネイチャーゲーム体験会



森で落ち葉を拾って遊び、五平餅を作ります。

とき 1/26(日)10:00~15:00

定員 10家族(抽選)

料金 1人300円

申込み 12/3(火)~12/17(火)に少年自然の家



アウトドア炊飯教室

たき火で炊き込みご飯などを作ります。

とき 2/15(土)10:00~14:00

定員 8家族(抽選)

料金 1人500円

申込み 12/13(金)~12/27(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



新しい器具でも気持ちもリニューアル!



地区体育館など7施設のトレーニング室をリニューアルしました

飯村・下五井・浜道・二川・石巻・大清水地区体育館、トレーニングセンターのトレーニング室をリニューアルし、ランニングマシンやエアロバイクなどを導入しました。

対象:中学生以上 **料金:**大学生以上200(300)円、中学・高校生100(150)円※()内は土・日曜日、祝日料金 **持ち物:**室内用シューズ **その他:**トレーナーによる器具の使用方法の説明や簡単なレッスンを実施。実施日程など詳細はホームページ参照 **問合せ:**総合体育館(☎32・9611) ☎ 70218

小学生無料体験乗馬

馬と仲良くなろう!



①ポニー、②サラブレッドに騎乗します。

とき:12/22(日) 9:30~11:00

ところ:高師緑地馬場 **対象:**①小学1~3年生 ②小学4~6年生 **定員:**各50人(先着順。当日8:30から会場で整理券を配布) **問合せ:**豊橋馬術協会(☎45・2996)、「スポーツのまち」づくり課(☎51・2866) ☎ 70182



1日体験スケート教室

とき:1/26(日)、3/15(日)10:30~12:00

ところ:アクアリーナ豊橋 **対象:**年長児以上 **定員:**各50人(申込順) **料金:**各500円 **申込み:**12/5(木)から申込書、料金を豊橋市体育協会、各体育施設(アクアリーナ豊橋では受け付け不可) **問合せ:**豊橋市体育協会(☎63・3031) ☎ 70220

ジュニアチャレンジ講座 卓球

とき:12/24(火)~12/27(金)(全4回)

10:00~11:30 **ところ:**青少年センター **対象:**市内在住の小学生 **定員:**20人(申込順) **料金:**500円 **持ち物:**ラケットほか **申込み:**12/3(火)から青少年センター(☎46・8925) ☎ 16908



スポーツ教室

スケート

とき:①2/2~2/23の日曜日、祝日②3/8~3/29の日曜日(各全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:**各220人(申込順) **料金:**一般各3,000円、中学生以下各2,500円

③ハンドボール

とき:2/5~2/27の水・木曜日(2/13(木)を除く。全7回)18:30~20:30 **ところ:**総合体育館 **対象:**小・中学生 **定員:**200人(申込順) **料金:**3,000円

[共通事項] **申込み:**①③は12/6(金)、②は1/8(水)から申込書、料金を豊橋市体育協会、各体育施設(会場では受け付け不可) **問合せ:**豊橋市体育協会(☎63・3031) ☎ 70219



アクアリーナ豊橋 スケート教室

①フィギュアスケート②大人スケート

とき:4月までの当施設指定日 **対象:**①小学生以上 ②中学生以上 **定員:**各15人(申込順) **料金:**各月額①5,500円②4,700円 **その他:**開催日程など詳細はホームページ参照 **申込み:**随時、アクアリーナ豊橋(☎31・4781) ☎ 70221



この冬はスケートをマスターしよう!

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



ダンス創作ワークショップ&ショーイング 甘えの構造

とき: 1/17(金)19:00~21:00、1/18(土)、1/19(日)13:00~18:00(全3回) 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: 小野寺修二さん(演出家) 定員: 10人(選考) 料金: 3,000円 その他: 最終日17:00に発表会あり(鑑賞自由。無料)。1/27(月)に稽古場公開、2/2(日)に成果発表会を実施。時間など詳細はホームページ参照 申込み: 1/4(土)17:00までに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ほかで配布。プラットホームページからも申し込み可

今日の見どころ

今回のワークショップについて、小野寺修二さんからコメントをいただきました。



撮影: 鈴木穰蔵

小野寺 修二さん

パントマイムと聞き、どんな印象を持つでしょうか。言葉を使わないことを難しく思うかもしれませんが、私たちは普段、意外と言葉を使わず過ごしている気がします。意思伝達、思いをめぐらすことも、言葉を經由せず行っています。身体が止まる、動き始める間、動くスピードにも多くの情報が詰まっています。言葉を介する前の部分を見詰めたと思います。

また、身軽に場面転換できることもパントマイムの面白さの一つです。ここがレストランとして、次の瞬間には砂漠に一人取り残されている。そんな可能性を考えると、スリリングなスピード感を表現できるのです。

こうしたパントマイムの面白さを、皆さんと共有できることを楽しみにしています。

創作したダンスは、必ずしも劇場で見られるものばかりではありません。YouTubeで配信するものや、映像作品として発表するものなど、アーティストにより形はさまざまです。ワークショップなどの公開イベントでは、アーティストと触れ合うこともできるので、作品を作る過程も楽しめます。

どこで見られるの？

国内外で活躍するダンサーや振付家などを豊橋に迎え入れ、創作や稽古の場を提供する取り組みです。今年は、舞踊や身体表現を追求する4組が数週間滞在し、プラットで稽古に励む一方、市民が参加できるワークショップや稽古場公開、成果発表会なども行います。

ダンスを身近に感じよう!

