



東保健センターだより

☎934-1205 FAX937-5145

会場指定のないものは保健センターで実施。車での来所はご遠慮ください。

救急車を呼ぶ？迷ったら

救急安心センターなごや(24時間受付) #7119 ☎951-7119

休日診療案内

市医師会急病センター(内科・小児科・外科・眼科・耳鼻咽喉科) ☎937-7821
救急医療情報センター(24時間受付) ☎263-1133
北歯科保健医療センター ☎915-8844

※携帯電話や市外からの電話などによる予約・相談・お問い合わせの際は、市外局番「052」をつけて発信してください。

子どもと親

※二次元コードの記載がない事業は
お電話でご予約ください。
※料金の表記がないものは無料。
お釣りのないようにご協力ください。

◎相談・教室のご案内(予約制)

事業名	実施日時	対象(定員)・内容
母乳相談 ☎ 979-3588	7/15(水) 午後1:05~2:45	▶母乳・育児についてお困りの方 持ち物 母子健康手帳・タオル・ ビニール袋1枚
子育て相談 ☎ 979-3588	7/16(木) (受付) 午前9:00~10:30	▶乳幼児とその保護者 ▶体重測定、保健師・管理栄養士・ 歯科衛生士による個別相談 予約はこちら▶
むし歯予防教室 ☎ 934-1217	7/23(木) (受付) ①午後1:10~1:30 ②午後1:30~1:50 ③午後1:50~2:15	▶0歳児~未就学児 ▶歯科健診・フッ化物塗布・ 歯みがきやお口の相談 持ち物 母子健康手帳・タオル・ 仕上げみがき用歯ブラシ ※フッ化物塗布希望者は720円 (料金免除制度あり) 予約はこちら▶
赤ちゃんの 歯みがき教室 ☎ 934-1217	8/5(水) 午前10:00~11:00 (受付) 午前9:40~10:00	▶令和7年7~10月生まれ(10人) ▶むし歯予防の話・仕上げみがきの方法 持ち物 仕上げみがき用歯ブラシ・ タオル 予約はこちら▶
赤ちゃんの もぐもぐ教室 (2回食コース) ☎ 934-1216	8/18(火) 午前10:00~11:30 (受付) 午前9:45~10:00	▶令和7年12月・令和8年1月生まれ 離乳食でお困りの方(8組) ▶離乳食のポイント・レシピ紹介・ 調理実演・試食(個別相談あり) 持ち物 母子健康手帳・スプーン・ 試食用エプロン 予約はこちら▶ ※8/1(土)午前9:00~

ジュニア！和の食材で板前体験

予約制・無料

日時 7/30(木)午後1:30~3:00(受付 午後1:15~1:30)
場所 東保健センター栄養室(集合場所:1階 多目的室)
内容 子ども向けワークショップ:板前体験(調理実習)・試食など
大人向け:講話・試食など
※大人向け講話は子ども向けワークショップ中に実施
講師 ワサビのスペシャリスト金印株式会在籍の講師他
対象 小学1~6年生とその保護者 定員 6組
持ち物 子ども用エプロン・三角巾・手拭きタオル
申込 7/11(土)午前9:00~28(火)午前9:00までに二次元コードで▶
問合せ 保健予防課 ☎ 934-1216



夏休み！親子クッキング

予約制・無料

日時 8/7(金)午後1:30~3:00(受付 午後1:15~1:30)
場所 東保健センター栄養室
内容 デモンストレーション・親子で調理実習・試食
対象 年長~小学6年生とその保護者 定員 4組
持ち物 保護者用エプロン・子ども用エプロン・
三角巾2枚・手拭きタオル2枚
申込 7/11(土)午前9:00~8/4(火)午前9:00までに二次元コードで▶
問合せ 保健予防課 ☎ 934-1216



一般の方

◎相談・検査のご案内
※無料

こころの健康相談日(予約制) ☎ 934-1218
日時 毎週水曜日(7/15を除く) 午後3:00~5:00
内容 専門医による心の健康に関する相談。 ご家族からの相談も可。(秘密厳守)
うつ病家族相談日(予約制) ☎ 934-1218
日時 7/15(水) 午後3:00~5:00
対象 うつ病に関する悩みを抱える方のご家族 内容 ご本人への関わり方などの相談に、 専門医が応じます。(秘密厳守)



