

◆田原市の野菜で元氣もりもり

本市の野菜生産額は全国でもトップクラスです。これから、キャベツやブロッコリーなどおいしい季節になります。野菜だけではなく肉などの畜産物や、海産物も豊富です。そんな本市の食材をおいしく食べて、健康になってもらいたいとしレシピ集を健康課で配布しています。

レシピを参考にたくさん野菜を食べてくださいね。



また、レシピ検索サイト



▲田原市公式クックパッドQRコード

「クックパッド」でも田原市食生活改善サポーターやベジエール渥美（野菜ソムリエ）の方が考えたレシピを紹介しており、市HPやスマートフォンで見ることができます。

野菜料理は手間が掛かることもありますが、調理方法を工夫することで野菜の摂取量もアップします。野菜が不足しているという方、毎日「野菜1皿プラス」で体にいいこと始めてみませんか。

【お知らせ】

◆「田原市がん検診」は1月末まで

⑩1003676

今年度受診していない方は、ぜひ受診しましょう。大腸がん検診・前立腺がん検診・肝炎ウイルス検診については、国民健康保険に加入の方は特定健診（医療保険者による健診）と同時に検査できますので、併せて受診することをお勧めします。



【期間】平成30年1月31日（水）まで（前立腺がん検診、健康応援健診、肝炎ウイルス検診は12月末まで）【場所】市内指定医療機関もしくは検診車（子宮頸がん検診は豊橋市内指定医療機関でも受診可）【持ち物】受診券（平成29年5月中旬に郵送済）【費用】無料（HPV検査は自己負担2000円）【その他】受診券を紛失された方や、今年度新たに各種検診の受診を希望される方は、ご連絡ください。

▼健康課（市役所内）

☎23・3515

▼健康課（あつみライフランド内）

☎33・0386

◆健康づくりリーダー登録研修会の受講費用を助成します

⑩1005223

健康たはら21第2次計画に基づき、市民の健康づくり（運動分野）を推進するために、研修費用の一部を助成する制度です。

【対象】次の全てを満たす方①市内在住②市税に滞納がない③平成29年度愛知県健康づくりリーダーバンク登録研修会受講④助成金交付後愛知県健康づくりリーダー連絡協議会東三河ブロック田原市支部に3年以上加入し活動できる方⑤市や地域の依頼に応じて運動指導などを行える方【助成内容】①受講にかかる往復の旅費②健康度評価費用など【助成対象額】助成対象経費の2分の1以内（上限1万6000円）【申請期間】研修会最終日から起算して30日以内、または平成30年3月31日のいづれか早い日までに申請【申請方法】①健康度評価費用領収書（写）②愛知県健康づくりリーダーバンク登録証（写）を健康課、またはあつみライフランドへ提出【その他】申請者が定員（2名）を上回る場合は、審査により交付を決定します。※詳しくは市HPをご覧ください。健康課へお問い合わせください。

●休日当直医

※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認の上、受診してください。市役所 ☎22-1111（代表）

月 日	当直医	電話番号	月 日	当直医	電話番号
12月3日(日)	おかだクリニック	☎37-0001	12月24日(日)	藤岡医院	☎32-1515
	田原南こころのクリニック	☎27-7100		かわい歯科	☎24-0080
	ヒラノ・デンタル・オフィス	☎22-6477	12月29日(金)	おおかわ歯科	☎22-4182
12月10日(日)	北山クリニック	☎23-3946	12月30日(土)	清栄歯科クリニック	☎33-0657
	すずき歯科	☎23-0033	12月31日(日)	國見医院	☎22-0756
12月17日(日)	川瀬医院	☎35-1511		田原歯科クリニック	☎23-1626
	藤井歯科医院	☎45-2123	1月1日(月・祝)	昭和医院	☎32-3749
	第2国見医院	☎23-2302		山内歯科医院	☎23-1525
12月23日(土・祝)	きまた眼科	☎23-1092	1月2日(火)	河合医院	☎22-6133
	木村歯科医院	☎22-0404		鈴木歯科医院	☎32-0239
診療時間 医科●9:00～17:00／歯科●9:00～12:00 夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院●☎22-2131			1月3日(水)	朽名医院	☎33-0162
				赤石歯科クリニック	☎23-7300