北保健センターだより

北保健センター……☎917-6541 F911-2343
楠分室……☎902-6501 F902-6502
北区休日急病診療所……☎915-5351
北歯科保健医療センター…☎915-8844

「救急車を呼んだ方がよいかな？」と迷ったら…　救急安心センターなごや（短縮ダイヤル：＃7119）☎951-7119　F684-9119

親と子ども向け

ファミリー教室 北保健センター ２日間コース（予約制）

①助産師・保健師の話、沐浴・妊婦体験など
②歯科衛生士・管理栄養士の話、唾液検査、試食など
①12/７(月)②12/14(月)各日午後１:20～３:30
(①②ともに午後１:10～受付)
北保健センター　母子健康手帳、筆記用具、テキスト
第１子を妊娠中【妊娠34週(12/14時点)未満】の妊婦・パートナーなど
※楠分室との重複予約はご遠慮ください
申 11/11(水)午前９:00～12/１(火)午前０:00までに申込フォームにて先着順▶
問 保健感染症担当(☎917-6553)

ファミリー教室 楠分室 ２日間コース（予約制）

①歯科衛生士・管理栄養士・保健師の話など
②助産師の話、沐浴・妊婦体験など
①12/15(火)②１/20(水)各日午前９:30～11:30
(①②ともに午前９:15～受付)
楠分室
第１子を妊娠中【妊娠34週(１/20時点)未満】の妊婦・パートナーなど
※北保健センターとの重複予約はご遠慮ください
母子健康手帳、筆記用具、テキスト
申 11/11(水)午前９:00～12/11(金)午前９:00までに申込フォームにて先着順▶
問 楠分室(☎902-6501)

離乳食前から始める！お口育て教室（予約制）

11/24(火)午前10:00～11:00(午前９:50～受付)
楠分室　母子健康手帳、タオル、敷物
令和８年５～８月生の子とその保護者　20組
申 11/17(火)午前９:00～11/23(月・祝)午前９:00までに申込フォームにて先着順▶
問 保健感染症担当(☎917-6553)

もぐかみ離乳食教室（予約制）※試食あり

離乳食のデモンストレーションと個別相談
①11/25(水)②12/18(金)各日午前10:15～11:30
(①②ともに午前10:00～受付)
北保健センター
①令和８年２・３月生②令和８年３・４月生の子とその保護者　各回８組
子ども用お茶、エプロン
申 ①11/13(金)②11/27(金)各日午前９:00～申込フォームにて先着順▶
問 保健感染症担当(☎917-6553)
①はこちら▲　②はこちら▲

母乳相談（予約制）

①11/25(水)②12/４(金)各日午前９:10～10:50
①楠分室②北保健センター　母子健康手帳、タオル
区内在住で母乳育児や卒乳に困っている方
申 ①申込フォームにて▶
②電話にて
問 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）

12/４(金)午前10:00～11:30頃(午前９:50～受付)
市総合社会福祉会館６階　トレーニングルーム
おおむね生後４～７カ月の子とその母親　15組
※対象外のお子さまの同伴はご遠慮ください
申 11/11(水)～申込フォームにて先着順▶
問 健康づくり担当(☎917-6552)

はじめての歯みがき教室（予約制）

12/８(火)午前10:00～11:00(午前９:50～受付)
楠分室　母子健康手帳、歯ブラシ、タオル、敷物
令和７年10月～令和８年２月生の子とその保護者　20組
申 12/１(火)午前９:00～12/７(月)午前９:00までに申込フォームにて先着順▶
問 保健感染症担当(☎917-6553)

おやこ歯の健康教室（予約制）

歯科健診、歯みがきの話、希望者にフッ素塗布
①11/19(木)②12/３(木)
各日午前10:00～10:30、午前10:30～11:00
①北保健センター②楠分室
１歳～未就学児とその保護者
¥ 500円　※生活保護世帯のみ減免制度あり
母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
申 電話または申込フォームにて▶
問 保健感染症担当(☎917-6553)

