KITA-KU 北区11月号

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　FAX914-5752
北区ウェブサイト
名古屋市北区役所　検索

広報なごやに掲載する
季節を感じる
JAZZ短歌を募集中！

区の推し　#04　「サステナまち計画」会長の藤井先生

藤井先生は、サステナまち計画をはじめとした地域活動に学生とともに参加し、担い手となる若者の育成に力を注いでいます。
“学生が自ら考え、挑戦すること”を念頭に、「これらの活動が学生の成長だけでなく、地域活性化の一助になれば嬉しい」と語ってくれました。


▲愛知学院大学社会連携センター
藤井 勉 助教

サステナまち計画とは
学校、企業、商店街、行政などが持続可能なまちづくりについて考える取組みです。その取組みの一つである「まちかどフリースタイル」を今年は12/6(日)に開催します。

インタビューの詳細はこちら▶
サステナまち計画の詳細はこちら▶

KITA JAZZ!
秋風に　乗って聴こえる　ジャズひらり　紅葉とともに　五感に響く
ペンネーム　しかまろ

専用フォーム・はがきにて「JAZZ短歌」募集中！▼

令和8年度 北区区民まつり きたきたフェスタ

日時 11/22(日) 午前10:00～午後2:30
午前9:40～ 講堂ステージにてオープニングイベント

会場 NPO法人かくれんぼ会場（北区役所）
キタッコ会場（八王子中学校）


北区マスコットキャラクター キタッコ

注目①
名古屋ダイヤモンドドルフィンズ公式チアリーダーズ「ダイヤモンドルージュ」のチアパフォーマンス


©NAGOYAD


楠地区マスコットキャラクター くすのっち

内容

ブース出展



ステージ発表



スポーツ体験



はたらくくるま



- パトカー
- 起震車
- お絵描きバス
など

区内12カ所でイベント同時開催

注目②
コースターに型染めをしてみよう！
北区伝統の技体験
名古屋型友禅



問合 北区区民まつり実行委員会事務局（北区役所地域力推進課内）（☎917-6433）

中日信用金庫Presents きたきたフェスタ 抽選券

キリトリ

先着1,000名様 お楽しみ抽選会
参加方法 この抽選券を切り取って受付場所まで持参ください。※コピー不可
＼当たりがでたら、ファイナル抽選会へ／

時間 午前11:00～午後1:00
場所 区民まつり本部（区役所南玄関前）

ファイナル抽選会
時間 午後2:00
場所 区役所2階講堂メインステージ
※抽選時に、講堂にいない場合は無効となります。

当日、天候などによる開催の有無は、名古屋おしえてダイヤル ☎052-953-7584（受付 8:00～）
またはウェブサイトでご確認ください　名古屋おしえてダイヤル▶

駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。

きた・きたフェスタの詳細はこちら▶

毎年12/3～9は「障害者週間」です

障害のある人もない人も、ともに生きるまちをめざして

障害のある方が作る「授産製品」を応援してください！

授産製品　障害者就労施設などで働く障害のある方が、心を込めて製作したお菓子やパン、雑貨、革製品、木工品などのことです。

北区では、販売場所を提供するなど、授産製品の販売を支援しています。授産製品が購入されることで、製作した方の工賃向上につながるだけでなく、「自分の作ったものが誰かに喜ばれた」という大きな励みや働く意欲にもつながります！

北区役所 キタッコいちば


キタッコ

詳しくはこちら▼

開催：原則、月～金曜日（土日祝日を除く）
場所：北区役所1階 正面エレベーターホール



北区福祉製品カタログ ～thanks gift～
キタッコいちばに参加している事業所や、おすすめ商品を紹介しています。
地域行事の景品などでご活用ください。



問合 北区役所福祉課（☎917-6534）

楠支所 くすのっちいちば


くすのっち

詳しくはこちら▼

開催：毎月3・4回程度
場所：楠支所・楠図書館敷地内



問合 楠支所区民福祉課（☎901-2274）

北区社会福祉協議会 プチサロン ふくちゃん・きたちゃん


ふくちゃん きたちゃん
北区社会福祉協議会マスコットキャラクター

開催：3/8(月)
場所：市総合社会福祉会館 7階　大会議室



授産製品の販売のほか、体験コーナーや作品展示などを行っています。
障害のある方やボランティア、地域の皆さんが交流できる、あたたかなつながりの場です。



問合 北区社会福祉協議会（☎915-7435）

KITA JAZZ!