「ダンス・レジデンス」について紹介します。

ダンス・レジデンス入門編

問合せ 穂の国とよはし芸術劇場 (☎39・8810)

アーティストに聞く!



木村 玲奈さん
街や文化と触れ合い、ダンスを創作する企画を実施。

昨年、参加した振付家の木村さんに、豊橋の印象や、この活動の感想を伺いました。

間とダンスを組み合わせることで、街の新たな魅力を感じてもらったのではないかと思います。

豊橋で感じたことは、人の気配です。道、喫茶店、商店街などで話を聞く中で、現在とはまた違ってきた賑わいや、人々が時を過ごした痕跡のような気配を色濃く感じました。

豊橋での時間を蓄積した身体で、今後もダンスと人・土地の関わり方を探っていきます。

活動を通して、市民と劇場の新たな交流につながりました。



人権ユニバーサルイベント in 豊橋

講演会や映画の鑑賞などを通して、障害者の人権について考えます。

- とき** 12/24(火)13:30～16:45
- ところ** 穂の国とよはし芸術劇場「プラット」
- 定員** 200人(先着順)
- その他** 講演会は要約筆記あり
- 問合せ** 福祉政策課(☎51・2363)
- HP** 70156

おたまじゃくしの会

お互いの悩みを話し合い、情報交換をします。

- とき** 12/12(木)、1/9(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
- 申込先** 健康増進課(☎39・9145)
- HP** 6779

令和元年分 青色決算等説明会

- とき** 12/6(金)10:00～12:00、13:30～15:30
- ところ** アイプラザ豊橋
- 問合せ** 豊橋税務署(☎52・6201※自動音声案内「2」)

冬学期語学講座(英語、小学生のための英会話、中国語、スペイン語)

- とき** 1～3月の当協会指定日(各全10回)
- ところ** 豊橋市国際交流協会
- 料金** 一般各9,000円、会員各7,000円(小学生のための英会話は一律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** 12/25(水)までに返信先明記の往復はがき(1講座1枚)で講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、学年または職業、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)

再生品展示・販売会

おもちゃや自転車などを抽選で販売・プレゼントします。

- とき** 12/14(土)9:30～15:00
- ところ** こども未来館「ここにこ」
- その他** ごみの分別ゲームなどあり。抽選会は13:00から実施(9:30～12:30に配布する抽選券が必要)。再生品などは当日、持ち帰り
- 問合せ** 収集業務課(☎61・4136)
- HP** 9259

とよはしクリスマスマーケット

ヒュッテ(山小屋)風屋台で雑貨の購入や飲食を楽しめます。

- とき** 12/13(金)～12/22(日)16:00～21:00(土・日曜日は11:00～20:00。荒天中止)
- ところ** 豊橋駅南口駅前広場
- 問合せ** まちなか活性化課(☎55・8101)
- HP** 69939



生活・介護支援サポーター養成講座

高齢者の特徴と関わり方などを講義と実習で学びます。

- とき** 1/14(火)、1/25(土)、1/28(火)、2/4(火)、2/25(火)9:15～12:00、2/10(月)～2/22(土)に実習1日(全6回)
- ところ** コープあいち豊橋生協会館 ほか
- 対象** 市内在住の方
- 定員** 20人(申込順)
- その他** 修了証を交付
- 申込み** 1/7(火)までにコープあいち福祉サービス豊橋南(☎38・9008)
- HP** 69965

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 P20
- その他 P23
- 支援 P22
- 相談 P25
- 募集 P23

催し・講座

東三河ESDユネスコスクールフォーラム 地域と共に創るESDの実践

小・中学生が地域をテーマに取り組んだ活動成果を発表します。

- とき** 12/7(土)12:50～15:45
- ところ** 愛知大学記念会館
- 問合せ** 豊橋ユネスコ協会(☎47・4143)、教育政策課(☎51・2819)
- HP** 70197

パートナーと協力！ 豊橋産大豆を使った味噌づくり教室

大豆や塩、麴こうじを使って無添加の味噌を作ります。

- とき** 2/8(土)、2/9(日)13:00～15:30
- ところ** 男女共同参画センター「パルメ」
- 対象** 夫婦、カップルなど2人1組(友人、親子は不可。小・中学生の同伴可)
- 講師** 木田きよゑさん(JA豊橋女性部会)
- 定員** 各12組(抽選)
- 料金** 各2,500円程度
- 申込み** 1/8(水)までに希望日、参加者全員の住所・氏名・電話番号を市民協働推進課(☎51・2188 ☎56・5128)※ホームページからも申し込み可
- HP** 69995

市民スポーツ祭 健康のための体操フェスティバル

とき 2/22(土)13:00
ところ 総合体育館
対象 健康づくりのための体操を発表できる個人・団体
申込み 1/24(金)までに直接、豊橋市体育協会(☎63・3031)
HP 70026

豊橋工業高校連携講座 ゼロから始める3D-CAD体験!

