

# 北保健センター

## だより

北保健センターのキャラクター

- 北保健センター ..... ☎917-6541・FAX911-2343
- 楠分室 ..... ☎902-6501・FAX902-6502
- 北区休日急病診療所 ..... ☎915-5351
- 北歯科保健医療センター..... ☎915-8844
- 救急安心センターなごや..... ☎ #7119

- 場所の記載がないものは、各施設で行います。
- 料金の記載がないものは、無料です。
- 予約制の記載がないものは、予約不要です。
- 申込の記載がないものは、当日自由参加です。
- お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。
- 紙面の都合上、すべてのイベントを掲載できませんので、詳しくは各照会先へお問い合わせください。

事業名・連絡先	実施日	受付	会場	対象・内容など
育児相談 個別相談のみ 【予約制】☎902-6501	12/11、1/8(木)	午前9:15 ～10:30 個別相談は 午前10:00まで	楠分室	対象 乳幼児とその保護者 内容 育児・栄養・歯科の個別相談、子の身長・ 体重測定(計測のみは予約不要) 持物 母子健康手帳
健康なんでも相談 【予約制】☎902-6501	12/11、1/8(木)	午前9:15 ～10:30	楠分室	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による 個別健康相談
こころの健康相談 【予約制】☎917-6572	12/24、1/7(水)	午前	北保健 センター	心の健康に関する相談
うつ病家族相談 【予約制】☎917-6572	12/17(水)	午前	北保健 センター	うつ病に関する悩みを抱える方のご家族 のための相談
HIV(エイズ)検査☆ 梅毒検査☆ 性器クラミジア検査 ☎917-6553	12/25(木)	午後1:30 ～2:30	北保健 センター	匿名 無料 定員 なし※ 結果通知は原則2週間後

☆正確な結果を得るために感染の機会から3カ月を経過してから受けてください。  
※受検者数が多い場合(30人程度)は検査をお断りする場合があります。

### ◆ファミリー教室 北保健センター 2日間コース(予約制)

日時：①1/5(月)②1/19(月)各日午後1:20～3:30  
(①②ともに午後1:10～受付)

場所：北保健センター

対象：妊娠34週(1/19時点)未満の妊婦・パートナーなど

内容：①助産師・管理栄養士の話、沐浴体験など  
②保健師・歯科衛生士の話など

持物：母子健康手帳、筆記用具、テキスト

申込：LoGoフォームにて先着順▶

※12/11(木)午前9:00～

12/23(火)午前0:00まで

【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

### ◆おやこ歯の健康教室(予約制)

日時：①12/18(木)②12/25(木)  
各日午前10:00～10:30、午前10:30～11:00

場所：①北保健センター②楠分室

対象：1歳～未就学児とその保護者 各回20組

内容：歯科健診、歯みがきの話、希望者にフッ素塗布  
(料金720円※生活保護世帯のみ減免制度あり)

持物：母子健康手帳、歯ブラシ、タオル

申込：電話またはLoGoフォーム  
にて先着順▶

【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

### ◆母乳相談(予約制)

日時：①12/24(水)午前9:10～10:50  
②1/9(金)午前9:00～11:00

場所：①楠分室②北保健センター

対象：区内在住で母乳育児や卒乳に困っている方

内容：助産師による相談

持物：母子健康手帳、タオル

申込：①LoGoフォームにて先着順▶

②電話にて先着順

【問合】①楠分室(☎902-6501)

②保健看護担当(☎917-6554)

### ◆こころの健康講演会「振り回されない、他人の

身勝手なフキハラ(不機嫌ハラスメント)に！  
～科学的根拠と対処法を知れば脳もごきげんに～」

日時：1/10(土)午後1:30～4:00

場所：市総合社会福祉会館7階 大会議室

定員：100人

申込：12/26(金)までに電話・FAX、  
LoGoフォームにて先着順▶

【問合】精神・健康づくり担当  
(☎917-6572・FAX911-2343)

### ◆ことばをはぐくむ!「ぐんぐん親子教室」(予約制)

日時：1/23(金)午前10:00～11:20  
(午前9:45～受付)

場所：市総合社会福祉会館6階 トレーニングルーム

対象：1歳6カ月児健診後～2歳2カ月の子と  
その保護者 10組

内容：心理士のお話、親子あそび、交流会

申込：12/11(木)午前9:00～  
LoGoフォームにて先着順▶

【問合】保健看護担当(☎917-6554)

