

北区

KITA-KU

2
月号

広報なごやに掲載する
JAZZ短歌を
募集中!



編集 | 北区役所 地域力推進課
〒462-8511 北区清水四丁目17番1号 ☎911-3131 FAX 914-5752

北区ウェブサイト
名古屋市北区役所 検索



1 楠地区合併70周年記念 楠フェスタ～親睦スポーツ大会～ (ウォーキング大会)

日時 2/23(月・祝) 午前8:00～8:15 開会式・除幕式「楠地区合併70周年記念デザインマンホールお披露目」
午前8:15～9:00 受付(受付後随時出発)

場所 楠支所 玄関付近 全長約5km

コース

- スタート 楠支所 → 名古屋おいも姫 → 西味鋤小学校
- 味鋤神社・護国院 → 楠地区会館 → ゴール 楠支所

共催 楠地区連絡協議会・楠地区会館・楠支所

問合 楠支所区民生活課(☎901-2282)

詳細は
こちら▼

QR code

スタンプラリーも
実施します!
景品あり
(数量限定)

楠フェスタには
北区広報大使も
参加予定!

体を動かして
寒い冬を
乗り切ろう!

1 2 は…
参加無料 申込不要 雨天決行
※荒天中止

当日、天候などによる開催の有無は
下記へお問合せください。

名古屋おしえてダイヤル
(午前8:00～)
Qはいつでもみんななごやし
☎052-953-7584

2 北区すまいるウォーキング ～黒川の魅力発見＆史跡巡りウォーキング～

日時 3/7(土) 午前9:00～9:45受付
(受付後随時出発)

場所 北区役所 正面玄関 全長約6.5km

コース

- スタート 北区役所 → 黒川・御用水跡街園
- 羊神社 → 志賀公園 → 線神社 → ゴール 北区役所

問合 北区役所地域力推進課(☎917-6439)

詳細は
こちら▼

QR code

プレゼントもいろいろ

参加賞
完歩賞
コース完歩者
先着300人
クイズ賞
クイズラリー
正解者に抽選

3 初心者 向け ウォーキングから始める ジョギング教室 参加者募集

日時 3/21(土) 午前10:00～11:00
(受付 午前9:45～)

対象 区内在住・在勤・在学で18歳以上の方 20人

場所 北区役所2階 講堂

講師 ランニングスクールFROG代表
原田拓氏(通称たくプロ)

内容 ウォーキングとジョギングの違いを知り、
ケガなく安全に続けられるコツを知ろう

料金 500円(傷害保険料含む)
持物 飲み物、タオル

申込 2/13(金)必着。郵送・電話・FAX・電子メールにて。
見出しに「ジョギング教室参加希望」と記入し、①氏名(ふりがな)
②住所③電話番号④年齢を明記の上、問合先まで。
※応募者多数の場合は抽選となります。結果は2月中旬に書面にて
お知らせします。

問合 北区役所地域力推進課(☎917-6437・FAX914-5752)
〒462-8511 清水四丁目17番1号 ☎a9176437@kita.city.nagoya.lg.jp

詳細は
こちら▼

QR code

ペンネーム
わかきよママ

自分たちのまちは自分たちで守る!

消防団とは
北区では学区ごとに19の消防団があり、会社員や学生など約350人が活動しています。地域で発生した火災への出動や住民に対しての防災指導などを行っています。

入団について
原則、消防団の区域に居住、通勤、通学されている、18歳から65歳までの方が入団できます。

ご興味のある方、入団を希望される方は
北消防署または各消防団までご連絡ください。

問合 北消防署総務課(☎981-0119・FAX915-0119)

詳細は
こちら▼

QR code

消防団員募集中

専用フォームにて
「JAZZ短歌」募集中!
QR code

KITA JAZZ

KITA JAZZ

混ざり合う ジャズのリズムと 豆の音 子どもも鬼も 笑って踊り

わがきよママ

専用フォームにて
「JAZZ短歌」募集中!
QR code

KITA JAZZ


北区社会福祉協議会
TEL915-7435 FAX915-2640

◆高齢者はつらつ長寿推進事業
(フレンドリークラブ)参加者募集

曜日	会場	
	午前10:00~正午	午後1:45~3:45
月	辻コミュニティセンター	六郷コミュニティセンター
火	楠地区会館	
水	川中コミュニティセンター	名北コミュニティセンター
木	金城コミュニティセンター	東志賀コミュニティセンター
金	大杉コミュニティセンター	