上飯田福祉会館

☎ 914-0831　F 912-1308

申込が必要なものは、市内在住の60歳以上の方が対象です（会館利用には利用証が必要）。
※申込開始日の午前８:45～電話・窓口にて先着順

無料健康講話「高血圧の話」（内科）

11/13(金)午後２:00～３:00　20人
内科医　新居敬弘氏　申 11/11(水)・12(木)

無料介護相談

11/17(火)午後２:00～３:00　４人
申 11/11(水)～16(月)

すこやか健康講座「フレイル予防」

12/１(火)午後１:00～２:00　25人
筆記用具　申 11/11(水)～30(月)

書道展

福祉会館で活動中の書道講座・同好会の方の作品展
11/27(金)午前９:00～午後３:00
11/28(土)午前９:00～午後１:00

なごホーム（上飯田児童館）

☎ 916-7030　F 916-7033

●の申込は、申込開始日の午前10:00～先着順（電話の場合は午前10:30～）。

移動児童館「あおぞら広場」※雨天中止

①11/11(水)②11/18(水)各日午前10:00～11:30
①上飯田南公園②志賀公園
乳幼児とその保護者
水筒、タオル、帽子、着替え

こぐま会と遊ぼう会

11/14(土)午後３:00～４:30(午後３:00～受付)
小学生～18歳未満児　16人

なかよしひろば「手作りおもちゃ」

11/19(木)午前10:00～11:30(午前10:00～受付)
０歳児とその保護者　24組
※おおむね１歳２か月まで参加可能

移動児童館　in①杉村学区②六郷学区

①11/20(金)②12/10(木)各日午前10:00～11:30（各日午前10:00～受付）
①杉村コミュニティセンター
②六郷コミュニティセンター
未就園児とその保護者

おじいちゃんおばあちゃんと一緒にあそぼう！

高齢者と一緒に体操・簡単な工作・パラバルーンなど
12/４(金)午前10:30～11:30
10か月(歩行可能)～未就園児とその保護者
動きやすい服装、飲み物、タオル、親子共に上靴
※上靴がない場合は、転倒防止のため裸足

●ぱぱままたいむ「ベビータッチ」

12/８(火)①午前10:30～11:15②午前11:30～午後０:15
首のすわった０歳児とその保護者　各回10組
申 11/17(火)～

●さくらんぼ広場「わらべうたを通したふれあいあそび」

12/10(木)午前10:00～11:00
未就園児とその保護者　12組　申 11/26(木)～

●おやこdeヨガ

12/11(金)午前10:00～11:30　申 11/26(木)～
首のすわった未就園児とその保護者　16組

●子ども将棋教室

12/12・26(土)各日午後１:00～２:00
小学生以上　10人　※家族の付き添いは不可
申 11/27(金)～

クリスマス会（乳幼児の部）

12/19(土)午前10:30～11:30
乳幼児とその保護者　計100人
申 12/３(木)午前10:30～窓口・電話・ウェブサイトにて先着順▶

●「こどものまち」のキッズボランティア募集！

「こどものまち」の企画・準備と運営をします。
会議：１/６(水)・10(日)・16(土)・17(日)・23(土)・30(土)・31(日)、２/６(土)各日午後１:30～３:30
当日：２/７(日)午前10:00～午後５:00
会議に４回以上と当日も参加できる小学３年生～18歳未満児　30人程度
申 12/１(火)～26(土)

