こあらっちだより

広報なごや千種区版 11月号 ✤ CHIKUSA

区の花アジサイ



千種区マスコットキャラクター「こあらっち」

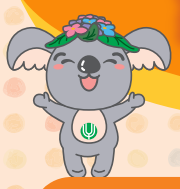
日曜窓口 11/15、12/13 午前8:45～正午
※取扱い業務など、詳しくは担当課へ

区ウェブサイト

X(旧Twitter)

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

★原則、11/11(水)～12/10(木)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。



第37回 千種区民まつり

～Hot! ホッと! ちくさ～

詳細はこちら

あったかコーナー

きしめんを食べ比べよう!



出来立てのポン菓子を頬張ろう!



懐かしの駄菓子を味わおう!



ステージ



午前 9:30	オープニング和太鼓
午前 9:45	開会式
午前10:15	キャラクターショー
午前10:50	ダンスステージ
午前11:10	ダイヤモンドルージュパフォーマンス
午前11:40	フラダンス
正午	和太鼓演奏
午後 0:15	ビッグバンドジャズ演奏
午後 0:35	キャラクターショー
午後 1:10	閉会式
午後 1:35	菓子まき

あの人気キャラクターがやってくる!

開催の確認方法

当日中止の場合は、午前8:00以降にお知らせします。
●区ウェブサイト ●名古屋おしえてダイヤル▶
●区公式Facebook ☎953-7584

日時 **12/6(日)** 午前9:30～午後2:00(予定)

場所 **平和公園 メタセコイア広場**
(市バス「平和公園南」下車徒歩1分)
※天候や都合により行事内容を変更する場合があります。

小雨決行 警報が発令されたときなどは中止となります。

乗り物体験・展示コーナー

お絵かきバス ※雨天中止

整理券配布 午前10:00～
対 象 小学生以下
先着100人



はしご車に乗ってみよう!

抽選券配布 ①午前10:00～ ②正午～
※各回ともに配布枚数に限りがあります
対 象 小学生以下 詳しくは現地にて
※雨天・雷・強風の場合は中止
各回当選者25組




道路パトロールカー




パトカー・白バイ など

名古屋ダイヤモンドドルフィンズによるバスケ体験


チアパフォーマンスも披露

©NAGOYAD


公式マスコットDOLCHY(ドルチィ)

テントコーナー

●キッチンカー 限定メニューも!
●飲食コーナー
●ゲーム・工作・各種体験ブース など

菓子まき

\今年もやります!/
整理券配布 午前11:00～
対 象 小学生以下3部制、各回先着30人

無料シャトルバス時刻表

駐車場がありませんので、無料シャトルバスや公共交通機関でご来場ください。

行きの時刻表

のりば	茶屋ケ坂発		星ケ丘発	
運行時刻	8時	53	9時	3、23、43
	9時	13、33、53	10時	00、28、53
	10時	13、33、58	11時	18、58
	11時	23、53	12時	23、58
	12時	33	13時	23、48
	13時	03、33、58	14時	13

帰りの時刻表(平和公園南 区民まつり会場発)

のりば	茶屋ケ坂ゆき		星ケ丘ゆき	
運行時刻	9時	09、29、49	9時	07、27、47
	10時	06、34、59	10時	07、27、47
	11時	24	11時	12、37
	12時	04、29	12時	07、47
	13時	04、29、54	13時	17、47
	14時	19	14時	12、37

※道路状況などにより、遅れる場合があります。



茶屋ケ坂
市バスターミナル内南側

平和公園南
市バス停留所「平和公園南」付近

星ケ丘
コメダ珈琲店(星ヶ丘店)前

市バス停留所には停車しません。

問合 区役所地域力推進課内 千種区民まつり実行委員会事務局 ☎753-1823 FAX753-1924

11月は児童虐待防止推進月間です

「虐待かも?」と思ったら

児童相談所 虐待対応ダイヤル 通話無料 いちはやく **189**

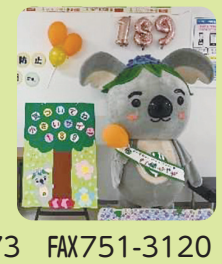
子ども虐待防止オレンジリボン運動

令和8年度 **千種区児童虐待防止推進の標語が決まりました!**

189(いちはやく) 笑顔を守る 合言葉
村上 綾さん

誰かじゃない あなたが届けて 小さな声
丸山 夏希さん

児童虐待防止推進月間の千種区の取り組みはこちら▶



区役所とメガロス千種ではパネルの展示や、啓発グッズの配布も行っています。

問合 区役所民生子ども課 ☎753-1873 FAX751-3120

令和8年

千種区消防団連合観閲式

地域防災の中核を担う消防団の勇姿をご覧ください!