設計図を描き、3Dプリンターで形にします。
とき 1/11(土)、1/18(土)、1/25(土)(全3回)9:00~12:00
対象 中学生以上
講師 豊橋工業高校機械科教員
定員 15人(抽選)
申込み 1/7(火)までに住所、氏名、年齢、電話番号を生涯学習課(☎51・2850 ☎48・3007)
HP 23387

とよはしボラネット研修会 貿易ゲーム体験ワークショップ

コミュニケーションの方法をゲーム形式で学びます。
とき 1/25(土)13:30~15:40
ところ あいトピア
講師 柴田朋子さん(キャリアコンサルタント)
定員 50人(申込順)
申込み 1/17(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

聞こえのサポート 要約筆記 入門講座(パソコンコース)

聴覚障害者へ文字で伝える要約筆記を学びます。
とき 1/19(日)、1/26(日)、2/2(日)(全3回)13:00~16:00
ところ あいトピア
定員 20人(申込順)
申込み 12/1(日)~1/12(日)に豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

知的障害者の余暇支援 ボランティア体験会

障害のある方と余暇を楽しむボランティア活動を体験します。
とき 1/26(日)9:00~15:30
ところ 八町地域福祉センター
定員 10人(申込順)
申込み 1/17(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

聴いて寄り添う傾聴ボランティア講座

耳を傾け、相手の話を聞くボランティア活動について学びます。
とき 2/5(水)、2/12(水)、2/19(水)(全3回)10:30~12:00
ところ あいトピア
対象 受講後、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 1/24(金)までに豊橋市社会福祉協議会(☎52・1111)

三遠南信 お出かけ情報

愛知のてっぺん 茶臼山高原スキー場

豊根村にある愛知県唯一のスキー場「茶臼山高原スキー場」が、12月21日(土)にオープンします。
 子どもや初心者でも楽しめるファミリーゲレンデ、そりゲレンデ、雪遊び場のほか、山頂から約1km滑走できるコースもあり、幅広い層におすすめのスキー場です。運が良ければ豊根村のマスコットキャラクター「ポンタ」と一緒に滑ることができるともかもしれません。また、板やウェアなどの貸出品も取り揃えており、何も持たずに訪れても楽しむことができます。
 さらに、場内にあるレストハウスでは、雄大な新豊根ダムを一皿に表現したダムカレーをはじめ、さまざまなアイデアメニューを味わうことができます。この冬はスキー



茶臼山高原スキー場

とき 12/21(土)~3月中旬
8:30~16:30
問合せ 茶臼山高原協会(☎0536・87・2345)

を楽しみながら、茶臼山高原の食も堪能してはいかがでしょうか。



日本語ボランティア養成講座

外国人への日本語指導を学びます。

とき 1/18～3/7の土曜日(全8回)
13:30～15:00

ところ 豊橋市国際交流協会

講師 鈴木勝代さん(東海日本語ネットワーク)ほか

定員 30人(抽選)

料金 一般6,000円、会員4,000円

申込み 1/6月(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)

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%以内(上限10万円)

申込み 12/2月～1/31(金)に申込書、出版物4部(返却可)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

有償型インターンシップの実施事業者に補助金を交付します

大学生などをインターンシップ生として受け入れる経費を補助します。

対象 市内に本店がある中小事業者・企業団体

補助額 対象経費の2分の1(受入期間が5～9日は上限6万円、10日以上は10万円)

申請 随時、申請書などを商工業振興課(〒440-8501住所不要☎51・2437)※申請書などはホームページで配布

HP 55506

交通児童館50thふゆまつり2019 ハッピークリスマス

家族へのメッセージカード作りなどを楽しみます。

とき 12/8(日)9:30～16:00

対象 18歳未満の方

問合せ 交通児童館(☎61・5818)



里山でお正月飾りを作ろう

間伐した竹などを使い、お正月飾りを作ります。

とき 12/21(土)10:00～12:00

ところ 岩崎広場

対象 高校生以上

講師 岩崎里山の会

定員 15人(1家族1人まで。抽選)

料金 800円

その他 集合・解散は高山広場駐車場

申込み 12/2(月)～12/12(木)に公園緑地課(☎51・2646)

HP 53039

古多米で「くど・うす」体験をしよう

くどで米を蒸し、臼で餅つきをします。

とき 1/4(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)

料金 1人100円

申込み 12/4(水)～12/27(金)に参加者全員の氏名・電話番号を美術博物館(☎51・2882)



催し・講座

市民大学トラム

■万葉集に親しむ

とき 1/14(火)、1/28(火)、2/11(祝)、
2/25(火)、3/10(火)(全5回)
10:00～11:30

申込み 1/7(火)までに東陵地区市民館
(☎64・8088)

■似顔絵で友達の輪を広げよう!

内藤勲ワールド

とき 1/18(土)、2/1(土)、2/15(土)、
2/29(土)、3/14(土)(全5回)
10:00～11:30

申込み 1/7(火)までに豊岡地区市民館
(☎61・5632)

[共通事項]

ところ 各申込先

料金 各1,500円

HP 23387

母子家庭の親子交流会

光るどろだんご作り、イチゴ狩りを通して交流します。

とき 2/2(日)7:50～17:00

ところ INAXライブミュージアム(常滑市奥栄町)、澤田農園(半田市金山町)

対象 母子家庭の母と中学生以下

定員 100人(抽選)

料金 大人3,000円、小・中学生2,500円、3歳以上の未就学児1,300円

その他 集合・解散は市役所東館正面玄関前※バス使用

申込み 12/19(木)(必着)までに返信先明記の往復はがきで参加者全員の住所・氏名(フリガナ)・生年月日・電話番号を豊橋市母子福祉会(〒440-0806八町通五丁目9☎56・7100※火・木曜日9:00～15:00)

HP 24966



農地利用最適化推進委員

担当地区で、担い手への農地の集約化などを行います。

- 任期** 7/20(月)から3年間
対象 農地などの利用の最適化の推進に識見を有する方
定員 24人(選考)
その他 募集要綱は農業委員会事務局、各窓口センター、ホームページほかで配布
申込み 1/15(水)～2/20(木)(必着)に直接または郵送で農業委員会事務局(〒440-8501 住所不要 ☎51・2956)
HP 70017