楠地区会館

☎ 901-3301　F 901-3301

羊の干支ストラップ作り

11/25(水)午前10:00～11:30　10人
300円　ハサミ
申 11/11(水)午前10:00～電話・窓口にて先着順

３B体操（当日先着順）

11/27(金)午前10:00～11:30(午前９:45～受付)
30人　柳川晃子氏　300円
飲み物、上靴、ヨガマットまたはバスタオル

いきいき支援センター

東部 ☎ 991-5432　F 991-3501　西部 ☎ 915-7545　F 915-2641

認知症の人を介護する家族支援事業

区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、味鋺、西味鋺、楠、如意、楠西
家族教室（認知症の講話・交流会）	11/26(木) 午後１:30～３:30 北区東部いきいき支援センター会議室	11/16(月) 午後１:15～３:15 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）	11/18(水) 午後２:00～３:30 場所　同上	11/25(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）	11/19(木) 午後１:30～３:30 場所　同上	11/18(水) 午後１:30～３:30 北区在宅サービスセンター研修室

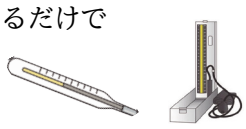
区民向け講演会「老後の終活やお金にまつわる話」

12/14(月)午後２:00～４:00
市総合社会福祉会館７階　大会議室
区内在住・在勤・在学の方　80人程度
申 11/11(水)午前９:00～12/４(金)までに電話・FAXにて先着順
問 西部いきいき支援センター（☎ 915-7545・F 915-2641）

北環境事業所

☎ 981-0421　F 981-5399

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、体温計、温度計など）を可燃・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。

各区の環境事業所へ持ち込みをお願いします。
持ち込みができない場合は、収集に伺うなどの対応をいたしますので、ご相談ください。
●収集車や処理施設の火災につながるため、下記は特に注意して分別をお願いします。

小型家電

回収拠点の「小型家電回収ボックス」へ

設置場所はこちら▲

電池類

絶縁し、「プラスチック資源」の日に無色透明の袋に入れ、出してください。


北消防署

☎ 981-0119　F 915-0119

秋の火災予防運動 11/９(月)～15(日)

今年の区内の火災原因は、１位：放火、２位：電気器具、３位：たばこです（８月末時点）。そのため、下記の３点に注意し、火災予防を促進しましょう。
①家の周囲、共用部の廊下や階段に燃えやすい物を置かない。
②コンセントは、ほこりを定期的に清掃し、不必要なプラグは抜く。
③寝たばこは絶対にしない、させない。

防火作品掲載のお知らせ

区内の小学５・６年生の防火作品をウェブサイトに掲載しています▶

北土木事務所

☎ 911-8165　F 913-3986

道路照明・公園灯がつかないときは

道路照明・公園灯がつかないときは、柱に貼ってある「名古屋市」と表記のあるシールの番号と、場所を土木事務所へお知らせください。
なお、名古屋市の番号表示のない電灯は、町内会や商店街で管理しているものです。

上下水道局北部営業センター

☎ 419-5666　F 419-5775

小規模貯水槽の点検を実施しています

ビルやマンションにある受水槽や高置水槽から給水する貯水槽水道について、安心安全でおいしい水道水を飲むことができるよう設置者の方には、貯水槽の定期的な点検や清掃をお願いしております。
上下水道局では、設置者・管理者の立会いのもと、小規模貯水槽（有効容量10㎥以下）を対象に無料の点検サービスを行っています。
申 点検を希望する場合は、上記問い合わせ先まで

その他

名古屋市立大学医学部附属西部医療センター 第117回市民公開講座「認知症になったら～少しでも進行を遅らせるために～」（当日先着順）

11/12(木)午後２:00～３:00(午後１:30～受付)
西部医療センター２階　大ホール　80人
脳神経内科医　大喜多賢治氏
問 西部医療センター経営課（☎ 991-8121・F 916-2038）

「野鳥観察会」参加者募集

くわしく、わかりやすい解説付き。初心者でもお気軽に。
12/５、１/９(土)各日午前９:30～11:30(少雨決行)
庄内緑地
日本野鳥の会愛知県支部会員
市内在住、在勤、在学の方　各回30人
申 11/18(水)午後５:00までに申込フォームにて▲
※応募者多数の場合は抽選
問 西区公害対策課（☎ 523-4613・F 523-4634）

自転車盗に注意!!