日時 **11/29(日)** 午前10:00～11:30

場所 **平和公園 メタセコイア広場**



消防ふれあい広場

同日午前9:30～正午
ちびっこ防火衣の試着や電動カートの乗車体験ができます。





問合 千種消防署 ☎764-0119 FAX752-1119

なごや福祉用具プラザ

✿東部介護者教室
楽らく介護のすすめ～心と体の健康講座～
日時　①12/11 ②12/18 ③12/25 ④1/8（いずれも金曜日）午後1:30～3:00
※全4回のうち1回のみの参加も可。各回とも午後3:30まで介護に関する個別相談会実施
場所　守山生涯学習センター2階　第3・4集会室（守山区守山三丁目2-6）
定員　各回30人（先着順）
内容　①自宅のお風呂に安全に入るための福祉用具とコツ
②心地よい暮らしのお手伝い！～お部屋の老前整理～
③初めての介護保険
④らくらくお出かけ術～身支度から車の乗り降りまで～
申込　11/13(金)午前10:00から電話・ファクス・郵送・窓口・右記ウェブサイトへ　ウェブサイト▲
問合　なごや福祉用具プラザ（〒466-0015 昭和区御器所通3-12-1 御器所ステーションビル3階）（☎851-0051・FAX851-0056）

都福祉会館

☎711-1483・FAX711-9657

いずれも福祉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

✿なごや福祉用具プラザ共催　地域介護者教室「ペーパークラフト」
日時　12/9(水)午後1:30～3:00　定員　22人
内容　紙テープで作るフレームアート
申込　11/24(火)から電話にて先着順

✿健康相談
日時　12/11(金)午後1:30～2:30
医師　イノコシ外科内科リハビリテーション室院長　佐野真さん
申込　11/20(金)から電話または窓口にて先着順

✿スマホ講座（詐欺対策編）
日時　12/16(水)午前10:30～11:30　定員　9人
内容　ご自身のスマホで詐欺への対策方法を学びます
申込　11/20(金)から電話にて先着順

✿昭和の散歩道
日時　12/17(木)午後1:30～3:00　定員　17人
内容　昭和の思い出話をしましょう
申込　11/19(木)から電話または窓口にて先着順

スポーツセンター

☎782-0700・FAX782-6700

教室名	日時	定員
①はじめてのアクアビクスⅡ	11/11・18の水曜日 午後7:00～8:00	20人
②プリベントアクア＆ウォーキング	11/12・19・26、12/3・10の木曜日 午前11:00～正午	30人
③ソフトエアロビクス	11/16、12/7の月曜日 ③午前9:30～10:30 ④午前10:45～11:45	各60人
④エアロビクス		
⑤やさしいエアロⅡ	11/17の火曜日 午後7:30～8:30	50人

対象　いずれも中学生以上
持物　①②水着・スイミングキャップ、③④⑤室内シューズ
費用　①②660円、③④⑤350円
申込　①～⑤ともに開始30分前から先着順

東部医療センター

☎721-7171・FAX721-1308

✿①市民健康講座
乳がんについて知ってほしい3つのこと
日時　11/11(水)午後2:30（午後2:00開場）
場所　救急・外来棟4階　多目的ホール
定員　150人（当日先着順）
講師　乳腺外科　教授　川口英俊さん
※マスクの着用をお願いします

✿②世界糖尿病デーin名市大東部医療センター～ともに学ぼう！糖尿病～
日時　11/13(金)午前10:00～午後3:00
場所　救急・外来棟4階　多目的ホール
内容　糖尿病に関する知識の普及のための展示・体験
▶①・②ともに
問合　名古屋市立大学医学部附属東部医療センター栄養管理科（☎721-7171）
※マスクの着用をお願いします

