保健センターだより

松原町1-23-1 中村区役所等複合庁舎2・3階 TEL: 433-3005 FAX: 483-1131 場所の記載のないものは保健センターで行います。 お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

中村区休日急病診療所 TEL: 471-8311 救急医療情報センター TEL: 263-1133 名古屋北歯科保健医療センター TEL: 915-8844





保健感染症担当 健康 精神保健・健康づくり担当 づくり TEL 433-3092



保健保健看護担当
看護衛生
(定居衛生・薬務担当
薬務住居衛生・薬務担当
下EL 433-3064





予約

★乳幼児健康診査

	保健 感染
日	受付時間など
3生	第一子は

健診名	健診日	対象児の生年月日	受付時間など
	11/11(火)	令和7.6.24~7.8生	第一子は
3 (4)	11/18(火)	令和7.7.9~7.22生	午前8:50 ~9:10
カ月児	12/2(火)	令和7.7.23~8.5生	第二子以降は 午前8:50
	12/9(火)	令和7.8.6~8.20生	~ 9:20
1歳6	11/26(水)	令和6.4.16~5.1生	午後1:00
カ月児	12/3(水)	令和6.5.2~5.14生	~2:00
3歳児	11/13(木)	令和4.10.15~10.30生	持物: 歯ブラシ
3 成元	11/20(木)	令和4.10.31~11.20生	タオル







日時 12月4日(木)午後1:30~3:30の

うち、15分程度 対象 市内在住の方、8人☆本年度に他区保健セン ターで受診された方は申し込みできません 申込 12月3日(水)までに電話で先着順

★ えいよー!バランス教室 (男性限定) 予約 健康



日時 12月5日(金) 午前10:00~正午

受付 午前9:45~10:00

対象 区内在住の65歳以上で男性の方

持物 エプロン、三角巾、ハンドタオル、マスク、 食器ふき、筆記用具、水分補給ができる もの、健康手帳(お持ちの方)

申込 11月14日(金) 午前9:00から電話で先着順

* ネズミ防除講習会



日時 12月5日(金) 午後2:00~3:00 持物 筆記用具、タオル、食パン(8枚切り)2枚 ☆1センチ角に切ってお持ちください

申込 11月11日(火)~12月4日(木)に電話予約

業 筋肉を衰えさせない筋トレ教室 → 約 健康 ~正しく学んで筋力アップ~ ☆2日間コース づくり



日 程 内 容 1日目 12/15(月) 筋肉の話と実技、栄養の話、試食 2日目 12/22 (月) 筋肉の話と実技、フレイル予防の話

時間 午後1:30~3:30

受付 午後1:15~1:30

対象 区内在住の65歳から概ね74歳の男性で、 介護なしで運動のできる方、15人

申込 11月17日(月)午前9:00から ウェブサイト▶か電話で 申し込み。先看順



*健康元気クラブ ☆4日間コース



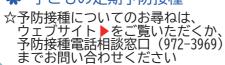
日 程		内 容				
1日目	1/8 (木)	レクリエーション、フレイル予防の話				
2日目	1/20 (火)	口腔ケアの話、栄養の話、試食				
3日目	1/29 (木)	医師の話、音楽療法、栄養の話、試食				
		// II				