期間：令和8年4~9月

内容：介護予防体操、脳トレ、物づくり、
レクリエーション、情報提供など

対象：市内在住の65歳以上の方で会場まで
お一人で通える方

申込：2/27(金)までに電話にて

◆**プチサロンふくちゃん・きたちゃん
～ふくしがきた～開催**



授産製品の販売会＆ミニ教室などを開催します。
どなたでもご自由に来場ください。

日時：3/6(金)午前10:30~午後2:00

場所：市総合社会福祉会館7階
大会議室、中会議室、研修室

内容：授産製品(障がい者が心をこめて作った
自主製品)の販売、みんなの展覧会、
ミニ教室「ミャクミャクの折り紙」


いきいき支援センター
東部 TEL991-5432 FAX991-3501
西部 TEL915-7545 FAX915-2641

◆**認知症の人を介護する家族支援事業**

対象：市内在住の認知症の人を介護するご家族
※ご希望の方は、担当のいきいき支援センターまで

申込先	北区東部いきいき 支援センター	北区西部いきいき 支援センター
対象学区	六郷、六郷北、飯田、 宮前、名北、辻、杉村、 東志賀、城北	大杉、清水、金城、 光城、川中、味鋤、 西味鋤、楠、如意、楠西
家族教室 (認知症 の講話・ 交流会)	2/26(木) 午後1:30~3:30 北区東部いきいき 支援センター会議室	2/25(水) 午後1:30~3:30 北区在宅サービス センター研修室
医師の 専門相談 (予約制 3人まで)	2/18(水) 午後2:00~3:30 場所 同上	2/25(水) 午後2:00~3:30 北区在宅サービス センター連絡調整室
家族サロン (介護の 悩み相談)	2/19(木) 午後1:30~3:30 場所 同上	2/18(水) 午後1:30~3:30 北区在宅サービス センター研修室


北消防署
TEL981-0119 FAX915-0119

◆**春の火災予防運動 3/1(日)~7(土)**

空気が乾燥し、火災の危険が高まっています。
・寝たばこは、絶対にやめる。

・ストーブなど、火気の周りに燃えやすい物を置かない。
・てんぷらなどを揚げる際は、絶対にその場を離れない。

◆**防火作品バーチャル特別展示会 開催中！**

期間：2/1(日)~3/31(火)

内容：区内の小学校5・6年生による
優秀な防火作品を北消防署ウェブ
サイトでご覧いただけます。

  [ウェブサイトはこちら▲](#)

 **上下水道局北部営業センター**
TEL419-5666 FAX419-5775

◆**水道管の凍結にご注意ください**

寒い日が続くと、水道管が凍結しやすくなります。
水道管にも凍結防止の冬支度をして寒さから守り
ましょ。水道管が凍結すると水が出なくなるだけ
でなく、破損事故の修理に高い費用がかかって
しまう場合もあります。

凍結の予防として、露出している水道管やじや口
に、防寒材や布などを巻き、覆いましょう。万が一
凍結してしまった場合は、じや口を開けてタオル
をかぶせ、その上からぬるま湯をゆっくりかけて
溶かしてください。慌てて熱湯をかけると水道管
が破裂する場合がありますので、ご注意ください。


北土木事務所
TEL911-8165 FAX913-3986

◆**黒川の美化にご協力を！**

区内を流れる黒川(堀川)は、川沿いに遊歩道があ
り、散歩やジョギングなどをする場所として市民
に親しまれています。そんな憩いの場所が汚れて
いては台無しです。犬の糞やゴミは持ち帰る、動物
にむやみにエサやりをしないなど、皆が気持ちよ
く利用できるよう、ご協力をお願いします。


その他

◆**「ふれあい入浴の日」に銭湯へ行こう！**

名古屋市では、高齢者の方に入浴と集いの場を提
供し、相互の親睦と心身の健康増進を図るため、
「ふれあい入浴の日」を設けています。

日程：毎月5・15日
(公衆浴場が休業日の場合は翌営業日)

場所：長喜温泉(長喜町2-18)
はぎのゆ(萩野通2-6)
報徳湯(平安2-20-43)



対象：市内在住の65歳以上の方

料金：200円 / 持物：敬老手帳(敬老優待カード)