区内では自転車盗が多発しており、平均して１日１台以上が被害に遭っています。
自転車盗の約６割は無施錠の被害となっていますので、短い時間でも鍵かけを徹底しましょう。
また、施錠した自転車も被害に遭っていることから、防犯効果を上げるため、ワイヤー錠などを使用してツーロックを心掛けましょう。
問 北警察署生活安全課（☎ 981-0110・F 981-2070）

12/４(金)～10(木)は人権週間です

人権問題でお悩みの方は、まずはご相談ください。秘密は守られます。
・こどもの人権110番（☎ 0120-007-110）
・みんなの人権110番（☎ 0570-003-110）
・LINEじんけん相談：友達追加はこちら▶
問 名古屋法務局人権擁護部（☎ 952-8111・F 952-8022）

各種相談

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。
11/14(土)午前10:00～正午
宮前コミュニティセンター（上飯田東町４-505）
問 北区障害者基幹相談支援センター（☎ 910-3133・F 916-3665）

◆行政相談（予約不要）

11/18(水)午後１:30～３:30
問 北区役所地域力推進課（☎ 917-6435・F 914-5752）

◆人権相談（予約不要）

11/18(水)午後１:30～３:30
問 北区役所総務課（☎ 917-6416・F 914-5752）

◆法律相談（予約制）　※面談時間は20分

11/24(火)、12/14(月)各日午後１:00～４:00
問 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・ウェブサイトにて先着順▶
※上記◆の場所は全て北区役所３階　相談室

キタッコだより

マークの説明：日時・期間　場所※1　対象・定員※2　講師・出演　料金※3　持物　案内　申　申込※4　問　問合せ　電話番号　F FAX　メール
＜記載がない場合は次の通り＞※1 施設　※2 制限なし　※3 無料　※4 当日会場へ

区からのお知らせ

シニアも参加！北区デジタルフェスタ

高齢者の暮らしを快適にするデジタルって何？
スマホの便利な使い方教えます！



11/30(月)午後１:30～４:00
北区役所２階　講堂
デジタル健康チェック、フレイル予防×運動機能テスト、スマホゲーム・eスポーツ体験、見守りロボ、健康講話
問 北区役所福祉課(☎917-6575・F 914-2100)

令和９年度学童保育所の入所説明会のご案内

名称	学区	所在地・電話	入所説明会 日時・会場
楠学童保育会	楠・如意・楠西	池花町313 901-2766	１/24、２/７(日) 各日午前10:00～11:00
◆西味鋺学童保育所	味鋺・西味鋺	西味鋺三丁目601-２ 902-1734	１/22(金)西味鋺小学校、１/26(火)味鋺小学校 ※各校の入学説明会後２時間程度 ２/４(木) 午後３:00～７:00、２/27(土) 午前10:00～正午 ※うち１時間程度
城北学童保育所	城北	安井一丁目25-10 991-0324	12/12(土) 午前10:00～正午 ※うち１時間程度 12/18(金) 午後７:30～８:30
光城・川中学童クラブ	光城・川中・金城	光音寺町野方1919-７ 911-8370	12/５(土) 午前10:00～11:00 第２光城・川中学童クラブ
第２光城・川中学童クラブ		光音寺町３-31-１ 908-5066	
◆志賀学童保育所	東志賀	志賀町４-60-11 アーバンラフレ志賀12棟 991-6607	12/13(日) 午後１:00～２:00 ※入所申込は１/29(金)午後７:00締切
名北学童クラブ(第１・第２)	飯田・名北・辻	上飯田西町２-11-３ 914-8382	12/19、１/16、２/20(土)各日午前10:00～11:00、１/８、２/12(金)各日午後７:00～８:00
清水学童クラブ(第２・第３)	杉村・大杉・清水	清水三丁目2003 915-9439	実施しません。新規募集はありません。
◆上飯田第２どんぐりクラブ	六郷・六郷北・飯田・宮前	上飯田南町４-１ 上飯田南荘内 916-1820	実施しません。定員に空きが出た場合は、上飯田第２どんぐりクラブのウェブサイトにてお知らせします。
◆上飯田第５どんぐりクラブ	六郷北・飯田・宮前	同上 911-6384	11/15(日) 午前10:00～正午、12/５(土) 午後４:30～６:30 ※電話での事前予約制(当日予約可)