なごホーム（児童館）

☎・FAX722-8222

✿みんなであそぼう
日時　11/20、12/4（いずれも金曜日）午前10:30～11:30
対象　1歳半以上の乳児と保護者
内容　11月のメインは「お店屋さんごっこ」、12月のメインは「クリスマス会」です

✿①バランスボールエクササイズ
日時　11/26(木)A：午前10:00～10:45　B：午前11:00～11:45
対象・定員　A：2カ月以上の0歳児と保護者12組　B：1～2歳児と保護者12組
内容　バランスボールを使って、心と身体を整えます

✿②つくってあそぼう
日時　12/12(土)A：午後2:00～2:50　B：午後3:00～3:50
対象・定員　小学生各回8人
費用　300円
内容　ハンドルを回すとフィギュアスケーターがくるくると回るおもちゃを作ります



✿③1さい記念日
日時　12/17(木)A：午前10:00～10:45　B：午前11:00～11:45
対象　7～12月で1歳になる幼児と保護者
※12/10(木)からは、7～12月で2～3歳になる幼児も申込可
定員　各回18組
内容　身長・体重測定や足形、保育士による育児相談
▶①～③ともに
申込　①11/12(木)②11/28(土)③12/3(木)午前10:00から窓口にて先着順（午前10:30からは電話も可）

東山動植物園

☎782-2111・FAX782-2140

✿講習会

事業名	日時
多肉植物で寄せ植えを作ろう	12/5(土)午前10:00～正午
場所	動物園動物会館レクチャーホール
定員	30人
講師	名古屋サボテンクラブ　松本正憲さん
費用	2,000円
申込	本紙8面を参照し、電子申請か往復はがきで11/17(火)消印有効（〒464-0804　東山元町3-70）

※別途入園料が必要

図書館

☎781-7431・FAX781-7447

✿おはなし会
●こぐまちゃんの会
日時　11/13(金)、11/26(木)午前11:00～11:30
対象　乳幼児と保護者
内容　絵本の読み聞かせや手遊び

✿司書と行く！書店ツアー②ON READING
日時　11/21(土)午前11:00から2時間程度
場所　ON READING（東山通5-19カメダビル2A&2B）
対象・定員　一般10人
内容　独立系書店の草分け的存在であるお店で、一味違った本と出会ってみませんか
申込　11/11(水)午前9:30からウェブサイトにて先着順　ウェブサイト▲

✿でんきの科学館　出張！静電気実験ショー
日時　12/5(土)午前10:30～11:10
対象・定員　小学生15人
内容　実験やクイズで静電気について学びます
申込　11/21(土)午前9:30からウェブサイトにて先着順　ウェブサイト▲

✿名古屋市博物館　出張！はくぶつかん講座
兼松家の門松と名古屋の正月行事
日時　12/12(土)午前10:30～11:30
対象・定員　一般20人
申込　11/21(土)午前9:30からウェブサイトにて先着順　ウェブサイト▲

揚輝荘

☎759-4450・FAX759-4451

✿揚輝荘で楽しむ、覚王山まちの芸術祭
期間　11/21(土)～29(日)
※11/24(火)は休館日
場所　聴松閣（南園）、北園
費用　無料（聴松閣のみ別途入館料が必要）

✿紅葉茶会
日時　①11/22(日)・29(日)、12/5(土)・6(日)　午前10:00、10:45、11:30、午後0:45、1:30、2:15、3:00　②12/12(土)　午前10:00、10:40、11:20、正午　午後1:00、1:40、2:20、3:00
場所　①三賞亭（北園）②聴松閣3階　和室（南園）
定員　①各回10人②各回6人
費用　700円（②のみ別途入館料が必要）
申込　当日9:30から会場入口にて先着順