4日目 2/3 (火) 体操、栄養の話、試食 時間 午後1:30~3:15

受付 午後1:15~1:30 対象 区内在住の65歳以上の方で令和4~6年度 および7年度4・5月に受講していない方

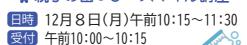
申込 11月17日(月)午前9:00から電話で先着順

* 子どもの定期予防接種

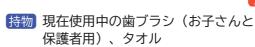




★親子の歯っぴースマイル講座



対象 区内在住の1~3歳頃まで のお子さんとその保護者



申込 12月5日(金)までにウェブサイト▶ から申し込み



健康

づくり

	のお子さんとその保護者	ימ	から申し込み		
	親と子の教室・相談	温と子の教室・相談 開催日時		内容・対象など	
	子どもの歯の健康教室 保健 予約 感染	①11月13日(木) 午前9:30~10:30 ②12月10日(水) 午後1:15~2:15	☆ ☆ ☆ ☆ ☆ 女 対象 就学 持物 母子 申込 ウェ	斗健診、歯みがき指導、栄養相談 会望者にフッ化物塗布(費用720円。 会活保護世帯減免あり。証明書を持参) 学前の乳幼児とその保護者 全健康手帳、歯ブラシ、タオル にブサイト ▼で①11月12日(水) 2月9日(火)まで予約受け付け	
	お口すくすく講座 保健 予約 感染	11月21日(金) 午前10:15~11:30 受付:午前10:00~10:15	対象 4~ 持物 母子 申込 ウェ	コの発達や離乳食の始め方の話 - 6カ月児とその保護者 子健康手帳、筆記用具 - ブサイト ▶で11月20日(木)	
	はじめての歯みがき教室 保健 予約 感染	11月25日(火) 午前10:15~11:30 受付:午前10:00~10:15	献 対象 令和 の乳 申込 ウェ	レ歯予防や歯みがきの話、むし歯 fェック、栄養の話 D6年11月~令和7年2月生まれ U児とその保護者 ロブサイト♪で11月17日(月) 可9:00から先着順	
	母乳相談 予約 保健 看護	11月25日(火) 午後1:10から		音師による相談 321日(金) まで予約受け付け	
	モグモグ相談 保健 予約 感染	11月27日(木) 午後1:00~2:00	持物 母子 申込 ウェ	L食に関してお困りの方の個別相談 F健康手帳 Cブサイト♪で11月21日(金) で予約受け付け 回 を開	
	子どものアレルギーと ぜん息相談 子約 感染	11月27日(木) 午後2:00~3:00	(例 対象 15歳 保護	引医による診察・相談と個別指導 R健・栄養の相談) 象未満の方(主に乳幼児)とその 養者、6組 引21日(金)まで予約受け付け	
	離乳食教室 保健 感染	11月28日(金) 午前10:15~11:30 受付:午前10:00~10:15	口や 対象 令和 その 持物 母子 乳児 申込 ウェ	L中期(2回食)の話、赤ちゃんの P歯の話、試食(乳児のみ) ロ7年3月~4月生まれの乳児と D保護者 子健康手帳、筆記用具、 記用エプロンとスプーン ロブサイト ▶で11月11日(火)	
	ニューファミリーセミナー (妊娠中のママ・パ (教室) ☆2日間コース 保健 予約 感染	1日目:12月1日(月) 2日目:12月8日(月) 午後1:15~3:30 受付:午後1:00~1:15	2E 対象 妊娠 申込 ウェ	日: 助産師による妊娠・出産の話など 日: 妊娠期の食事の話、歯の話、 食品衛生の話など 最中の方とその配偶者 にブサイト ▼で11月21日(金)	
	スマイリーママ ~産後のリフレッシュ教室~ ☆2日間コース 保健 予約 看護	1日目:12月11日(木) 2日目:12月19日(金) 午前10:00~11:30 受付:午前9:45~10:00	2 E 対象 首か その 持物 抱っ 水分	日:理学療法士による産後の体の変化・ 正しい体の使い方、親子体操 日目:交流会・親子遊び がすわった頃〜8カ月までの乳児と O保護者 っこひも、フェイスタオル、 分補給ができるもの 127日(木)午前9:00から先着順	
	ニューファミリーセミナー クッキング (妊娠中のママ・パ (教室) 保健 予約 感染	12月16日(火) 午前9:45~正午 受付:午前9:30~9:45	ビン 対象 妊娠 持物 母子 タオ 申込 ウェ	単朝食クッキング・離乳食作りの ノト(調理実習) 最中の方とその配偶者 ・健康手帳、エプロン、三角巾、手ふき ・ル、食器用ふきん、筆記用具 ・エブサイト ▼で12月8日(月)	
	心と体の教室・相談	開催日時			
1			無料。ウェ	□ブサイト▶で申し込み。	

