令和７年４月現在

令和7年度
豊田市　健康づくり応援課

# 健康づくり応援メニュー

## 健康に関する出前講座

**対象：おおむね 10 人以上で構成されたグループなど**
**＊一部対象外の団体あり**

**◆生涯学習出前講座**

保健師・管理栄養士・歯科衛生士・健康づくりリーダーなどの講師を派遣し、体力チェックや筋トレ、ウオーキングのコツ、バランスの良い食事、歯と口の講話など健康講座を行います。

**◆高校･大学生への健康づくり出前講座**

若いうちから健康に関する正しい知識を身につけ、健康的な生活を送ることができるよう、高校生、大学生を対象に、保健師、管理栄養士等を派遣し、講話・調理実習・健康チェック等を行います。
＊材料費など実費が必要な場合あり

## 健康づくり応援物品の貸出し

**対象：おおむね 10 人以上で構成されたグループ**

**◆健康チェック物品**

血圧計、体組成計、握力計、血管年齢測定器、棒反応などの健康チェック物品の貸出し
＊インボディ（体成分分析装置）は、保健師、看護師等による結果説明・保健指導の実施が可能な場合のみ貸出し可

**◆健康づくり学習教材**

食育、歯科、たばこ、こころの健康に関する教材やパネル等の貸出し

**◆健康イベント物品**

のぼり旗、ビブス等ウオーキングイベントに関するグッズの貸出し

## きらちゃん健康アンバサダー（啓発事業）

**対象：学生・事業所で働く人・学んだことを周囲に伝えくれる人**

**◆きらちゃん健康アンバサダーカードを配付**

健康教育等で学んだことを周囲に伝えてくれる人に、レベルに合わせてカードを配付。レベルアップを目指そう。

## とよた健康マイレージ　　対象：市民

**◆健康づくりでポイント GET！**

アプリ「あいち健康プラス」で健康づくりを実践し、条件達成者には、とよたＳＤＧs ポイント及び愛知県内で使える優待カードを進呈。その他抽選で賞品が当たります。

## ヘルスサポートリーダー（健康づくりボランティア）による健康づくり講座

**対象：市民**

**◆「とよた健康プラス１０（じゅう）！」**のミニ講話や自身の体に関心がもてる健康チェック、気軽にできる体操の実施。地域のイベントにも協力します。

## 介護予防教室　　対象：65歳以上の方

**◆元気アップ教室**

自治区の集会所等、地域の身近な場所で介護予防を目的としたストレッチ、筋力アップ体操等を教室形式で開催

**◆自主活動グループ支援**

教室終了後も、活動が継続できるよう、保健師等の講師を派遣

※　健康づくりに取り組む地域・学校・事業所・団体の健康づくりを応援します。詳しくは、裏面　地区担当保健師へ御相談ください。

# 令和7年度　豊田市保健部　健康づくり応援課

健康づくり応援課では、市役所、足助支所、高岡・猿投コミュニティセンターを拠点に地区担当保健師を配置し、地域の特性に応じた健康づくりを市民と共働で推進しています。各種出前講座、健康教室、健康相談、介護予防、ヘルスサポートリーダー（健康づくりボランティア）の活動支援など、地域、学校、事業所、団体の皆様の健康づくりを応援します。

## 問合せ窓口一覧

| 場所 | | 担当　地区 | 電話 | FAX | メールアドレス | 担当 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 健康づくり応援課（東庁舎4階） | | 健康づくり事業全般 | 34-6627 | 34-6186 | kenkououen@city.toyota.aichi.jp | — |
| 西部地区担当 | 東庁舎４階 | 逢妻、朝日丘、梅坪台、浄水、崇化館、豊南 | 34-6627 | 34-6186 | kenkououen-seibu@city.toyota.aichi.jp | 加藤・磯谷<br>淺井 |
| 東部地区担当 | 足助支所内 | 高橋、益富、美里、松平、旭、足助、稲武、下山 | 62-0603 | 62-0606 | kenkououen-toubu@city.toyota.aichi.jp | 深尾・青山<br>伊藤 |
| 南部地区担当 | 高岡コミュニティセンター内 | 上郷、末野原、高岡、前林、竜神、若園 | 85-7710 | 85-7733 | kenkououen-nanbu@city.toyota.aichi.jp | 林・川原<br>柴田 |
| 北部地区担当 | 猿投コミュニティセンター内 | 井郷、石野、猿投、猿投台、保見、小原、藤岡、藤岡南 | 41-3081 | 41-3083 | kenkououen-hokubu@city.toyota.aichi.jp | 國長・渡邊<br>石田・加藤 |