農業委員

農地の許可・計画などを審議し、決定します。

- 任期** 7/20(月)から3年間
対象 農業に関する識見を有する方
定員 24人(選考)
その他 募集要綱は農業企画課、各窓口センター、ホームページほかで配布
申込み 1/15(水)～2/20(木)(必着)に直接または郵送で農業企画課(〒440-8501住所不要 ☎51・2457)
HP 70024

その他

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1月6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



令和2年4月採用豊橋市非常勤嘱託員(会計年度任用職員)

- 職種** ①一般事務②一般事務(障害者対象)、保育士(こども未来館)、保健師(こども保健課)③女性相談窓口相談員、地区市民館長、手話通訳、保健師(障害福祉課)、ポルトガル語通訳、情報教育業務支援員、養護教諭、特別支援学校実習助手、養護員、生活保護関連業務調査嘱託員④児童クラブ支援員⑤調理員、司書、特別支援学校介護員⑥外国人英語指導(ALT)
定員 ①40人程度②各若干名③各1人④30人程度⑤各5人程度⑥10人程度
給与 給料のほか厚生年金、健康保険などに加え
その他 募集要綱などは人事課、ホームページほかで配布。申込方法など詳細はホームページ参照
問合せ 人事課(☎51・2041)
HP 8399

こども未来館相撲大会 ここに場所 出場者

- とき** 2/23(祝)12:00～16:00
部門 年長児、小学1年生、小学2年生、小学3年生
定員 各48人(抽選)
申込み 12/1(日)～1/31(金)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・5526)

市民意見提出制度 パブリックコメント

- 豊橋市地産地消エネルギー指針**
とき 12/20(金)まで
その他 指針は温暖化対策推進室、各窓口センター、ホームページほかで閲覧可
問合せ 温暖化対策推進室(☎51・2419 ☎56・5126)
HP 70078

募集

詳細は募集要綱などをご覧ください。

植物園イベントのへや出展者

- 生け花、盆栽、写真などを展示します。
とき 令和2年4/1(水)～令和3年3/31(水)(出展期間は6日～1か月間)
対象 非営利の個人・団体
出展料 無料
申込み 12/1(日)～12/20(金)に展示会名・内容、希望期間、団体名、代表者の住所・氏名・電話番号を豊橋みどりの協会(☎41・2185 ☎41・0201)

令和2年4月採用 豊橋市民病院職員

- 職種** 助産師、看護師
給与 給料のほか期末・勤勉手当など各種手当を支給
試験 12/21(土)に適性検査、筆記、面接など
その他 募集要綱は市民病院管理課、市役所じょうほうひろば、市民病院ホームページほかで配布
申込み 12/13(金)(必着)までに必要書類を市民病院管理課(〒441-8570住所不要 ☎33・6277)

市民協働推進補助金(わかば、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2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 [わかば]上限10万円[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 12/13(金)19:00に市役所講堂で説明会あり
申込み 1/10(金)までに応募書類を市民協働推進課(☎51・2483)※応募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
HP 10339

農地の荒廃を防ぎましょう

荒廃農地は、周囲の農地に病害虫を発生させたり、景観を悪化させたりするなどの影響を及ぼします。市では、荒廃農地所有者に対し荒廃農地の解消・発生防止に努めてもらうよう通知などをします。

問合せ 農業支援課(☎51・2475)

HP 61739

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。1枚余分に着てエアコンの設定温度を低くするなど、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、12～3月の電気使用量の削減を目指す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 温暖化対策推進室(☎51・2419)

HP 6655

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「クスリのアオキ大岩店」の出店計画を閲覧できます。

とき 1/6(月)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を提出可

問合せ 商工業振興課(☎51・2425)

HP 33475

市役所などの窓口業務を休みます

12月28日(土)～1月5日(日)は、市役所(証明発行土曜窓口を除く)、各窓口センターなどの窓口業務を停止します。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)

HP 21406

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2・3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 1/6(月)～2/17(月)(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、直接または郵送で必要書類を契約検査課(〒440-8501住所不要☎51・2150)

HP 70441

令和2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 2年以上継続して営業している、納税義務を履行しているなどの資格を満たす方(新規のみ)

申請 1/9(木)～1/31(金)8:30～17:00に申請書を(公財)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1/9(木)から(公財)豊橋市学校給食協会、ホームページで配布

HP 32391

牟呂坂津土地区画整理地区内の 宅地(保留地)を分譲します

とき 3/1(日)9:30

ところ 市役所東85・86会議室

その他 分譲方法は一般競争入札。申し込みがなかった宅地は、3/2(月)から先着順で分譲

申込み 1/31(金)までに申込書を区画整理課(☎51・2662)※申込書などは区画整理課、ホームページで配布

HP 70005

その他

市税の納付・相談ができる 休日窓口を開設します

とき 12/15(日)9:00～15:00

ところ 納税課

問合せ 納税課(☎51・2241)

HP 5740

家庭ごみの臨時持込場所を 開設します

とき 12/28(土)9:00～12:00、13:00～16:00

ところ 資源化センター、東部・西部環境センター

対象 もやすごみ、危険ごみ、こわすごみ、うめるごみ、布類、古紙

その他 大きなごみ、軽トラックに満載のごみ、積載2t以上の車両は資源化センターへ持ち込み。ごみステーションと同様に、もやすごみ、こわすごみは指定ごみ袋に、その他のごみは分別して透明または半透明の袋に入れて持ち込み。ステーション収集は12/31(火)まで実施

問合せ 資源化センター(☎46・5304)、東部・西部環境センター(☎61・4136)