記載がない学童保育所は、各学童保育所
日時は変更となる可能性があります。
◆の学童保育所は上記日程以外も対応可。
説明会・入所受付は各学童保育所へ直接お問い合わせください。
問 北区役所民生子ども課(☎917-6514・F 917-6512)

名城公園フラワープラザ

☎ 913-0087　F 913-9379

正風会正風華道 いけばな展

四季折々の花材を使い、伝統と創意を融合させた作品
11/14(土)午前９:00～午後４:30
11/15(日)午前９:00～午後３:30

自動車図書館

☎ 821-3364　F 821-3364

上飯田第二団地

12/２(水)午前10:00～11:00

大曽根住宅

12/３(木)午後２:00～３:30

北図書館

☎ 912-8111　F 912-8135

乳幼児一時預かりサービス(当日先着順)

11/12・26、12/10(木)各日午前10:00～午後１:00(午前10:00～受付) ※預かり時間は１人１時間まで
７カ月～未就学児　４人

乳幼児向けおはなし会

11/13・27(金)各日午前11:00～11:20
０～２歳児とその保護者

おはなし会

11/14・28(土)各日午後２:00～２:30
11/19、12/３(木)各日午後３:30～４:00
３歳以上の幼児・小学生

みんなのがん教室

11/29(日)午後０:30～４:00　40人
名古屋医療センター緩和ケア医師、同相談センター職員、がん体験者
申 11/11(水)午前９:30～電話・窓口・ウェブサイトにて先着順▸

ストーリーテリングで“おはなしを”

絵本や紙芝居を使わず、「語り」で物語を楽しむ。
12/５(土)午前11:00～11:30
５歳以上

北生涯学習センター

☎ 981-3636　F 981-3590

※★印の申込は、往復はがき・市電子申請サービスにて(８面参照)。講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を明記し、〒462-0841 黒川本通二丁目16-３ 北生涯学習センターまで。はがき１枚につき１人(１組)のみ有効。
※市外在住の方は勤務先や通勤先の所在地の区名も明記。
※☆の申込で託児を希望の方は“託児希望”と明記の上、お子さんの氏名(ふりがな)、生年月日も明記。
※応募者多数の場合は抽選

♪ロビーコンサート

11/15(日)午後１:00～２:30
ウクレレユニット・レインボーガーデン

【公開講座】黒川の歴史を知る～文化から産業へ～

11/19(木)午前10:00～正午(午前９:30～受付)
40人 ※連続講座受講者も含めて先着順。
なごや歴史ナビの会・東区郷土史研究会 伊藤喜雄氏

★【トライアルウインター】【北高校音楽部協力】北高校音楽部と一緒に合唱を楽しもう！

12/24(木)午後１:30～３:30
小中学生 20人　名古屋市立北高校音楽部
申 12/３(木)必着

★【トライアルウインター】【北高校美術部協力】北高校美術部と一緒に立体アニマルアートをつくろう！

12/25(金)午後１:30～３:30
小中学生 16人　名古屋市立北高校美術部
教材費100円　申 12/３(木)必着

令和８年度後期講座のご案内

★〈なごや学〉なごやの城郭

１/20～２/17(毎週水曜日)午前(全５回)
25人　受講料1,500円
申 12/14(月)必着

★☆〈女性セミナー〉【託児付】つながりが広げる自信と未来

講座：１/21～３/11(指定木曜日)午前(全７回)
託児説明会：１/14(木)午前10:00～
女性 30人
託児：満１歳６カ月以上の未就学児(１/21時点)３人 ※応募者多数の場合は抽選
教材費100円、託児はおやつ代700円
申 12/14(月)必着

