

こあらっちだより

広報なごや千種区版 7月号 CHIKUSA

★原則、7/11(土)～8/10(月)の記事を掲載しています。★費用の掲載のないものは、無料です。



日曜窓口 7/12、8/9
午前8:45～正午
※取扱い業務など、詳しくは担当課へ



千種区役所
編集 〒464-8644 星が丘山手103番地
TEL 762-3111(代表) FAX 753-1924



区ウェブサイト

笑顔がいっぱい 夏休み特集!

おはなし会 in 千種図書館 高校生がカツヤク!「市邨高等学校編」

日時 7/15(水) 午前11:00～11:30
場所 千種図書館・集会室
対象 幼児～小学生
(小学生未満のお子さんは保護者同伴)
問合せ 千種図書館
(☎781-7431 FAX781-7447)

市邨高校の学生が、
みんなにおすすめしたい
絵本を読みます



子ども司書

～図書館のお仕事体験～

日時 8/5(水)、8/7(金) 午前9:30～正午
場所 千種図書館
対象 小学生
定員 各日8人
申込 7/11(土)午前9:30から
7/19(日)までに窓口・電話にて
(申込多数の場合は抽選)
問合せ 千種図書館
(☎781-7431 FAX781-7447)

カウンターでの
貸し出しなどを
体験します



親子でポッチャ体験会

日時 7/24(金) 午前10:00～正午
場所 メガロス千種(千種二丁目23-11)
対象 年中～小学生までのお子さんと
保護者20組(40人程度)
申込 7/17(金)までに申込フォームにて
(申込多数の場合は抽選)
問合せ 民生子ども課
(☎753-1873 FAX751-3120)

ポッチャは
様々な垣根を超えて、
誰でも楽しめるスポーツです。
ぜひ親子で体験して
みませんか?

申込は
こちら▶



千種区こども美術展の 作品募集

応募資格 区内在住・在学の小中学生

- 部門・規格
- ① 絵画…四つ切または八つ切画用紙
 - ② 書…半紙
 - ③ 写真…A4 以上ワイド四つ切以内、スマートフォン撮影可

※①②は小学校低・高学年、中学生の部の3部門
※③はウェブサイトなどからも応募可
※出品は各部門1人1点まで

応募受付 7/21(火)～9/4(金)に作品と出品
申込書を下記問い合わせ先までお持ち
ください。

※出品申込書はウェブサイトからダウンロードできます。

作品展示 応募作品は、千種区民総合美術展作品(①参照)とともに
10/16(金)～18(日)に市民ギャラリー矢田で展示
します。

問合せ 地域力推進課(☎753-1825 FAX753-1924)

詳細はこちら▼



しんぽスクール

日時 7/29(水)～7/31(金) 午前9:30～正午
場所 千種児童館
対象 小学生
定員 各日15人程度
申込 7/15(水)午前10:00から
窓口にて先着順
(午前10:30からは電話も可)
問合せ 千種児童館(☎・FAX722-8222)

宿題や勉強の分からない
ところを、ボランティアの
お兄さん、お姉さんに聞
いてみよう。
勉強の息抜きに
お楽しみ企画も♪



地域活動をしている方に インタビューしました!



私のモットーは、
「一生懸命楽しく」

紙面では伝えきれない青木さんの活動の様子は
こちら▶



茶屋ヶ坂公園にて、アジサイボランティアとして区の花アジサイの手入れを行う92歳の青木さん。無理なく楽しみながら続けることを大切にしています。

千種区では、アジサイボランティアを募集しています。青木さんたちと一緒に綺麗なアジサイを育てませんか? 詳細は下記問い合わせ先まで

問合せ 区役所地域力推進課(☎753-1821 FAX753-1924)

富士見台学区
アジサイボランティア
青木 雅夫さん

俳句・川柳コンクール作品募集

テーマ 「趣味・たのしみ」

- 応募部門
- ① 俳句部門(季語が必要)
 - ② 川柳部門
 - ③ 子ども部門(俳句・川柳の区別なし)

応募資格 市内在住・在学・在勤の方

応募方法 区ウェブサイト・電子メール・郵送・ファクス・窓口持参で。(応募チラシは、区役所などで配布のほか、区ウェブサイトからもダウンロード可能)

応募締切 9/4(金) 必着
※詳細は応募チラシまたは区ウェブサイトをご覧ください
区役所地域力推進課

応募・問合せ ☎753-1826 FAX753-1924 〒464-8644 住所記入不要
a7531825@chikusa.city.nagoya.lg.jp

入賞者は表彰します
広報なごやなどでも紹介!!