### ◆ノロウイルス食中毒にご注意ください!

①手洗いはしっかり

トイレの後、調理の前後、食事の  
前は念入りに手を洗いましょう。

②食品は中心部まで十分加熱  
食品は、85～90℃で90秒以上加熱しましょう。

③調理器具などの消毒  
調理器具やふきんなどは、熱湯または次亜塩素酸  
ナトリウムや台所用漂白剤で消毒しましょう。

④汚物の適切な処理  
便やおう吐物の処理には手袋やマスクを着用し、  
手や衣服に直接触れないようにしましょう。

【問合】食品衛生・動物愛護等担当(☎917-6547)

## まるっとすまいる通信 ⑨

### 配布中 北区おでかけマップ

～どうして“おでかけ”が大切?～

家にこもりきりだと、心も体も元気がなくなりがち…。  
でも！人とつながっている人ほど、健康で長生きすることがわかっています。  
このマップを活用して、楽しく交流しながら“健康長寿”を目指しましょう！

#### 全区版

北区  
おでかけマップ

サロン情報だけでなく  
「お散歩コース」や  
「おでかけスポット」  
なども掲載！

#### 中学校区版

北区  
おでかけ  
マップ

▲運動系サロン版(例) ▲文化系サロン版(例)

中学校区版は「運動系サロン版」と「文科系サロン版」。  
ご自身のスタイルに合わせてご利用いただけます♪

#### 電子版

こちらから中学校区版および  
グーグルマップ版を  
ご覧いただけます  
(北区社会福祉協議会ウェブサイト)▶

北区社会福祉協議会(☎915-7435)  
北区東部いきいき支援センター(☎991-5432)  
北区西部いきいき支援センター(☎915-7545)

### 北区子育て総合相談窓口 (こども家庭センター)

実施日 月～金曜日(祝日は除く)  
時 間 電話 午前8:45～午後5:15  
面接 午前9:00～午後4:30  
場 所 北保健センター保健予防課  
(⑩番窓口)(☎910-6815<専用電話>)

### ◆桃色ほっぺ(予約制)

日時：1/16(金)午前10:00～11:30(午前9:30～受付)  
場所：楠分室  
対象：1カ月児健診後～生後3カ月(第1子)の  
赤ちゃんとその母親 7組  
内容：親子のリラックスタイム、交流会、体重計測(希望者)  
持物：母子健康手帳、バスタオル  
申込：LoGoフォームにて先着順▶  
※12/11(木)午前9:00～  
1/15(木)午前9:00まで

【問合】楠分室(☎902-6501)

## 健康診断

### ◆乳幼児の健康診査(所要時間は2～3時間)

#### 【北保健センター実施分】楠分室を除く学区の方

健診名	実施日	受付	対象者
3(4)カ月児	12/16(火)	(第2子以降) 午後1:10 ～1:30 (第1子) 午後1:00 ～1:10	R 7. 8. 19 ～8. 31生
1歳 6カ月児	12/17(水)	(第2子以降) 午後1:00 ～1:20 (第1子) 午後1:30 ～1:50	R 6. 6. 5 ～6. 17生  R 4. 11. 10 ～11. 28生
3歳児	12/12(金) 12/19(金)		R 4. 11. 29 ～12. 12生

#### 【楠分室実施分】味鋺・西味鋺・楠・如意・楠西学区の方

健診名	実施日	受付	対象者
3(4)カ月児	1/6(火)	(第2子以降) 午後1:20 ～1:40 (第1子) 午後1:10 ～1:20	R 7. 8. 16 ～9. 15生
1歳 6カ月児	1/7(水)	(第2子以降) 午後1:10 ～1:30 (第1子) 午後1:30 ～1:50	R 6. 6. 1 ～6. 30生  R 4. 12. 1 ～12. 31生

- ①1歳6カ月・3歳児健康診査の当日、希望者に  
フッ素塗布を実施。歯ブラシ、タオル持参。  
(料金720円※生活保護世帯のみ減免制度あり)
- ②実施日の10日前までに通知が届かない方はご連絡ください。
- ③受付時間を早めて開始する場合があります。
- 受診日変更のお申し出はこちらから▶
- 【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

## 予防接種

### ◆各種予防接種は市内の指定医療機関で実施しています

- お子さまの予防接種(定期・任意)
  - 高齢者肺炎球菌(定期・任意)
  - 麻しん・風しん(任意)
  - 風しん(定期)
  - 帯状疱疹(定期・任意)
  - 高齢者インフルエンザ(定期)
  - 高齢者新型コロナ(定期)
- 接種の際は、医師に相談しましょう。  
詳しくは、市ウェブサイトをご確認ください。

市ウェブサイトの  
トップページから

予防接種 検索

は市  
こウエ  
ブサイ  
ト

【問合】保健感染症担当(☎917-6553)