✿揚輝荘紅葉ライトアップ
日時　11/28(土)・29(日)、12/5(土)・6(日)　午後4:30～8:00
場所　北園

自動車図書館

☎・FAX821-3364

▶1人12冊まで借りられます。
午前10:00～11:00、午後2:00～3:30

日時				場所
11月	17	火	午前	千種小学校（東通用門）
	18	水	午前	千代田橋小学校（西通用門）
	19	木	午前	高牟神社（南鳥居の横）
	19	木	午後	★覚王山日泰寺
12月	1	火	午後	茶屋ヶ坂公園（公園北東角）
	4	金	午前	春岡二丁目（天理教名京大教会内）
	9	水	午前	名古屋商業高校（グラウンド南西角）
	10	木	午前	★千種小学校（東通用門）

★は予約本の貸し出しはなし

区役所

✿千種区障がい福祉フェスタ2026

日時　11/14(土)午後０:30～３:30
場所　MOBILITY GATE吹上、千種文化小劇場
※車で来場される方はコインパーキングをご利用ください
内容　工作や絵画の作品展、障害疑似体験など
主催　千種区障害者自立支援連絡協議会
問合　千種区障害者基幹相談支援センター
(☎753-3567・FAX753-3568)

✿法律相談(予約制・面談のみ)

日時　11/24、12/８(いずれも火曜日)
午後１:00～４:00
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)　市ウェブサイト▶
※各相談日の１週間前の午前８:00から先着順受付

✿12/４(金)～10(木)は「人権週間」です

人権問題でお困りのときは、ご相談ください。相談は無料で秘密は厳守します。

みんなの人権110番　☎0570-003-110
こどもの人権110番　☎0120-007-110
LINEじんけん相談　ＩＤ:@linejinkensoudan

問合　名古屋法務局人権擁護部(☎952-8111)

✿令和９年成人の日記念行事のご案内

各学区において、成人の日記念行事が開催されます。ぜひご出席ください。

対象者は平成18年４月２日から平成19年４月１日生まれの方です。案内状は12月中旬までにお届けする予定です。

現在お住まいの学区以外の記念行事に参加を希望される方は、区ウェブサイトまたは下記問い合わせ先までご連絡ください。

●令和９年成人の日式典開催日時・会場一覧
式典開始30分前から受付を行います。
※田代学区のみ45分前から受付

開催日	学区	開始時刻	会場
1/10(日)	田代	午前10:00	ルブラ王山
	見付	午前10:30	見付小学校
	宮根	午前10:30	宮根小学校
1/11(月・祝)	千種	午前10:00	千種小学校
	千石	午前10:30	浩養園
	内山	午前10:00	内山コミュニティセンター
	大和	午前10:00	振甫中学校
	上野	午前10:00	上野小学校
	高見	午前10:30	高見小学校
	春岡	午前10:00	春岡小学校
	東山	午前11:00	ルブラ王山
	星ケ丘	午前10:00	星ケ丘小学校
	自由ケ丘	午前10:00	自由ケ丘小学校
	富士見台	午前10:00	富士見台小学校
	千代田橋	午前10:30	香流橋地域センター

▼区ウェブサイト　▼出席会場変更

式典の開催内容などは、急きょ変更となる場合があります。最新情報は区ウェブサイトをご確認ください。

問合　地域力推進課(☎753-1825・FAX753-1924)

✿高齢者施設、在宅サービスの選び方

日時　12/10(木)午後１:30～３:00
場所　千種文化小劇場
定員　200人(当日自由参加)
講師　名古屋市千種区社会福祉協議会
事務局長　光森礼二郎さん
名古屋市認知症相談支援センター
所長　山口喜樹さん
主催　認知症地域連携の会、地域包括ケア推進会議ほか
問合　福祉課(☎753-1839・FAX751-3120)

✿明るい選挙千種区推進のつどい

日時　12/12(土)午後２:00～４:30(１:30開場)
場所　ルブラ王山
講師　総務省主権者教育アドバイザー
(一社)WONDER EDUCATION代表
越智大貴さん
内容　幅広い世代の参加者による、グループワークを通した、政治や選挙についての話し合い
申込　12/7(月)までに
右記ウェブサイトにて　ウェブサイト▲
主催　明るい選挙名古屋市千種区推進協議会
問合　選挙管理委員会(☎753-1816・FAX753-1818)