詳細はこちら▼



都福社会館

☎711-1483・FAX711-9657

いずれも福祉社会館の利用証が必要です。
対象 市内在住で60歳以上の方
※申し込みは午前8:45～午後5:00の間

☆eスポーツ体験会

日時 8/25(火)午後1:30～3:30
定員 20人
内容 人気のゲームを使ったeスポーツ体験
講師 株式会社NTPセブンス担当者
申込 7/22(水)から電話にて先着順

☆やさしい手芸

日時 8/26(水)午後1:30～3:30
定員 12人
内容 ちりめん根付・福ぞうり
～草履は健康健脚の縁起物～
費用 200円
申込 7/15(水)から費用を添えて窓口にて先着順

☆回想法ってなんだろう

日時 8/27(木)午前10:00～11:00 定員 5人
申込 7/16(木)から電話または窓口にて先着順

☆健康相談

日時 8/28(金)午後1:30～2:30
講師 大石ファミリークリニック院長 大石睦夫さん
申込 7/17(金)から電話または窓口にて先着順

図書館

☎781-7431・FAX781-7447

☆おはなし会

●ババールの会(小学1・2年生)
日時 7/11(土)午前10:00～10:30
●ナルニアの会(小学3～6年生)
日時 7/11(土)午前10:45～11:30
内容 おすすめの本紹介と本を使わないおはなしの語り

●絵本とおはなしをきく会(幼児・小学生向け)
日時 7/25(土)午前11:00～11:45
内容 おはなし会とおりがみ遊び

●こわいおはなし会(5歳児～大人)
日時 8/8(土)午前10:30～11:15

語り手 児童文学波の会、職員

なごホーム(児童館)

☎・FAX722-8222

☆ボードゲームであそぼう

日時 7/24(金)A:午後3:30～4:45
B:午後5:00～6:00
対象 A:小学生 B:中学生～高校生
定員 各回10人程度(当日先着順)
内容 ボードゲーム専門家のおにいさんと、
いろいろなゲームで楽しもう♪

☆①つくってあそぼう

日時 7/27(月)A:午後1:30～2:30
B:午後2:45～3:45
対象・定員 小学生各回8人
内容 磁石の力でアシカがボールであそぶかわいなおもちゃを作ります
費用 100円

☆②夏休みおはなし会

日時 8/6(木)午前10:30～11:30
対象 乳幼児と保護者、小学生 定員 20組程度

☆③キッズダンス

日時 8/8(土)午後1:30～2:30
対象・定員 年長児～小学生30人程度
内容 みんなで楽しくダンスをしよう!
▶①～③ともに
申込 ①7/12(日)②7/23(木)③7/25(土)
午前10:00から窓口にて先着順
(午前10:30からは電話も可)

揚輝荘

☎759-4450・FAX759-4451

☆親子で狂言体験

日時 8/8(土)①午前10:30～正午
②午後1:30～3:00

場所 聴松閣(南園)地階多目的室
対象 小学生と保護者
定員 各回12人6組
費用 無料(別途聴松閣の入館料が必要)
申込 7/29(水)までに、ファクス、
窓口または右記ウェブサイトにて(申込多数の場合は抽選) ▲ウェブサイト

文化小劇場「ちくさ座」

☎745-6235・FAX745-6236

☆オイスターズが千種文化小劇場でつくる揚輝荘の話

日時 8/7(金)午後7:00
8/8(土)午後2:00
8/9(日)昼の部午前11:00
夜の部午後3:00 ▲ウェブサイト

費用 一般3,500円、友の会・障がい者3,000円、
22歳以下2,000円※未就学児入場不可
内容 3年前、揚輝荘で上演し大好評を博した
演劇作品を、千種文化小劇場で再構築
申込 詳細は上記ウェブサイトをご覧ください

生涯学習センター

☎722-9666・FAX722-9696

☆【公開講座】災害時に起こりやすい犯罪

～被害にあわないための第一歩～
日時 7/28(火)午後1:45～3:45
定員 54人(当日午後1:15から窓口にて先着順)
講師 総合危機管理アドバイザー
総合防犯士会理事 三沢おりえさん

☆【椋山女学園大学共催】世界の文化と食を学ぼう!