HP 40896

インターンシップ生の受入事業所を 紹介しています

市内に本店のある中小企業で、インターンシップ生の受け入れを行っている企業をホームページで紹介しています。長期休暇などを利用してインターンシップに参加したい方は、受入企業へ直接、お申し込みください。

問合せ 商工業振興課(☎51・2437)

HP 57603



相談

相談内容は秘密厳守します。気軽にご相談ください。

予… 予約制

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

電… 電話相談も可

	相談内容	とき	ところ	問合せ	
暮らし	住宅・建築相談	12/4(水)、12/11(水)、12/18(水)13:30～16:00	建築指導課	建築指導課 ☎51・2588 予	
	宅地建物取引士による不動産相談	12/16(月)、1/6(月)13:00～16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け	
	司法書士による相続登記相談	12/23(月)13:00～16:00			
	弁護士による法律相談		12/26(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 予
			12/26(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 予
			1/10(金)13:00～16:00	つつじが丘地域福祉センター	豊橋市社会福祉協議会 ☎54・0294 予
			水曜日、第3金曜日13:00～16:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
		契約書・遺言書などの書類作成相談	1/10(金)13:00～15:00	安全生活課	安全生活課 ☎51・2304 予 ※2週間前から受け付け
	成年後見制度に関する相談	月～金曜日8:30～17:15	豊橋市成年後見支援センター	豊橋市成年後見支援センター ☎57・6800 電	
	市民相談	月～金曜日9:00～16:30	安全生活課	安全生活課 ☎51・2300 電	
	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 ☎51・2304 電	
健康	禁煙相談	12/6(金)、12/9(月)、12/19(木)、12/20(金)9:30～11:00	保健所・保健センター	健康増進課 ☎39・9140	
	生活習慣病予防の栄養相談	12/12(木)、12/26(木)9:00～16:00		健康増進課 ☎39・9140 予	
	こころの健康相談	1/9(木)、1/23(木)13:00～16:00		健康増進課 ☎39・9145 予	
	思春期精神保健相談	1/22(水)13:30～15:30			
子ども	小・中学生教育相談	1/17(金)13:00～17:00	カリオンビル	教育会館相談室 ☎33・2115 予	
		月～土曜日9:00～19:00	教育会館		
	虐待・子育て・若者の自立相談	月～金曜日9:00～19:00、土・日曜日9:00～17:00	子ども若者総合相談支援センター「ココエール」	子ども若者総合相談支援センター ☎54・7830 電	
女性	再就職に向けた相談	12/11(水)、1/8(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 予	
	悩みごと面接相談	12/13(金)、1/10(金)13:30～15:40		男女共同参画センター ☎33・2822 予	
	悩みごと電話相談	月～土曜日(第3月曜日を除く)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 電	
		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 電	
	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月曜日を除く)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 予		
その他	中小事業者向け金融相談	12/10(火)13:30～16:30	豊橋商工会議所	豊橋商工会議所 ☎53・7211 予	
	国税滞納世帯の多重債務相談	12/15(日)9:00～12:00、13:00～15:00	国保年金課	国保年金課 ☎51・2289 予	
	農家(農事)相談	12/16(月)13:30～15:30	農業委員会室	農業委員会 ☎51・2950	
	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 電	
	罪を犯した人たちの立ち直り相談	月・水・金曜日13:30～16:00	豊橋市更生保護会館内サポートセンター	豊橋保護区保護司会サポートセンター相談室 ☎56・4431 電	

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。



クリスマスの歌に合わせて踊ろう♪

PICK UP



各20分

おひさまクリスマス会

ミニコンサートやクリスマスにちなんだパネルシアターを楽しめます。
 とき:12/15(日)~12/28(土)11:00、14:30 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)

幼児ふれあい教室 ヨガと心理学で心と体に栄養を

とき:1/23(木)、2/6(木)、2/27(木)、3/5(木)(全4回) ところ:保健所・保健センター 対象:7~11か月児と保護者 申込み:12/16(月)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) ☎ 23513



子育てお悩み解決塾

これだけは知っておきたい!
 乳幼児期の発育と特徴
 とき:1/16~2/6の木曜日(全4回) 10:00~11:30 ところ:大清水まなび交流館「ミナクル」 対象:3歳児以下と保護者 申込み:12/19(木)までに大清水まなび交流館(☎26・0010) ☎ 21358



こども未来館 子育て講座

申込み:12/31(火)までにホームページで必要事項を入力 問合せ:こども未来館(☎21・5528)

知って備える!ポウサイ対策

とき:1/17(金) 対象:妊婦、3歳児以下と保護者 講師:防災危機管理課職員

親子で楽しく体育遊び

とき:1/19(日) 対象:3歳以上の未就学児と保護者 講師:石川義晴さん(体育インストラクター)

歯の親子講座 むし歯の話と歯みがき

とき:1/23(木) 対象:3歳児以下と保護者 講師:大塚由佳子さん(歯科衛生士)

ふたごちゃん・みつごちゃん講座 こどもと絵本

とき:1/24(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)

子育てポイント

旬の味覚で簡単離乳食を作ろう!

