←ここより右は千種区版のページになります

千種保健センターだより

保健センター　☎753-1951　FAX751-3545　〒464-8618　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
希望ケ丘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。



免 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　④市医療費助成制度受給者
②生活保護世帯　⑤市福祉給付金受給者
③市民税非課税世帯　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。

乳幼児健康診査

☎753-1975

区分	日程	対象生年月日
３・４か月児	11/24(火)	R８.７.16～８.７.27
	12/８(火)	R８.７.28～８.８.９
【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	11/18(水)	R７.４.22～７.５.８
	11/25(水)	R７.５.９～７.５.20
	12/９(水)	R７.５.21～７.５.31
３歳児	11/13(金)	R５.10.11～５.10.24
	11/20(金)	R５.10.25～５.11.４
	11/27(金)	R５.11.５～５.11.14
【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	11/19(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
親子むし歯予防教室	11/26、12/10 （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
ニューファミリーセミナー	①12/３(木) 午後１:20～３:45 ②12/15(火) 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
子どものアレルギーとぜん息相談	12/４(金) 午後１:45～２:45	市内在住の15歳未満の児童 アレルギー専門医による診察・相談・指導（保健・栄養）	申込フォームで ☎753-1975
離乳食相談	12/８(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
赤ちゃんパクパク教室	12/18(金) 午前10:00～11:30 〈受付〉 午前９:45～10:00	令和８年３月・４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	12/１(火) 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	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	11/30(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		

✿11月・12月はネズミ防除運動期間

ネズミは何でもかじって衣食住に被害を与えるだけでなく、病原菌や寄生虫を媒介して人に病気を広げる恐れがあります。ネズミの習性をよく知り効果的な防除をしましょう。

・食品類、生ごみは蓋つき容器へ入れる
・排水口、通気口などは金網などで入り込めない構造とし、隙間や壁の穴はふさぐ
・巣の材料となる紙や布類を整理し、押し入れや床下、物置などを定期的に清掃する

問合　環境薬務課　住居衛生・薬務担当（☎753-1973）

✿体力測定会（予約制）

～今の体力は平均より上？下？～

日時　12/15(火)午後１:30～３:30
受付　午後１:15～１:30
場所　千種スポーツセンター２階　第１競技場
対象　65歳以上の方　定員　70人（先着順）
内容　体力チェック、レクリエーション
持物　室内靴、飲み物
　　動きやすい服装でお越しください
申込　11/16(月)午前９:00から電話または申込フォームで
問合　保健予防課（☎753-1992）申込フォーム▲

✿２歳前後の心のそだち講座（予約制）

２歳前後には「自我が育つ」といわれますが、親にとっては悩みの多い時期。この時期のお子さんの発達や関わり方を学び、子育てのヒントを見つけてみませんか？

日時　12/21(月)午前10:00～11:00
受付　午前９:45～10:00
対象　区内在住の２歳前後（令和５年12月～令和７年５月生まれ）の子と保護者
定員　８組（先着順）
内容　公認心理師による講話「２歳児の心のそだち」
申込　11/11(水)午前９:00から申込フォームで
問合　心のそだち講座担当（☎753-1985）

申込フォーム▲

✿つるかめセミナー

～歌と音楽でフレイル予防！～

日時　11/25(水)
　　午後１:30～３:00
受付　午後１:10～１:30
場所　千種文化小劇場　▲区ウェブサイト
対象・定員　市内在住の方200人（当日先着順）
内容　介護予防指導士ユニット「モカマッタリズ」による喉トレと歌
問合　保健予防課（☎753-1992）

✿つるかめセミナー

～フレイルってなに？フレイルになるとどうなる？～

日時　12/９(水)
　　午後１:30～３:00
受付　午後１:10～１:30
場所　千種文化小劇場　▲区ウェブサイト
対象・定員　市内在住の方200人（当日先着順）
内容　医師による講話、Cotofluによる琴とフルートの二重奏
問合　保健予防課（☎753-1992）

✿噛むCOME（カム）健口教室（予約制）

～からだの健康はお口から～

日時　12/23(水)午前10:00～11:30
受付　午前９:50～10:00
場所　区役所２階　第１会議室
対象　65歳以上の方
定員　40人（先着順）申込フォーム▶
内容　歯科講話、栄養講話・試食
申込　11/27(金)午前９:00から電話または申込フォームで
問合　保健予防課（☎753-1992）