～「アメリカ」「韓国」編～
日時 9/4(金)・9(水)・11(金)・18(金)
第1・3回 午前10:00～正午
第2・4回 午前10:00～午後0:30
場所 椋山女学園大学星が丘キャンパス
対象・定員 一般36人
費用 受講料1,200円、教材費1,500円
(交通費などは自己負担)
申込 本紙8面を参照し、電子申請サービス
または往復はがきで当センターへ8/4
(火)必着(〒464-0072 振甫町3-34)

自動車図書館

☎・FAX821-3364

酷暑による健康被害を防ぐため、夏季の定期
巡回を休止します。
期間 7/11(土)～8/31(月)

スポーツセンター

☎782-0700・FAX782-6700

☆1回参加型教室

教室名	日程	対象	定員	費用
①ソフトエアロピクス	7/13・27、8/3の月曜日 ①午前9:30～10:30 ②午前10:45～11:45	中学生以上	各60人	各350円
②エアロピクス				
③やさしいエアロI	7/14の火曜日午後7:30～8:30		50人	

持物 ①②③室内シューズ 申込 ①～③ともに開始30分前から先着順

☆令和8年度 第2期スポーツ教室

教室名	日時	回数	対象	定員	費用
レベルアップスイミングⅡ	9/7～11/30の月曜日 午前10:00～11:00	10回	一般	15人	6,600円
キッズ水遊びⅡA	9/8～11/24の火曜日 午後3:30～4:30	10回	年少～年長児	20人	6,600円
ジュニア水泳ⅡA	9/8～11/24の火曜日 午後4:30～5:30	10回	小学1～3年生	20人	6,600円
ジュニア水泳ⅡB	9/8～11/24の火曜日 午後5:30～6:30	10回	小学4～6年生	20人	6,600円
ニュースポーツを 楽しもうⅠ	9/8～11/24の火曜日 午前9:30～10:30	10回	一般	10人	3,500円
ZUMBA®	9/8～11/24の火曜日 午前10:45～11:45	10回	一般	30人	6,600円
親子deハッピー水遊びⅡ	9/9～11/18の水曜日 午前10:00～11:00	10回	6カ月以上の 乳幼児と保護者	15組	6,600円
キンダー水遊びⅡ	9/9～11/18の水曜日 午前11:00～正午	10回	2歳以上の 未就園児	10人	6,600円
ベビーマッサージ& 産後ボディメイクⅡ	9/9～11/18の水曜日 午前10:45～11:45	10回	2カ月～1歳未満 の乳児と保護者	30組	5,500円
自律神経を整えるヨガⅠ (託児付き※)	9/9～11/25の水曜日 午後1:00～2:00	10回	一般	60人	4,400円
キッズ体操Ⅱ	9/9～11/11の水曜日 午後3:30～4:30	8回	年少～年長児	40人	4,400円
わんぱくジュニア体操Ⅱ	9/9～11/11の水曜日 午後4:45～5:45	8回	小学1～4年生	40人	4,400円
成人水泳Ⅱ	9/3～11/5の木曜日 午後2:00～3:00	10回	一般	15人	6,600円
キッズ水遊びⅡB	9/3～11/5の木曜日 午後3:30～4:30	10回	年少～年長児	20人	6,600円
ジュニア水泳ⅡC	9/3～11/5の木曜日 午後4:30～5:30	10回	小学1～3年生	20人	6,600円
フラダンス	9/10～11/12の木曜日 午前10:00～11:30	10回	一般	55人	5,500円
テニス	9/10～11/19の木曜日 午後6:45～8:45	10回	一般	45人	8,580円
美姿勢エクササイズ (託児付き※)	9/5～11/21の土曜日 午前9:15～10:15	10回	一般	60人	4,400円
やさしい健康体操Ⅱ	9/5～11/21の土曜日 午前10:30～11:30	10回	一般	60人	3,500円
アーチェリーⅡ	9/5～10/31の土曜日 午後1:00～3:00	8回	一般	30人	5,500円