【問合】愛知県公衆浴場生活衛生同業組合
(2322-5735)

健康福祉局高齢福祉課(972-2544)

◆**名古屋市立大学医学部附属西部医療センター
第109回市民公開講座(当日先着順)**

日時：2/17(火)午後2:00~3:00

場所：西部医療センター2階 大ホール

定員：80人

講師：がん放射線療法看護認定看護師 杉下香代氏

内容：からだにやさしいがん治療
～陽子線治療と日常生活ケア～

【問合】西部医療センター経営課(991-8121)

名古屋北税務署からのお知らせ

◆令和7年分確定申告は、スマホとマイナンバーカードを利用した「ご自宅等からのe-Tax申告」をご利用ください。

詳しくは、確定申告書等作成コーナーで確認ください。



作成コーナー

◆**令和7年分確定申告会場のご案内**

期間：2/16(月)~3/16(月) ※土・日・祝日を除く
ただし、3/1(日)に限り開設

時間：午前9:15~午後5:00(受付終了 午後4:00)

場所：愛知県産業労働センター(ウインクあいち)

6階(中村区名駅四丁目4-38)

○会場への入場には「入場整理券」が必要です。
「入場整理券」は、LINEアプリによるオンライン事前予約または会場での当日配付の二つの方法で配付しています。(入場整理券の配付状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。)

○基本的にご自身でマイナンバーカードを利用したスマホ申告をしていただきます。
ご来場の際、スマホとマイナンバーカードをお持ちの方は、これらに加えて源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類をご用意ください。

○マイナンバーカードの発行時に設定した次のパスワードも必要になります。
①署名用電子証明書(英数字6~16文字)
②利用者証明用電子証明書(数字4桁)

※マイナンバーカードのパスワードのいずれかをお忘れの場合は、コンビニのキオスク端末(マルチコピー機)で初期化・再設定ができますので、事前に初期化・再設定をお願いします。

※マイナンバーカードの電子証明書は、有効期限が設けられており、有効期限を過ぎた場合は、e-Tax手続などのご利用ができません。有効期限が過ぎている場合には、住民票のある市区町村で事前に更新手続をお願いします。

【問合】名古屋北税務署(911-2471)
(自動音声の案内に従い「0」を選択)

◆**令和8年度個人市民税・県民税申告会場のお知らせ**

期間：2/6(金)~3/16(月) ※土・日・祝日を除く

時間：午前8:45~正午、午後1:00~5:15

場所：北区役所2階 研修室
(3/13(金)~16(月)は3階第三会議室)
楠支所2階 会議室

栄市税事務所(東区東桜一丁目13番3号)
NHK名古屋放送センタービル8階)

※電子申告や郵送による提出にご協力ください。

※申告書(事務所・事業所または家屋敷分を除く)を提出する際は、「個人番号」欄にマイナンバーを記載し、本人確認書類を提示するか写しを添付してください。

【問合】栄市税事務所市民税課(959-3323)

◆**自転車盗の抑止★**

区内では自転車盗が多発しています。
対策として自転車の鍵かけはもちろんのこと、
ツーロックを心掛けるなど防犯意識を高めて自転車盗を防ぎましょう。

「あいちポリス」アプリのダウンロードはこちから



【問合】北警察署生活安全課(981-0110)


各種相談

◆**法律相談(予約制)** ※面談時間は20分

日時：2/24(火)、3/9(月)午後1:00~4:00

申込：名古屋おしえてダイヤル(953-7584)

開催日の1週間前から電話

またはウェブサイトにて先着順



ウェブサイト
はこちら▲

◆**人権相談(予約不要)**

日時：2/18(水)午後1:30~3:30

【問合】北区役所総務課(917-6416)

※上記◆の場所は全て北区役所3階相談室

◆**北区生活なんでも相談会の開催**

生活のお困りごとなど、どなたでもご相談ください。

日時：3/7(土)午前10:00~正午

場所：川中コミュニティセンター(福德町4-37-8)

【問合】北区障害者基幹相談支援センター

(910-3133・FAX916-3665)

まるっとまいる通信⑪

健康つながりまちカルテワークショップ成果報告会 ～いま、まちがつながり動き出す～

地域の魅力・この先も続けたい取組みなど「高齢者が元気に過ごすために」という観点で実施した、地域の皆さんとの意見交換(ワークショップ)。その中から実現したアイデアは、高齢者のためだけではなく、「みんなのため」の取組みでした。