HIV検査・梅毒検査・
性器クラミジア検査
☎ 934-1217

日時 7/21(火)
午後2:00~3:00
対象 感染不安のある方
(匿名での検査)
※結果は1週間後
に受け取れます。

乳幼児健康診査

問合せ 保健予防課 ☎ 934-1217

区分	日程	対象者(生年月日)	受付
3(4) カ月児	7/23 (木)	令和8年 3月16日~3月31日生	【第1子】午前8:45~9:00 【第2子以降】 午前9:00~9:20
	8/6 (木)	令和8年 4月1日~4月15日生	
1歳 6カ月児	7/17 (金)	令和6年 令和7年 12月16日~1月6日生	【奇数日生】午後1:00~1:20 【偶数日生】午後1:30~1:50
3歳児	7/13 (月)	令和5年 5月11日~6月6日生	
	7/27 (月)	令和5年 6月7日~6月29日生	【偶数日生】午後0:50~1:10 【奇数日生】午後1:20~1:40
	8/3 (月)	令和5年 6月30日~7月20日生	

持ち物 母子健康手帳・問診票※裏面も記載
※1歳6カ月児と3歳児で、フッ化物塗布を
希望される方は、仕上げみがき用歯ブラシ・タオル・
フッ化物塗布費720円(料金免除制度あり)
をお持ちください。
(お釣りのないようご協力をお願いします。)
※3歳児には、尿検査を実施します。
※受診者・同行者が体調不良の場合には、日程の変更をお願いします。

日程の変更希望
はこちら▶



マタニティセミナー(全2回)

予約制・無料

日時 1日目 8/7(金)午後1:20~3:40
2日目 8/26(水)午後1:30~3:30
対象 区内在住で、妊娠6カ月以降の妊婦さんとそのご家族
(分娩予定日:10/9~11/27頃)
定員 9組 持ち物 母子健康手帳
申込 7/11(土)午前9:00から二次元コードで▶
問合せ 保健予防課 ☎ 934-1217



予防接種

◎指定医療機関で受けることができる
子どもの定期予防接種(予約制)

- B型肝炎 ●小児肺炎球菌 ●子宮頸がん
- 5種混合(不活化ポリオ・ジフテリア・百日せき・破傷風・Hib)
- DT(ジフテリア・破傷風) ●MR(麻しん・風しん)
- 水痘(みずぼうそう) ●BCG ●ロタウイルス ●日本脳炎

持ち物 母子健康手帳・シール式接種券
※詳しくは保健センターまたは指定医療機関にお問い合わせください。
問合せ 保健予防課 ☎ 934-1217



神経難病の患者と家族のつどい

予約制・無料

日時 7/24(金)午後1:30~3:30(受付 午後1:15~)
場所 東区役所3階 第4会議室
内容 講話「お口のリハビリ」 講師 村瀬文康さん(言語聴覚士)
講話「噛みやすい・飲み込みやすい調理の工夫」 講師 管理栄養士
対象 区内在住の神経難病の患者さんとそのご家族
申込 7/22(水)午後5:00までに電話またはファクスで
問合せ 保健予防課 ☎ 934-1219 FAX 937-5145

ヒスタミンによる食中毒に注意しましょう！

ヒスタジン(アミノ酸の一種)を多く含む赤身の魚などを常温で放置することや、凍結・解凍を繰り返すことで、細菌がヒスタミンを作り出すことがあります。

ヒスタミンを多く含む食品を食べると、顔面紅潮、じんましんなどのアレルギーによく似た症状が現れることがあります。
一度できたヒスタミンは加熱しても分解されません。



- 対策
- 魚介類を保存するときは、速やかに冷蔵・冷凍し、常温で放置しない。
 - 魚介類の解凍は冷蔵庫で行い、凍結・解凍を繰り返さない。

問合せ 健康安全課 ☎ 934-1212