リンゴとサツマイモには、腸内環境を整える効果があります。リンゴとサツマイモを使って、旬の味覚を楽しむ離乳食を作ってみましょう。

リンゴとおおむね7~8か月。1人分)
 リンゴ(10g)とサツマイモ(10g)は皮をむき、3~5mm角に切る。鍋にリンゴとサツマイモを入れ、具材が浸るぐらいの水を加えて中火にかけ、軟らかくなるまでゆでる。

応用編

5~6か月児はすりつぶしてペースト状に、9~11か月児は、5~7mm角に具材を切り、風味付けにバターを少々加えると香りも楽しめます。



問合せ 2316() 保育課(☎51)



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

老人クラブに加入しましょう！

市内には197の老人クラブがあり、14,000人以上が加入しています。グラウンド・ゴルフや手芸、地域の見守りなど、さまざまな活動を通して、仲間づくりや健康づくりを行っています。老人クラブの見学や加入方法など詳細は、お問い合わせください。

問合せ：長寿介護課(☎51・2337) 10148

暮らしに役立つ情報コーナー

ストレッチで正しい姿勢を保ちましょう

冬場は寒さから体がこわばり、姿勢が悪くなりがちです。姿勢の悪さは、腰痛や肩こりなどを招く原因にもなります。日頃から背伸びや肩の筋肉をほぐすなど、適度なストレッチをすることが効果的です。また、ストレッチを生活に取り入れると、姿勢の改善だけではなく、けがの予防や疲労回復、リラクゼーション効果もあります。ぜひ、1日に1回ストレッチの時間を作りましょう。

簡単なタオルストレッチ

① 胸開き

タオルを体の後ろに回し、手のひらが上を向くように握ります。ゆっくりと上げていき、胸をそらした状態を8秒保ち、これを4回繰り返します。



ポイント

- ・肩甲骨を背骨に寄せる
- ・顔は正面を向く

② 背中洗い

背中を洗うように、身体の後ろで斜めにタオルの端を持ち、ゆっくりタオルを8回ずつひっぱり、左右の手を変え、2回繰り返します。



ポイント

- ・できる範囲で上下に大きく動かす
- ・肩甲骨の動きを意識する

体が温まった風呂上がりに行うと効果的です。ただし、寒い部屋で行うと血圧が変動しやすいため、暖かい部屋で行いましょう。このストレッチを紹介した動画などをホームページで閲覧できます。

仲間と一緒に運動しましょう！

市内には、仲間と一緒に運動する「運動自主グループ」があります。「運動の始め方が分からない」「二人で運動を続けるに」という方は、グループで取り組んでみましょう。長寿介護課では34の運動自主グループを紹介しています。活動場所など詳細は、お問い合わせください。



問合せ 長寿介護課(☎51・2339) 44926

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。



バレトン

PICK UP

健康づくりのためのスポーツ教室

バレトン

【とき】 ①1/10～1/31の金曜日②2/7～2/28の金曜日(各全4回)10:00～10:50

【ところ】 浜道地区体育館

らくらくフィットネス

【とき】 ③1/28～2/18の火曜日④3/3～3/24の火曜日(各全4回)10:00～11:00

【ところ】 牛川地区体育館

【共通事項】

【対象】 20歳以上の女性 【定員】 各20人(申込順) 【料金】 各2,000円

【申込み】 ①③は12/6(水)10:00、②④は1/8(水)10:00から豊橋市体育協会(☎63・3031)

HP 70222

豊橋産まあ〜るい食材でヘルシー料理作り

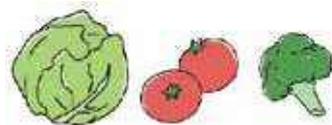
とき:1/16(木)、2/6(木)、2/20(木)(全3回)

10:00～12:30 ところ:南陽地区市民館

料金:1,800円 申込み:12/20(金)まで

に南陽地区市民館(☎48・6576) HP

23387



JR東海さわやかウォーキング×健康チェック

二川宿周辺(約7.8km)を歩き、血管年齢測定などを受けます。

とき:12/7(土)8:30～15:00(8:30～11:00受け付け。小雨決行) その他:集合はJR新所原駅問合せ:健康政策課(☎39・9116) HP 70329

とよはし野菜 De ヘルシー料理教室 女性必見! 素敵にバランスランチ

ブロッコリーのパンキッシュなどを作ります。

とき:1/29(水)9:40～13:00 ところ:保健所・保健センター 対象:市内在住の女性(未就学児の同伴不可) 講師:食生活改善推進員ほか 定員:20人(抽選)

料金:500円 申込み:12/23(月)までに

講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を健康増進課(☎39・9140) kenko-info@city.toyohashi.lg.jp

HP 70019



インフルエンザを予防しよう!

インフルエンザが流行する季節になり、市内でもインフルエンザによる学級閉鎖が発生しています。今後、流行の拡大が予想されますので、次のことを心掛けて感染予防に努めましょう。

手洗い

手洗いは食事の前やトイレの後、帰宅後など、小まめに行うことが大切です。せっけんを使い、しっかりと泡立てて、手首から指の間や指先まで親指も忘れずしっかりとすすぎましょう。

適度な加湿、うがい

インフルエンザウイルスは湿気に弱いので、加湿器や、ぬれたタオル

を干して活用することで予防できます。部屋の湿度を50%程度に保つように心掛けましょう。また、口の中をブクブクとゆすぐうがいと喉の奥までガラガラ洗ううがい、口の中や喉の乾燥を防ぎましょう。

予防接種

インフルエンザの発症や重症化を防ぐためには、ワクチン接種が有効です。効果が現れるまでに約2週間程度かかりますので、早めに接種しましょう。

十分な休養とバランスの良い食事、疲れがたまると抵抗力が落ち、感染しやすくなります。日頃から十分な睡眠と、バランスの良い食事を心掛け、抵抗力をつけましょう。

問合せ 健康政策課(☎39・9104) HP 85911



PICK UP

もしもに備えて身につけよう 普通救命講習

心肺蘇生法やAEDの使い方を学びます。

とき 1/19(日)9:00~12:00

ところ 中消防署

対象 中学生以上

定員 30人(申込順)