乳幼児の健康診査（所要時間は2～3時間）

【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

受診日変更のお申し出はこちらから▶

【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	11/17(火)	(第２子以降)午後１:10～１:30 (第１子)午後１:00～１:10	R８.７.１～７.13生
	11/24(火)		R８.７.14～７.26生
	12/８(火)		R８.７.27～８.９生
１歳６カ月児	11/18(水)	(第２子以降)午後１:00～１:20 (第１子)午後１:30～１:50	R７.４.20～５.１生
	12/９(水)		R７.５.２～５.28生
３歳児	11/13(金)		R５.10.13～10.31生
	11/20(金)		R５.11.１～11.13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	12/１(火)	(第２子以降)午後１:20～１:40 (第１子)午後１:10～１:20	R８.７.16～８.15生
１歳６カ月児	12/２(水)	(第２子以降)午後１:10～１:30 (第１子)午後１:30～１:50	R７.５.１～５.31生
３歳児	12/４(金)		R５.11.１～11.30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：500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。

検査・相談など

場所　保…北保健センター　分…楠分室

事業名・場所・連絡先	実施日・受付	詳細
育児相談 個別相談のみ【予約制】 分 ☎902-6501	11/12、12/10(木) 午前９:15～10:30 個別相談は午前10:00まで	乳幼児とその保護者　母子健康手帳 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）
健康なんでも相談 【予約制】☎902-6501 分	11/12、12/10(木) 午前９:15～10:30	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 保	11/11・25、12/２・９(水) 午前	心の健康に関する相談
うつ病家族相談 【予約制】☎917-6572 保	11/18(水) 午前	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検査※１ 梅毒検査※１ 性器クラミジア検査 ☎917-6553 保	11/26(木) 午後１:30～２:30	匿名　無料　定員なし※２ 結果通知は原則１週間後 ※１　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。 ※２　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。

一般の方向け

精神障害者家族のつどい（予約制）

11/27(金)午後２:00～４:00
市総合社会福祉会館７階　研修室
精神障害のある方の家族　20人
申 11/11(水)～電話または申込フォームにて先着順▶
問 精神保健担当(☎917-6572)

神経・筋難病患者と家族のつどい（予約制）

①講話「地域のかかりつけ医の立場より」、在宅療養に関する個別相談
②講話「楽しくリハビリテーション～心と体に音楽を～」
11/19(木)午後１:30～３:30(午後１:00～受付)
市総合社会福祉会館７階　中会議室
神経・筋難病患者とそのご家族
①医師　上床邦彦氏②音楽療法士　高橋真由美氏
申 電話・窓口にて
問 保健看護担当(☎917-6554)

こころの健康講演会（映画上映・意見交換会）統合失調症の方とその家族を描いたドキュメンタリー映画

12/５(土)午後１:30～４:00
北区役所２階　講堂　150人
申 11/27(金)までに電話・FAX・申込フォームにて先着順▶
問 精神・健康づくり担当(☎917-6572)

いつまでも歩こう教室（予約制）

３コース２日目（歯科衛生士の講話と運動）
12/11(金)午後１:45～３:15(午後１:25～受付)
楠分室　区内在住の65歳以上の方　25人
申 11/11(水)～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。
問 健康づくり担当(☎917-6552)

乳がん検診・乳がん自己触診法講習（予約制）



２/１(月)午前　北保健センター
¥ 500円　※自己負担金免除制度あり
市内在住の40歳以上の女性(今年度中に40歳になる方も含む)で、昨年度中に本市の乳がん検診を受診していない方
申 12/１(火)～１/12(火)までに電話(☎211-8655)、ウェブサイトにて▶
※電話予約は土日祝、年末年始を除く午前９:00～午後７:00
問 健康づくり担当(☎917-6552)

11・12月はネズミ防除運動期間です

○食品類、生ごみは蓋つき容器で保管し餌を与えない
○排水口や通気孔に金網を取り付ける、すきまをふさぐなどして通路をふさぐ
○紙や布類などは整理し、下水周辺・物置などは定期的に清掃し、巣を作らせない
問 中保健センター環境薬務課(北区担当)
(☎265-2256・F 265-2259)

予防接種

【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

市ウェブサイトはこちら▶

各種予防接種は市内の指定医療機関で実施しています

○高齢者インフルエンザ(定期)　○高齢者新型コロナ(定期)
○高齢者肺炎球菌(定期・任意)　○帯状疱疹(定期・任意)
○RSウイルス母子免疫ワクチン(定期)　○風しん(定期)
○お子さまの予防接種(定期・任意)　○麻しん・風しん(任意)
接種の際は、医師に相談しましょう。