※託児は満2歳以上の未就園児対象、費用は別途1,650円必要

申込 7/11(土)～7/26(日)午後6:00までに窓口か電子申請サービス(本紙8面参照)で



ちくさくらしのガイド

★事業の詳細は各お問い合わせ先にご確認ください。
★費用の掲載のないものは、無料です。

区役所

★法律相談(予約制・面談のみ)

日時 7/28(火)、8/12(水)
午後1:00~4:00 [ウェブサイト▶](#)



定員 16人(相談は1人20分以内)
申込 市公式ウェブサイトまたは名古屋おしえてダイヤル(☎953-7584)※各相談日の1週間前の午前8:00から先着順受付

★千種区子ども安心週間7/7(火)~20(月・祝)

夏休みの前に、子どもを犯罪や事故から守る取り組みを、区内全域で行います。

○「こあらっち」ぬりえで防犯交通ルールを学ぼう

○おやこでチャレンジ!こども安心クイズ防犯・交通安全・SNSトラブル防止を学べます。区のウェブサイトからダウンロードできます。



★①夏の青少年をまもる運動キャンペーン

日時 7/15(水)午後4:00

場所 アピタ千代田橋店
(千代田橋二丁目1-1)

内容 ○子どもの安全のための啓発活動
○愛知淑徳高等学校バトントワーリング部による演技

★②青少年健全育成啓発ポスター用の図画募集

区内の小中学校に掲示するポスターの図画を募集します。

内容 「青少年の健全育成」や「非行防止」などをテーマとしたもの

応募資格 区内在住・在学の小中学生

応募方法 A4サイズの用紙1枚に1点の作品を描き、裏面に住所・氏名・電話番号・学校名・学年を記入して9/4(金)までに下記応募先へ郵送または持参で(複数枚の応募・デジタルでの作成可)



▶①・②ともに

応募・問合せ 〒464-8644(住所記入不要)
地域力推進課(☎753-1825・FAX753-1924)
✉a7531825@chikusa.city.nagoya.lg.jp

★夏の交通安全市民運動 7/11(土)~20(月・祝)

~交通ルールを守り、交通事故をなくしましょう~

○歩行者は、信号を守る、横断歩道を渡るなど交通ルールを守りましょう

○ドライバーは、歩行者を見掛けたら速度を落とすなどの「思いやり・ゆずり合い運転」を実践しましょう



○自転車に乗るときは、ヘルメットを着用しましょう
問合せ 地域力推進課(☎753-1821・FAX753-1924)

★アジサイ剪定ボランティア(雨天決行・荒天中止)

日時 7/24(金)午前10:00~正午

場所 茶屋ヶ坂公園児童園 ※駐車場はありません

持物 飲み物、タオル、軍手、剪定ハサミ(お持ちの方のみ)

※暑さ・虫の対策や雨具は各自でお願いします
問合せ 地域力推進課(☎753-1824・FAX753-1924)

★千種区区民アンケートにご協力ください

千種区将来ビジョンやあじさいプラン(千種区区政運営方針)に対する満足度や意見などを把握し、今後の区政運営に活かすため、区内在住の18歳以上の方2,000人を無作為抽出してアンケート調査を行います。ご協力をお願いします。

問合せ 企画経理課(☎753-1932・FAX753-1924)

★こあらっち子育て応援講座

「たたかない どころかない 子育て」(6回連続)

日時 9/8・15・29、10/6・13・20(全て火曜日)午前10:15~午後0:15

場所 千種児童館
対象 2~10歳の子の母親(子どもの同席不可)
定員 12人(託児:8人)※申込多数の場合は抽選
講師 Office MOTOHIRO代表 競朗子さん
申込 本紙8面を参照し、8/10(月)までに電子申請サービスにて

問合せ 民生子ども課(☎753-1873・FAX751-3120)

★留守家庭児童育成会(学童保育所)の指導員募集

学童保育所では、放課後の「第二のおうち」として小学生の保育を行っています。午後1:00~8:00の間で1日4~6時間程度、指定された時間での保育補助の仕事です。詳細はお問い合わせください。

問合せ 富士見台第二学童保育所(☎722-6102)

※平日午前11:00~午後3:00(担当:高橋)

警察署

☎753-0110・FAX753-0221

★非行の芽 はやめにつもう みな我が子

~地域ぐるみで有害な環境をなくしましょう~

楽しい夏休みの期間は、解放感やちょっとした気の緩みから、非行や犯罪被害に遭ってしまう少年が増加する傾向にあります。少年を非行や犯罪被害から守るために、家族で対話する機会を増やしましょう。

また、地域において、「非行少年を生まない社会づくり」を目指し、少年が参加できる活動の機会を積極的に提供し、少年を取り巻く地域社会のきずなをつくりましょう。

消防署

☎764-0119・FAX752-1119

★熱中症から体を守ろう!