その他 修了証を交付

申込み 12/1(日)から中消防署(☎52・0119)

HP 63231

防災講座 基礎から学ぶ 地域と家庭の防災

とき 2/9(日)、2/16(日)、2/23(祝)(全3回)

10:30~12:00 **ところ** 羽根井地区

市民館 **申込み** 12/22(日)までに羽

根井地区市民館(☎32・5050) HP

23387



暮らしの **安全安心** ひとことメモ

あいさつ、声掛けをして 犯罪のない街をつくりましょう

侵入盗や不審者によるつきまといなどを防ぐには、地域の複数の目で見ることが有効と言われています。愛知県警察の調査では、不審者などが犯行を諦めた理由の多くに「近所の人に顔を見られた」「声を掛けられた」ことなどがあげられています。「おはようございます」「今日は冷えますね」など、日頃からあいさつや声掛けを積極的に行い、地域ぐるみで犯罪のない街をつくりましょう。

問合せ 安全生活課(☎51・2550)

HP 69323



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。

車上狙いに気を付けましょう

駐車中の車から、貴重品などを盗む車上狙いが、今年に入ってから市内で102件(10月末暫定値)発生しています。昨年に比べて53件増加しており、その中でも住宅の駐車場で被害が最も多く発生しています。駐車場にセンサーライトや防犯カメラを設置するなど、防犯対策を取りましょう。また、路上に駐車して車から離れた一瞬の隙を突かれて被害に遭うこともあります。車上狙いに合わないために、貴重品などの荷物を車内に置いたままにしないようにしましょう。

問合せ 安全生活課(☎51・2550) HP 7255

飲酒運転しない・させないを徹底しましょう!

忘年会などで飲酒の機会が増える12月は、飲酒運転による人身事故の件数が増加する傾向にあります。昨年度、市内で飲酒運転による人身事故が11件発生し、そのうち2件は死亡者が出るものでした。飲酒運転は、注意力や判断力を大幅に低下させ、交通事故に結びつく危険性を高めます。また、運転者だけではなく、車両提供者や同乗者も5年以下の懲役または100万円以下の罰金などに科せられます。「運転するなら酒を飲まない」「酒を飲んだら運転しない」「酒を飲んだ人に運転させない」を徹底しましょう。

問合せ 安全生活課(☎51・2550) HP 7237

認知症行方不明者発見のため ほっとメールにご登録ください

認知症の方は目的を持って外出しても、症状によっては道に迷い、そのまま行方不明になることがあります。今年に入ってから、市内で行方不明になった方のうち、85%が地域の方の通報により発見されました。より多くの目で見守ることで、行方不明者を早期発見できるだけでなく、認知症の方が安心して出掛けられるようになります。市では、ほっとメールで認知症行方不明者の情報を配信しています。登録用メールアドレス(tou@anzen-ansin.net)に空メールを送信する、または右記QRコードからご登録ください。

問合せ 長寿介護課(☎51・2338) HP 24258



輝く人 とよはし め く る レ

豊橋で今、輝いている人を
リレー形式で紹介します。

スポーツ愛好家

鈴木 元止さん(86)

身体が健康な内は
スポーツを続けたいです。



昔から身体を動かすことが好きで、
今でも毎週末ゴルフの練習に励む鈴木さん。
歳を重ねても仲間づくりや健康維持のためにスポーツを続ける姿勢は周りに刺激を与えています。

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)



浜名湖大橋から見る表浜はすごい!

冬になると気温と湿度が下がり、見通しを悪くする空気中の水蒸気が大幅に減ることで、遠くの景色がとても良く見えるようになります。そんな冬だからこそ見える特別な風景のお話です。

平成25年11月1日号に掲載した「富士山が見える」で書きたかったビューポイントがあります。それは浜名湖大橋です。書けなかった理由は、たくさんの車が富士山を見ようとして大橋の真ん中で停まってしまうと、とても危険だからです。でも、やっぱりというか、あえて浜名湖大橋の真ん中から見える景色を紹介したいと思います。しかし、今回紹介する景色は、上り車線から見える富士山とは正反対、下り車線から左前方に見える景色です。

目を凝らして見ていると、延々と

50km余りにわたって続く、片浜十三里と呼ばれる日本一の砂浜が目飛び込んできます。この雄大な景色は、美しく続く砂浜だけではなく、砂浜に打ち寄せる太平洋の大波、その波が作り出す霧のような潮煙、そして砂浜の背後にそそり立つ海食崖とそれを覆う木々の緑によって成り立っています。さらに、運が良ければ、弓のように連なる砂浜の先に伊良湖岬と、その先に神島や志摩半島まで見ることが出来ます。サーファーが喜びそうな大きな波がきれいに整列しているのが見えるのも、表浜=片浜十三里の魅力です。

最後にお願ひです。こんなに素晴らしい浜名湖大橋からの景観ですが、ドライバーは決してわき見運転などなさらぬように願ひします。

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。

ローストチキンのウォールドルフサラダ



鶏がらとタマネギやニンジン
を30分程度煮込めば、
鶏がらスープもできます!