日時 3/1(日)午後1:30~3:30

会場 北区役所2階 講堂

定

キタツコだより

なごホーム(上飯田児童館) TEL916-7030 FAX916-7033

申込が必要なものは、申込開始日の午前10:00～先着順(電話の場合は午前10:30～)。

◆子育て支援るーむ(当日自由参加)

日時：2/17、3/3(火)午前10:00～11:30

対象：未就園児とその保護者

内容：保育士などによる子育て相談、育児情報の提供、交流

◆なかよしひろば(当日先着順)

日時：2/19(木)午前10:00～11:30

対象：0歳児とその保護者 24組

※おおむね1歳2ヶ月児まで参加可能

内容：ふれあい遊びと交流会

◆屋内遊園「わんだふるぱーく」(当日自由参加)

日時：2/20(金)午前10:00～11:30

対象：未就園児とその保護者

内容：4階ホールでの大きめ遊具あそび

◆移動児童館 in 楠学区(当日自由参加)

日時：3/10(火)午前10:00～11:30

(受付 午前10:00～)

場所：楠コミュニティセンター

対象：未就園児とその保護者

内容：手遊びや簡単な工作

◆ちびっこからだあそび(当日先着順)

日時：3/5(木)午前10:30～11:30

対象：1歳6か月～未就園児とその保護者

16組

持物：動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル

内容：忍者ランドで修行をしよう

◆ひよっこたいそう(当日自由参加)

日時：3/6(金)午前10:30～11:30

対象：歩行可能な10ヶ月～未就園児とその保護者

持物：動きやすい服装、飲み物、タオル、

親子ともに上靴

※上靴がない場合は、お子さんは裸足でお願いします

内容：親子で体操しながら遊びます

◆さくらんぼ広場(わらべうたを通したふれあい遊び)

日時：3/12・26(木)午前10:00～11:00

対象：0歳～未就園児とその保護者 各回12組

申込：2/20(金)～ ※どちらか1回のみ申込可

◆おやこdeヨガ

日時：3/13・27(金)午前10:00～11:00

対象：首のすわった未就園児とその保護者

各回16組

申込：2/22(日)～

◆ふれあい将棋

日時：3/14・28(土)午後1:00～2:00

対象：小学生以上 10人

※家族の付添不可

申込：2/27(金)～

◆プレイキッズ！ドッジボールを極めよう！

日時：3/1(日)午前10:00～11:30

対象：小学1～4年生 20人

内容：ボールの投げ方・受け方などを練習

申込：2/14(土)～

◆わんぱくせいさく隊「七宝焼き教室」

日時：3/7(土)午前10:00～正午

対象：小学生 10人

内容：ペンダント、スプーン、キーホルダーなどから1つ選んで作ります

料金：300円(材料費)

申込：2/19(木)～

◆こぐま会とあそぼう会(当日先着順)

日時：3/14(土)午後3:00～4:30

対象：小学生～18歳未満児 16人程度

内容：体を使ってあそぶレク大会

北スポーツセンター TEL917-0501 FAX917-0510

◆臨時休場のお知らせ

北スポーツセンターは、平成4年の開館から30年以上経過し、施設の老朽化が進んでいることなどから、受変電設備の改修ほか、工事を実施します。それに伴い、以下のとおり休場しますのでお知らせします。

休場期間：12/1(月)～3/31(火)

●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、詳しくは各問合先にご確認ください。

北図書館 TEL912-8111 FAX912-8135

◆おはなし会(当日自由参加)

日時：2/18・25、3/4(水)
午後3:30～4:00
2/14・28(土)午後2:00～2:30



対象：3歳以上の幼児・小学生

◆乳幼児向けおはなし会(当日自由参加)

日時：2/13・27(金)午前11:00～11:20

対象：0～2歳の乳幼児とその保護者

◆ストーリーテリングで“おはなしを”(当日自由参加)

日時：3/7(土)午前11:00～11:30

対象：5歳以上

◆おもちゃ病院(当日自由参加)

日時：3/8(日)午前9:30～正午

◆わらべうたであそぼう 春

日時：3/6(金)午前10:30～11:15

対象：0～2歳の乳幼児とその保護者 10組

申込：2/18(水)午前9:30～電話にて先着順

北文化小劇場 TEL910-3366 FAX910-3367

◆みて きく みりょく 芸どころ名古屋公演

～三味線小歌曲の世界 端唄の華 小唄の粹～

日時：2/15(日)午前11:00～(午前10:30開場)