✿区民ソフトバレーボール大会

日時　12/13(日)午前９:30開会
場所　生涯学習センター　体育室
対象　区内在住・在勤・在学の方を含むチーム
※１チーム４人以上６人以下
部門　上級の部、初級の部
費用　１チーム1,500円(傷害保険料を含む)
申込　11/17(火)までに費用を添えて下記問い合わせ先へ
※チーム申し込みに限る
※部門を重複しての申し込みは不可
問合　地域力推進課(☎753-1826・FAX753-1924)

✿第６回ミニ子育て広場

親子一緒に思いきり体を動かして遊びましょう！

日時　12/17(木)午前10:00～11:30
場所　千種スポーツセンター　第２競技場
申込　12/16(水)までに
右記申込フォームから　申込フォーム▶
問合　民生子ども課
(☎753-1873・FAX751-3120)

警察署

☎753-0110・FAX753-0221

✿広げよう支援の輪～あなたの思いやりと理解が犯罪被害者等の支えになります～

◎11/１(日)～12/１(火)は「犯罪被害者月間」です

令和８年から「犯罪被害者等基本法」の成立日である12/１(火)以前の１か月間を、「犯罪被害者月間」としています。

「犯罪被害者月間」は、期間中の広報啓発事業などを通じて、犯罪被害者やその家族・遺族が置かれている状況および名誉、配慮の重要性などについて理解を深めていただくことを目的としています。

消防署

☎764-0119・FAX752-1119

✿秋の全国火災予防運動11/９(月)～15(日)

全国統一防火標語
“火の確認　いい日を支える　いい習慣”

秋は空気が乾燥し、火災が起こりやすい季節です。こんろやたばこ、暖房器具などの火の取り扱いには十分注意してください。また、外出前や就寝前には「火の元チェック」も忘れずに行ってください。



環境事業所

☎771-0424・FAX771-5113

✿11月は分別マナーアップ推進月間です

水銀使用製品(水銀血圧計・水銀体温計・水銀温度計)を可燃ごみ・不燃ごみに絶対に出さないでください。水銀血圧計が１台混入するだけで処理施設が停止します。


水銀血圧計


水銀体温計



★家庭から排出する場合
各区の環境事業所にご相談ください
★事業所などから排出する場合
産業廃棄物として、許可業者に処理を依頼してください

土木事務所

☎781-5211・FAX782-2974

✿落ち葉の清掃にご協力を

公園の樹木や街路樹の葉が色づく季節を迎えました。公園や街路樹の周辺の方にはご迷惑をおかけしますが、落ち葉の清掃にご協力をお願いします。

上下水道局東部営業センター

☎722-8750・FAX722-8756

✿水道メータの取替作業にご協力を

有効期限８年が経過する前に水道メータの取替を行います。

○ご不在の場合でも実施します
○作業中は水道が止まる可能性があります
○作業終了後、散水栓などで放水します
○取替後、蛇口から空気の混ざった水が出た際は、空気が出なくなるまで水を流してください

その他

✿ちくさ・文化の里づくりの会秋企画　城山覚王山の紅葉を楽しむ

①紅葉の名所めぐり(要申込)
日時　11/28(土)午前９:00～10:00
(午前８:40受付)
集合場所　城山八幡宮第一鳥居(城山町二丁目88)
定員　30人(先着順)
費用　1,000円(資料代・呈茶券代・相応寺のつどい参加費を含む)
②相応寺のつどい(要申込)
日時　11/28(土)午前10:00～正午
集合場所　相応寺本堂(城山町一丁目47)
定員　60人(先着順)　費用　1,000円
内容　お茶会や歴史講演会
▶①・②ともに
申込　11/11(水)から参加者全員の氏名・代表者住所・電話番号を明記のうえファクス、電子メールまたは申込フォームにて下記問い合わせ先へ　▲申込フォーム
※いずれも１組３人まで申し込み可
問合　ちくさ・文化の里づくりの会(高木)
FAX751-8016 ✉bunkanosato@gmail.com



✿揚輝ノ華ーあてのはなー揚輝荘における植物の特徴を抽出したアート展示

展示期間　11/28(土)～12/13(日)
場所　揚輝荘北園
内容　揚輝荘に生育する植物の特徴をもとに制作した「華」を組み合わせ、群生するインスタレーションとして展示します

←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）