近年、記録的な猛暑により誰にでも熱中症が起こるリスクは高まっています。自分は大丈夫だと思込まず、家族や友人、みんなで熱中症対策を行いましょう。

【熱中症対策のポイント】

○暑さを避ける

室内ではエアコンや扇風機を活用し室温を適切に保ち、屋外では日傘や帽子などを利用して直射日光を避けるようにしましょう。

○こまめな水分補給

外出時はもちろん、室内にいる場合も、定期的に水分を補給しましょう。汗をかくことで塩分が体から抜けてしまいます。水だけではなく塩分も一緒に摂取しましょう。

○暑さに負けない体力づくり

適度な運動やバランスのとれた食事、十分な睡眠をとりましょう。



香流橋プール

☎773-5311・FAX773-5805

★マンツーマンレッスン開催

日時 7/11(土)午後3:00~5:00
7/14(火)午後6:00~8:00
1レッスン30分

対象 年長~一般(年長は保護者同伴)

定員 各日4人 費用 2,200円

申込 7/4(土)から電話または窓口にて先着順

環境事業所

☎771-0424・FAX771-5113

★ごみの収集時間について

猪子石工場(ごみ処理工場)の大規模改修に伴い、搬入先が変動するため、令和8年8月以降、収集時間が前後することがありますのでご注意ください。ごみは当日の朝(午前8:00まで)に出していただくようお願いいたします。

★カラスにごみを荒らされないための対策

○当日の朝(午前8:00まで)に出す

○防鳥ネットを正しく使用する

○ボックス型ネットを使用する

より詳しい対策は、右記公式ウェブサイトをご覧ください。



防鳥ネットの例

ボックス型ネットの例



上下水道局東部営業センター

☎722-8750・FAX722-8756

★簡単な水漏れの調べ方

「最近、水道の使用量が多いな…」と思ったら、まずはご自身で水道メータをチェックしてみましょう。

家の中の蛇口を全て閉めた状態で、水道メータの赤い針やパイロット(金属の円盤)が動いているようであれば、どこかで水が漏れている可能性があります。

上下水道局公式ウェブサイトから水漏れの調べ方を確認できます。水漏れを発見した場合や水道メータがどこにあるか分からない場合は、当センターへご相談ください。



社会福祉協議会

☎763-1531・FAX763-1547

★高齢者はつらつ長寿推進事業体験会

日時 8/3(月)午前9:45~11:45

対象 市内在住の65歳以上で「はつらつ事業」に興味のある方

内容 ①高齢者はつらつ長寿推進事業の説明
②音楽会~きいて歌って楽しもう~(アンサンブル華)

申込 7/31(金)までに電話にて

いきいき支援センター

[西部] ☎763-1530・FAX763-1547

[東部] ☎781-8343・FAX781-8346

★認知症の人を介護する家族支援事業

事業名/会場	東部いきいき支援センター	西部いきいき支援センター
家族教室	7/23(木) 午後1:30~3:30	★7/21(火) 午後1:30~3:30
家族サロン	7/15(水) 午後1:30~3:30	7/27(月) 午後1:30~3:30
医師による個別専門相談	◇7/21(火) 午後2:00~3:30 定員3人	7/24(金) 午後2:00~3:30 定員3人
認知症サポーター養成講座	7/28(火) 午後2:00~3:30	

※申し込みはご都合の良いセンターへ
★MOBILITY GATE 吹上(千種三丁目5-7)で開催
◇東部いきいき分室(宮根台一丁目4-24)で開催

千種保健センターだより

保健センター ☎753-1951 〒464-8618
 FAX751-3545 星が丘山手103番地
救急医療情報センター ☎263-1133
千種区休日急病診療所(内科・小児科) ☎733-1191
 希望ヶ丘2-4-26
北歯科保健医療センター ☎915-8844
 北区平手町1-1(クオリティライフ21城北内)
救急安心センターなごや(短縮ダイヤル) ☎#7119

