

千種保健センターだより

- 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。

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

- 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。

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
親子むし歯予防教室	10/15・29、11/5 (すべて木曜日) 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500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
母乳相談	10/15(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	①10/26、②11/16 (すべて月曜日) 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	①10/19(月) ②11/9(月) 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	①10/27、②11/17 (すべて火曜日) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	①令和7年11月・12月生まれ ②令和7年12月、令和8年1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)	①10/20(火) ②11/10(火) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
ニューファミリーセミナー	①11/5(木) 午後1:20～3:45 ②11/26(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
離乳食相談	11/10(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
幼児食教室	11/11(水) 午前10:00～11:00 <受付> 午前9:50～10:00	1歳7カ月～3歳児と保護者6組 (参加は1組1回まで) 幼児食の話、野菜のおやつ作り、試食	11/4(水)締切 申込フォームで ☎753-1975
赤ちゃんパクパク教室	11/27(金) 午前10:00～11:30 <受付> 午前9:45～10:00	令和8年2月・3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	11/2(月) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975

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 ☎753-1992
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		
発達障がい 家族のつらい	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		初回参加時のみ 予約制 ☎753-1981
HIV・梅毒・ 性器クラミジア 感染症検査	10/26(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	予約不要 ☎753-1982

※いずれの相談・検査も祝休日は除く

☆筋力UP(アップ)運動教室(予約制)

～自分でも取り入れられる軽運動でフレイル予防～

日時 11/30(月)午前10:00～11:30
受付 午前9:45～10:00
場所 千種スポーツセンター2階 第2競技場
対象・定員 65歳以上の方50人(先着順)
内容 バランスボールを使った軽運動
講師 体力メンテナンス協会 田口清美さん
申込 10/30(金)午前9:00から
電話または右記申込フォームで
問合 保健予防課(☎753-1992)



☆赤ちゃん和妈妈のためのヘルスアップ教室(予約制)

日時 12/7、1/25(いずれも月曜日)午前9:45～11:00
受付 午前9:30～9:45
場所 千種スポーツセンター 軽運動室
対象 令和7年12月～令和8年6月生まれの子と母親
定員 25組(先着順) 区ウェブサイト▶
内容 1日目: バランスボール、ロコモ度テスト
2日目: 骨盤調整ヨガ・ピラティス
動きやすい服装でお越しください
申込 10/13(火)午前9:00から区ウェブサイトで
問合 保健予防課(☎753-1992)



乳幼児健康診査

☎753-1975

区分	日程	対象生年月日
3・4 か月児	10/13(火)	R 8. 6. 9～8. 6. 20
	10/27(火)	R 8. 6. 21～8. 7. 3
	11/10(火)	R 8. 7. 4～8. 7. 15

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



1歳6 か月児	10/21(水)	R 7. 3. 30～7. 4. 11
	10/28(水)	R 7. 4. 12～7. 4. 21
3歳児	10/16(金)	R 5. 9. 15～5. 9. 27
	10/23(金)	R 5. 9. 28～5. 10. 10
	11/13(金)	R 5. 10. 11～5. 10. 24

【受付時間】午後1:00～2:00

☆認知症の予防と対策

～運転寿命の延伸を含めて～

日時 11/7(土)午後0:30～4:00
場所 千種文化小劇場
定員 200人(当日先着順)
講師 慶應義塾大学予防医療センター
特任教授 三村将さん
問合 保健予防課(☎753-1984)

☆神経・筋系難病療養中の方と家族の相談会(予約制)

日時 11/9(月)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、栄養相談
講師 東名古屋病院 脳神経内科
医師 奥田聡さん
申込 10/13(火)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)

☆出かけたくなる！肌care講座(予約制)

～自分をいたわる時間を楽しみながら、
外出や交流のきっかけづくりを応援～

日時 11/12(木)午後1:30～3:00
受付 午後1:20～1:30
場所 区役所2階 第1会議室
対象・定員 65歳以上の方35人(先着順)
内容 年齢・肌の話、肌ケア、らくらく体操
講師 ケアビューティスト 吉田小枝さん
持物 手鏡 申込フォーム▶
申込 10/13(火)午前9:00から
電話または右記申込フォームで
問合 保健予防課(☎753-1992)



☆歯と口の健康相談(予約制)

日時 11/12(木)午後1:30～3:30
(1組15分程度)
対象・定員 市内在住の方8人(先着順)
内容 歯科検診、個別相談
申込 10/13(火)午前9:00から電話
問合 保健予防課(☎753-1992)

☆地域精神保健福祉事業 家族教室(予約制)

精神障がいの疾病理解を深め、家族の交流を通じて関わり方を考えませんか？
日時 11/26(木)午後1:30～3:30
受付 午後1:15～1:30
場所 区役所2階 第1会議室
対象・定員 精神障がいのある方のご家族40人
内容 講話、グループワーク
講師 名古屋市立大学看護学部
教授 香月富士日さん
申込 10/16(金)午前9:00 申込フォーム▶
から電話または右記申込フォームで
問合 保健予防課(☎753-1981)