対象：どなたでも(未就学児を除く) 297人

出演：華房小真 ほか

内容：第1部：端唄の華 小唄の粹

第2部：名演奏家による端唄小唄・雅楽・舞踊

第3部：北区の名所旧跡を歌った「綴り唄 北甚句」初披露

料金：一般2,000円、友の会・障がい者など1,800円

申込：各区の文化小劇場などで販売中

楠地区会館 TEL901-3301 FAX901-3301

◆料理教室

日時：2/20(金)午前10:00～正午

定員：12人 / 講師：梶田みゆき氏

内容：お雑様の菱餅風押し寿司、

お吸い物、桜色のミルクデザート

料金：1,500円

持物：エプロン、三角巾、ふきん

申込：2/10(火)午前10:00～電話・窓口にて先着順

◆3B体操(当日先着順)

日時：2/27(金)午前10:00～11:30

定員：30人 / 講師：柳川晃子氏

料金：300円

持物：飲み物、上靴、バスタオルまたはヨガマット

◆寄せ植え

日時：3/2(月)午前10:00～11:30

定員：8人

内容：春の訪れを感じさせるお花の寄せ植え

料金：2,000円

持物：スコップ

申込：2/12(木)午前10:00～電話・窓口にて先着順

黒川スポーツトレーニングセンター TEL982-2770 FAX982-2775

※申込が当日のものは、すべて窓口にて先着順 ※すべて傷害補償制度あり ※すべて持物は飲み物とタオル

教室名	日程	時間	対象	定員	料金	申込
かんたんエアロ&トレーニング	2/16、 3/2・9(月)	午後2:10～3:10	中学生以上	各回20人	各回400円	当日午後1:50～
からだスッキリ！骨盤調整ヨガ		午後3:20～4:20		各回35人	各回400円	当日午後3:00～
ZUMBA®		午後6:00～7:00				当日午後5:40～
パーソナルトレーニング		午後7:20～8:20		各回35人	各回400円	当日午後7:00～
さわやかヨガ		午後3:10～4:10 午後5:30～6:30		各回1人 もしくは 2人1組	6,500円 2人なら 11,000円	受講日の 2週間前まで に窓口にて
	2/17・24 3/3・10(火)	午前9:40～10:40	各回35人	各回300円		当日午前9:20～

楠図書館 TEL903-8653 FAX903-8652

◆ちいさい子のおはなし会(当日自由参加)

日時：2/12・26(木)午前11:00～11:20

対象：乳幼児とその保護者

◆おはなし会(当日自由参加)

日時：2/14・28(土)午後2:30～3:00

対象：幼児・小学生とその保護者



自動車図書館 TEL821-3364 FAX821-3364

◆大曾根住宅

日時：2/26(木)午後2:00～3:30

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・FAX 911-2343
- 楠分室 ☎ 902-6501・FAX 902-6502
- 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
子どものアレルギーと ぜん息相談 【予約制】☎ 917-6553	3/10(火)	午前 9:10 ～ 9:50	北保健 センター	対象 15歳未満で、ぜん息・アトピーなどアレルギーに関して不安のある方とその保護者 8組 内容 専門医・管理栄養士による個別相談
育児相談 【個別相談のみ予約制】 ☎ 902-6501	2/12(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	2/12(木)	午前 9:15 ～ 10:30	楠分室	対象 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	2/25、 3/4(水)	午前	北保健 センター	対象 心の健康に関する相談
うつ病家族相談 【予約制】☎ 917-6572	2/18(水)	午前	北保健 センター	対象 うつ病に関する悩みを抱える方のご家族のための相談
H I V(エイズ)検査☆ 梅毒検査☆ 性器クラミジア検査 ☎ 917-6553	2/26(木)	午後 1:30 ～ 2:30	北保健 センター	対象 匿名 無料 定員 なし※ 内容 結果通知は原則 1週間後

☆正確な結果を得るために感染の機会から3ヶ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 : ①3/2(月)②3/9(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(3/9時点)未満の妊娠・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 : 申込フォームにて先着順▶