- 場所指定のないものは保健センターで実施します。
- 駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
- 費用の記載の無いものは無料です。

料金免除制度

本市が実施するがん検診などで、右の①～⑥の方は無料です。当日証明するものをご持参ください。

- ①70歳以上
- ②生活保護世帯
- ③市民税非課税世帯
- ④市医療費助成制度受給者
- ⑤市福祉給付金受給者
- ⑥中国残留邦人等支援給付受給者

※詳しくはお問い合わせください。

予防接種

☎753-1982

各種予防接種
 市内指定医療機関で実施しています。接種の際は、医師によく相談しましょう。

乳幼児健康診査

☎753-1975

区分	日程	対象生年月日
3・4か月児	7/14(火)	R 8. 3. 9～8. 3. 21
	7/28(火)	R 8. 3. 22～8. 4. 1
	8/4(火)	R 8. 4. 2～8. 4. 9
1歳6か月児	7/15(水)	R 6. 12. 20～7. 1. 4
	7/29(水)	R 7. 1. 5～7. 1. 19
	8/5(水)	R 7. 1. 20～7. 1. 31
3歳児	7/17(金)	R 5. 6. 25～5. 7. 6
	7/24(金)	R 5. 7. 7～5. 7. 18
	8/7(金)	R 5. 7. 19～5. 7. 28

【受付時間】
 第1子 午後1:00～1:20
 第2子以降 午後1:20～2:00

【受付時間】午後1:00～2:00

子どもと親

「申込フォームで」と記載された事業はオンラインからの申込が可能となりました！**区ウェブサイト**内の各教室ページからお申し込みください。
 (https://www.city.nagoya.jp/chikusa/kosodate/index.html) 詳細はこちら▲

子育て総合相談窓口
 ☎757-7033
 月～金曜日(祝休日は除く)
 電話＝午前8:45～午後5:15
 面接＝午前9:00～午後4:30

相談・教室	日時・受付時間	対象・定員(先着順)・内容	申込(予約制)・問合
母乳相談	7/16(木) 午後1:10～3:10	授乳中の乳児と母親 母乳に関する相談	☎753-1985
お口すくすく教室	7/27(月) 午後1:30～2:30 <受付> 午後1:15～1:30	3～6カ月児と保護者10組(参加は1組1回まで) お口の発達について、離乳食の食べさせ方、栄養の話	7/21(火) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
はじめての歯みがき教室	7/28(火) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	令和7年8月・9月生まれの乳児と保護者10組(参加は1組1回まで) むし歯予防の話、歯みがき練習(希望制)	7/21(火) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
親子むし歯予防教室	7/30(木)・8/6(木) 午前9:00～9:30 または 午前9:30～10:00	0歳から就学前の乳幼児と保護者30組 歯科検診、歯科相談、栄養相談、フッ素塗布(希望者のみ720円) 生活保護世帯のみ減免制度あり(要証明) ※歯ブラシ、タオル、母子健康手帳持参	電話または 申込フォームで ☎753-1975
離乳食相談	8/4(火) ①午後2:50～3:00 ②午後3:20～3:30	離乳食を食べている乳幼児と保護者 各回2組 離乳食に関する相談、見本展示	申込フォームで ☎753-1975
ニューファミリーセミナー	①8/6(木) 午後1:20～3:45 ②8/13(木) 午後1:20～3:00 <受付> 午後1:05～1:20	妊婦とその家族10組 ①赤ちゃんを迎えるために、育児体験など ②食生活・歯の健康・食品衛生の話、試食	申込フォームで ☎753-1975
赤ちゃんバクバク教室	8/21(金) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	令和7年11月・12月生まれの乳児と保護者16組(参加は1組1回まで) お口の手入れ、離乳食の話(中期から後期)、試食 ※赤ちゃん用スプーン、母子健康手帳持参	8/3(月) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
夏休み親子クッキング	8/25(火)・27(木)・28(金) 午前10:15～午後0:30 <受付> 午前10:00～10:15	場所：椋山女学園大学 年長児から小学6年生の児童と保護者各日12組(いずれが1日のみ) 調理実演、調理実習、試食、食育講話 ※親子ともにエフロン、三角巾、タオル、飲み物、子のみ食具(カトラリー)持参	初参加7/21(火) 2回目以降7/28(火) 午前9:00から 申込フォームで(8/11(火)祝)締切 ☎753-1975