各講座の詳しい内容は、北生涯学習センター発行の「後期講座のご案内」をご覧ください。

楠図書館

☎ 903-8653　F 903-8652

楠サロン喜楽「コーヒーを飲みながら交流する会」

11/11、12/９(水)各日午前10:00～11:30
18歳以上　100円(飲み物代)

ちいさい子のおはなし会

11/12・26(木)各日午前11:00～11:20(午前10:50～受付)
０～２歳児とその保護者

おはなし会

11/14・28(土)各日午後２:30～３:00(午後２:20～受付)
３歳以上の幼児・小学生とその保護者

乳幼児一時預かりサービス(当日先着順)

11/27、12/４(金)各日午前10:00～午後１:00(午前10:00～受付) ※預かり時間は１人１時間まで
７カ月～未就学児　４人

マネー＆ライフプランセミナー

家族のためにこれからすべきこと、資産形成・運用
12/６(日)午前10:00～11:30　15人
J-FLEC(金融経済教育推進機構)認定講師
申 11/22(日)午前９:30～電話・窓口・ウェブサイトにて先着順▸

黒川スポーツトレーニングセンター

☎ 982-2770　F 982-2775

各教室の申込・詳細などはこちら▸
※記載のないものは窓口にて先着順。
※すべて傷害補償制度あり。

教室名	日程	申込
やさしい！バレトン	11/12・19・26、12/３(木)	当日午前９:20～
かんたんエアロ＆トレーニング	11/16、12/７(月)	当日午後１:50～
からだスッキリ！骨盤調整ヨガ		当日午後３:00～
ZUMBA®		当日午後５:40～午後７:00～
パーソナルトレーニング・パーソナルトレーニング(ペア)	12/７・14・21(月)	11/23(月・祝)・30、12/７(月) 正午まで
ナチュラルボディ・ステップ４		11/11(水) 午前10:00～
シニア世代のための健康体力づくり講座	12/10(木)	11/11(水) 午前９:00～電話・窓口にて先着順

北スポーツセンター

☎ 917-0501　F 917-0510

各教室の申込・詳細などはこちら▸
※記載のないものは窓口にて先着順。
※すべて傷害補償制度あり。

教室名	日程	申込
ファイティングエクササイズ	11/11・18・25、12/２・９(水)	当日午前９:10～
姿勢改善エクササイズ		当日午前10:25～
スポーツパーク(バドミントン・卓球・ボッチャ)	11/11、12/２・９(水)	当日午後６:15～
エアロビクス	11/12・19・26、12/３・10(木)	当日午前10:25～
ベリーダンス(午後０:40の部)		当日午後０:20～
ベリーダンス(午後１:50の部)		当日午後１:30～
ZUMBA®(午後６:30の部)		当日午後６:10～
ZUMBA®(午後７:45の部)		当日午後７:25～
リラックスヨガ	11/16・30、12/７(月)	当日午前９:10～
心と体を整えるストレッチ		当日午前10:25～
ダイエットダンス＆ヨガ・ピラティス		当日午後６:40～
エアロダンス	11/17・24、12/１・８(火)	当日午前10:25～
フラダンス(プルメリア)		当日午後０:20～
フラダンス(ハイビスカス)		当日午後１:30～
キッズヒップホップダンス		当日午後６:40～
アロマ美人講座	12/25(金)	11/27(金) 午前10:00～電話・窓口にて先着順

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。