今月の食材



ひな鳥

材料(2人分)

ひな鳥 (鶏もも肉で代用可)	1羽	セロリ	25g
パセリなどのハーブ	適量	塩、こしょう	適量
塩	少々	クルミ	10g
バター	適量	レーズン(湯で戻す)	10g
マヨネーズ	70g	セルフィーユ	適量
プレーンヨーグルト	40g	エディブルフラワー	適量
蜂蜜	5g	ベビーリーフ	適量
リンゴ	50g	粒マスタード	適量

作り方

- ひな鳥の内臓を取り除き、ハーブを入れて、中身が出ないようにたこ糸で足を縛る。塩をまぶし、クリーム状にしたバターを全体に塗る。
- 180℃に予熱したオーブンで1を25分焼き、オーブンから出して15分置く。
- (A)を混ぜたソースに、1cm角に切ったリンゴ、セロリを合わせ、塩、こしょうで味を整える。
- さばいた2とベビーリーフを盛り付け、3をかける。(B)を飾り、粒マスタードを添えて出来上がり。



ホテル アークリッシュ 豊橋
総料理長 今里 武さん

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、夜間【毎日】…20:00~翌朝7:00。各30分前に受付終了 ※12/30(月)、12/31(火)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(月)、12/31(火)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

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)		岡村クリニック(佐藤2) ☎ 65・4100
8(日)	昼	光生会病院(吾妻町) ☎ 61・3166
	夜	鈴木ひろし整形外科(佐藤5) ☎ 65・1300
14(土)		佐藤脳神経外科(牛川通1) ☎ 69・2760
15(日)	昼	福井脳神経外科(立花町) ☎ 21・7001
	夜	弥生病院(弥生町) ☎ 48・2211
21(土)		殿田橋整形外科(飯村町) ☎ 69・1601

22(日)	夜	はしら整形リハビリクリニック(中橋良町) ☎ 29・8484
		中島脳神経外科(下五井町) ☎ 54・6261
28(土)		花田いしかわクリニック(花田町) ☎ 32・2166
29(日)	昼	東岩田いとうクリニック(東岩田1) ☎ 69・3500
	夜	大岩クリニック(向草間町) ☎ 45・1013
30(月)	昼	岡村クリニック(佐藤2) ☎ 65・4100
	夜	大島整形外科クリニック(東田町字井原) ☎ 62・5511
31(火)	昼	伊藤医院(小池町) ☎ 45・5283
	夜	前川外科内科(東岩田4) ☎ 62・6411

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)	竹内産婦人科(新本町) ☎ 52・3453
2(月)	秋山産婦人科(西幸町) ☎ 48・6116
3(火)	ひらでかおるクリニック(牟呂町) ☎ 37・5731
4(水)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町) ☎ 38・0306
5(木)	マミーローズクリニック(高洲町) ☎ 32・6585
6(金)	小石マタニティクリニック(つづしが丘2) ☎ 66・1212
7(土)	今泉産婦人科医院(仲ノ町) ☎ 62・7173
8(日)	つづしが丘ウイメンズクリニック(つづしが丘2) ☎ 66・5550
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)	今泉産婦人科医院(仲ノ町) ☎ 62・7173
12(木)	ジュンレディースクリニック豊橋(北山町) ☎ 38・0306
13(金)	マミーローズクリニック(高洲町) ☎ 32・6585
14(土)	つづしが丘ウイメンズクリニック(つづしが丘2) ☎ 66・5550
15(日)	中岡レディースクリニック(東幸町) ☎ 63・5588
16(月)	竹内産婦人科(新本町) ☎ 52・3453

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

耳鼻咽喉科

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

1(日)	井澤医院(東新町) ☎ 55・8936
8(日)	芳賀耳鼻咽喉科医院(西岩田1) ☎ 63・1030
15(日)	木下耳鼻咽喉科(飯村北1) ☎ 63・2261
22(日)	吉見耳鼻咽喉科(野依台1) ☎ 25・7688

29(日)	藤原耳鼻咽喉科クリニック(駅前大通1) ☎ 56・1385
30(月)	ハタノ耳鼻咽喉科(上地町) ☎ 63・8733
31(火)	こんどう耳鼻咽喉科(大清水町) ☎ 29・3433

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)	かきはら眼科クリニック(つづしが丘2) ☎ 63・5139
15(日)	弥生病院(弥生町) ☎ 48・2211
22(日)	おおいし眼科(宮下町) ☎ 64・0081

29(日)	はた眼科クリニック(飯村北1) ☎ 64・1777
30(月)	かきはら眼科クリニック(つづしが丘2) ☎ 63・5139
31(火)	成田記念病院(羽根井本町) ☎ 31・2167

柔道整復師

時間 8:00~20:00

1(日)	中山接骨院(向山町) ☎ 62・2419
8(日)	ここはる鍼灸整骨院(浜道町) ☎ 35・6261
15(日)	まほろば接骨院(向山台町) ☎ 56・7400

22(日)	小松接骨院(小松町) ☎ 39・8688
29(日)	岡田接骨院(下地町) ☎ 75・9787

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

全面広告

編集後記

焼き芋の撮影に四苦八苦

今回の特集の取材で最も困ったのが、新名物「うずらいもの壺焼き」の撮影でした。取材を始めた10月初め、届いたばかりの壺で焼いた初めての焼き芋は散々な結果で撮影できず。その後も、何度となく繰り返される試作に参加し

て撮影を試みるも、空振りの連続でした。本紙に登場する写真が撮影できたのは、なんと校了2日前。スタッフの思いの詰まった焼き芋を、ぜひ食べてみてくださいね。

(桑名)

広報とよはしをスマートフォンなどで閲覧できます

多言語デジタルブック閲覧ソフト「カタログポケット」から本紙を日本語、英語、中国語(簡体字・繁体字)、韓国語、ポルトガル語、タイ語、スペイン語、インドネシア語の9言語(自動翻訳)で閲覧できます。