※ 2/12(木)午前 9:00～

2/24(火)午前 0:00まで

【問合】保健感染症担当(☎ 917-6553)

◆いつまでも歩こう教室(予約制)

日時 : 2/12(木)午後 1:30～3:00
(午後 1:10～受付)

場所 : 北区役所 2階 講堂

対象 : 区内在住の65歳以上の方 50人

内容 : 3コース 2日目(歯科衛生士の講話と運動)

申込 : 電話または申込フォームにて先着順▶

※以前、同じ内容の教室に参加

された方は申込できません。

詳細は問合先までご連絡ください。

【問合】健康づくり担当(☎ 917-6552)

◆おやこ歯の健康教室(予約制)

日時 : ①2/19(木)②2/26(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 : 電話または申込フォームにて先着順▶

【問合】保健感染症担当(☎ 917-6553)

◆神経・筋難病患者と家族のつどい(予約制)

日時 : 2/19(木)午後 1:30～3:30

(午後 1:00～受付)

場所 : 市総合社会福祉会館 7階 中会議室

対象 : 神経・筋難病患者とそのご家族 15人程度

内容 : 講話「自分でできるリハビリ～いろんな道具を使ってみよう！～」(講師:理学療法士近藤将人氏)、交流会

申込 : 電話・窓口にて先着順

【問合】保健看護担当(☎ 917-6554)

◆パクパク幼児食教室(予約制)

日時 : 2/25(水)午前 10:15～11:30

(午前 10:00～受付)

場所 : 北保健センター 栄養指導室

対象 : 令和5年12月～令和6年8月生の子と

その保護者 5組

内容 : 幼児期の食事についての講話、簡単な調理実習・試食

持物 : エプロン(保護者)、三角巾、手拭きタオル、飲み物

申込 : 2/12(木)午前 9:00～

申込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 : ①2/25(水)午前 9:10～10:50
②3/6(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

持物 : 母子健康手帳、タオル

申込 : ①申込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)

◆ママのためのヘルスアップ教室(予約制)

日時 : 3/3(火)午前 10:00～11:30頃(午前 9:50～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 : 区内在住の令和7年8～10月生の子

とその母親 15組

※対象外のお子さまの同伴はご遠慮ください。

内容 : 保健師・管理栄養士の話と試食、親子体操

申込 : 2/11(水・祝)午前 9:00～

申込フォームにて先着順▶

【問合】健康づくり担当(☎ 917-6552)

◆はじめての離乳食作り 安心スタートガイド(予約制)

日時 : 3/4(水)午前 10:00～11:30(午前 9:45～受付)

場所 : なごホーム(上飯田児童館) 4階ホール

対象 : 市内在住で離乳食開始前の子と

その保護者 15組

内容 : 離乳食を始めるときに知って

おきたいこと、読み聞かせ、手遊び

申込 : 2/12(木)午前 9:00～

申込フォームにて先着順▶

【問合】保健感染症担当(☎ 917-6553)

◆楽らく健康教室(予約制)

日時 : 3/11(水)午前 10:00～11:30(午前 9:30～受付)

場所 : 楠分室 / 対象 : 区内在住の方 15人

内容 : 栄養講話・試食、健康体操など

持物 : 飲み物

申込 : 2/12(木)午前 9:00～電話・窓口にて先着順▶

【問合】楠分室(☎ 902-6501)

◆桃色ほっぺ(予約制)

日時 : 3/13(金)午前 10:00～11:30(午前 9:30～受付)

場所 : 楠分室 / 持物 : 母子健康手帳、バスタオル

対象 : 1カ月児健診後～生後3カ月(第1子)の子とその母親 7組

内容 : 親子のリラックスタイム、交流会、

体重計測(希望者のみ)

申込 : 申込フォームにて先着順▶

※ 2/11(水・祝)午前 9:00～

3/12(木)午前 9:00まで

【問合】楠分室(☎ 902-6501)

◆モグカミ離乳食教室(予約制) ※試食あり

日時 : 3/13(金)午前 10:15～11:30

(午前 10:00～受付)

場所 : 北保健センター

対象 : 令和7年6・7月生の子とその保護者 8組

持物 : 子ども用お茶、エプロン

申込 : 2/24(火)午前 9:00～

申込フォームにて先着順▶

【問合】保健感染症担当(☎ 917-6553)

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

(19番窓口)(☎ 910-6815<専用電話>)