神経・筋系難病療養中の方と家族の相談会(予約制)

日時 7/30(木)午後1:30～3:50
 対象・定員 区内在住の神経・筋系難病で療養中の方と家族4組
 内容 ○医師による個別相談 名古屋市立大学医学部附属東部医療センター リハビリテーション科 医師 青山公紀さん
 ○管理栄養士による栄養相談
 申込 7/13(月)午前9:00から電話、窓口またはファクスで
 問合 難病相談会担当(☎753-1984 FAX751-3545)

千種区民総合美術展の作品募集

【応募資格】 区内在住・在勤・在学の方 ※専門家、中学生以下は除く
 【部門】 ①日本画②洋画③書④工芸・彫刻⑤写真
 【応募方法】 事前に出品申込が必要
 応募期間 7/21(火)～9/4(金)必着
 開催要項内の出品申込書を記入し、区ウェブサイト、郵送、メール、ファクスなどにて下記問合先までご提出ください。
 【作品受付(搬入)】 ▲ウェブサイト
 日時 10/13(火)午後1:00～7:00
 14(水)午前10:00～午後1:00
 場所 市民ギャラリー矢田3階展示室(東区大幸南1-1-10カルポート東)
 問合 地域力推進課(☎753-1825 FAX753-1924)

パパから始める家族力UP講座

家事や育児を楽しむコツや家庭でできる親子遊びなどを一緒に学び、体験しませんか？
 日時 8/13(木)午前10:00～11:30
 受付 午前9:45～10:00
 対象 令和7年8月～令和8年3月生まれの子どもと父親※母親やきょうだいなどの参加可能(託児はありません)
 定員 10組
 申込 7/13(月)午前9:00から8/7(金)午後5:00までに右記申込フォームから先着順 申込フォーム▲
 問合 保健予防課(☎753-1984・FAX751-3545) 民生子ども課(☎753-1873・FAX751-3120)

一般

相談・検査	日時・受付時間・対象・定員・内容など	申込・問合
国民健康保険特定保健指導	対象 名古屋市で行っている特定保健診査の結果が「積極的支援」に該当する方 内容 3カ月以上の継続したプログラム(運動、栄養・保健指導) 申込フォーム▶	電話または左記 申込フォームで ☎753-1981
こころの健康相談日	毎週金曜日(第3金曜日は除く) 午後1:30～2:30 精神科嘱託医によるメンタルヘルスに関する相談	予約制 ☎753-1981
うつ病家族相談日	第3金曜日 午後1:30～2:30 精神科嘱託医による、うつ病またはうつ病の疑いのある方の家族を対象とした相談	初回参加時のみ 予約制 ☎753-1981
発達障がい家族のつどい	第3水曜日 午前10:00～正午 概ね中学校卒業以降に発達障がいの診断を受けた方の家族を対象とした会	予約不要 ☎753-1982
HIV・梅毒・性器クラミジア感染症検査	7/27(月) 午前9:30～10:30 定員 30人 無料、匿名 ※結果は原則1週間後に手渡し	☎753-1982

※いずれの相談・検査も祝休日は除く

知って得する！ 大人のお口のメンテ講座(予約制)
 日時 9/1(火)午後2:00～3:30
 受付 午後1:45～2:00
 対象 市内在住の20歳以上65歳未満の方
 定員 20人(先着順)
 内容 舌ヨガによる口臭ケアやほうれい線予防、カラーコーディネートなど
 申込 8/3(月)午前9:00から 右記申込フォームで
 問合 保健予防課(☎753-1981) 申込フォーム▶

大人のためのヘルスアップ教室(予約制)
 日時 ①9/16(水)②10/7(水) 午前9:50～11:30
 対象 20～64歳の方(託児有)
 定員 25人(先着順) ウェブサイト▶
 内容 ①バランスボール、ロコモ度テスト、管理栄養士講話 ②姿勢改善ピラティス、歯科衛生士講話
 持物 室内靴、靴袋、飲み物、タオル ※当日は動きやすい服装でお越しください
 申込 7/13(月)午前9:00から区ウェブサイト
 問合 保健予防課(☎753-1981)

↑↑↑↑↑より右は千種区版のページになります