2026 11 広報なごや中村区版 なかむらだより NAKAMURA NEWS

編集 中村区役所
松原町1-23-1
TEL(代)：483-8161
FAX：483-5137

ウェブサイト X Instagram

ユニバーサルフェスタ2026 ちがいを楽しむ、つながるフェスタ

開催日時 12月13日(日)午後1時～4時
開催場所 中村区役所、中村生涯学習センター
※雨天の場合は、屋外ブースのみ中止

詳しくはこちら▶

区役所来場者には、記念品をプレゼント！（先着400人）

スタンプラリーに参加して、景品をゲットしよう！

区役所5階

開会式
公演時間 午後1時～午後1時20分
名古屋音楽大学生が、「共存」と「共生」をテーマに『ゴースト&レディ』から「不思議な絆」などの曲目を披露します。

アスリート講演会「見えない壁を越えて ～視覚障害者柔道を楽しもう！～」



視覚障害者柔道 廣瀬誠選手と佐々木嘉幸選手、2名のアスリートの技を間近で体感！講演に加え、迫力のある実演が楽しめる特別プログラムです。柔道初めての方大歓迎！

定　員 名古屋市在住の方100人程度(先着順) 要予約
公演時間 午後1時40分～3時10分
申込方法 11月13日(金)午後4時までに、申込用紙(二次元コード▶からダウンロード)をメールまたは郵送で中村区地域力推進課へ提出してください。
申込先 中村区役所地域力推進課　〒453-8501(住所不要)
a4332746@nakamura.city.nagoya.lg.jp

中村生涯学習センター

中村区ボッチャ大会（参加申込締め切り済み）
アジアパラ競技大会の種目であるボッチャの大会を実施！
見学・応援にぜひお越しください！

区役所3階

みんなでつくる「共生の木」
来場者のみんなで、アートを完成させよう！

つながる！ なごみんマルシェ
なごみん(授産製品)が集うマルシェを開催。心を込めて作られた授産製品をぜひ手に取ってご覧ください。

★eスポーツひろば ★あなたの健康度チェック
★心のアートギャラリー ★認知症への理解を深めよう

〖なごみんとは？〗
な 中村区の障害福祉サービス事業所で作られた商品
ご ご縁がつながって
みん みんなで魅力を伝えたい

なごみんについてはこちら▶

区役所2階

中村ミニ「ベトナムフェスティバル」
ベトナムの歌、アオザイ(衣装)、絵などを体験してみよう！
ベトナムの飲み物や食べ物の試食もあります！

世界を知ろう！アジアを知ろう！

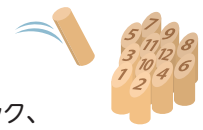


区役所1階

みんなでつながる体験広場

交流拠点スペース
ボッチャ、卓球バレー、ミャンマーの日焼け止め体験

多目的広場(屋外)
グラウンド・ゴルフ、モルック、フライングディスク、ブラインドサッカー



問合 区役所地域力推進課　TEL 433-2746　FAX 433-2086

おたがいを知る、多文化共生

中村区では、さまざまな国や地域にルーツを持つ人々が暮らしています。国籍や文化の違いにかかわらず、誰もが暮らしやすい地域をつくるためには、お互いを理解し尊重する「多文化共生」の視点が欠かせません。そこで今回は、中村区役所で働く外国人総合案内スタッフの方に、お話を伺いました。

問合 区役所企画経理課
TEL 433-2759　FAX 433-2085

Q 外国人の方が地域で暮らす中で困りやすいことはどんなときですか？

Aさん：日本での生活で一番困るのは言葉です。役所や病院での説明が難しくて、不安になることがあります

Bさん：ごみの分別など、生活ルールが初めて暮らす方にはわかりにくくて困ることもあります。また、災害のときの情報について、理解が難しかったりすることもあります

Q どうしたら解決できるでしょうか？

Aさん：難しい言葉を使わず、やさしい日本語や翻訳アプリでお互いに分かりやすく伝え合えると、とても助かります

Bさん：写真やイラストを使って説明すると、言葉だけよりも伝わりやすくなります

Aさん Bさん：お互いの文化や考え方を尊重して、しっかり話を聞き合うことも大切です

ありがとうございました。中村区では、外国人総合案内スタッフがネパール語とベトナム語で区役所の手続きのお手伝いを行っています。困ったときはご相談ください！※ネパール語：月曜日、火曜日　ベトナム語：月曜日、金曜日

＼マイナンバーカードをお持ちの方は、／

オンラインで転出届が提出できます！

名古屋市外への転出届はマイナポータルからオンラインで提出をすれば、区役所の窓口に行く必要はありません。転出届は、便利なオンラインでの提出をご活用ください！

※引越し先の役所の窓口で転入届の手続きは必要です。
※名古屋市内の他区へ引越す方、同じ区内で引越す方は、引越し後に引越し先の区役所・支所での届出のみ必要です。マイナンバーカードをお持ちの方は、引越し先での届出の際に持参してください。
※オンラインでの転出届は、処理が完了するまで数日かかることがあります。

引越し先の役所の窓口だけに行けばOK！



詳しくはこちら

問合 区役所市民課　TEL 433-2819　FAX 433-2028

オンラインで転出届を提出する際に必要なもの

●電子証明書が有効なマイナンバーカード（暗証番号の入力が必要です）
●マイナポータルにアクセスする端末（スマートフォン等）



電話でのお問い合わせ
マイナンバー総合フリーダイヤル
0120-95-0178
音声ガイダンスに従い「4番：マイナポータル」を指定してください。

マイナンバーカードの申請方法はこちら

中村区職員による 中村区の 名所・魅力を再発見 Vol.5

NAGOYA やさし、あたらし、大名古屋

バックナンバーはこちら▶

皆さんも引き続き中村区の魅力を見つけたら、「#中村区の魅力を発信しよう」をつけて発信していきましょう！

#中村区の魅力を発信しよう

今月の紹介スポットは 武将看板

豊國参道に中村区にゆかりのある武将を紹介する看板があります。

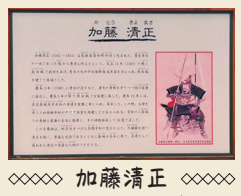
問合 区役所企画経理課　TEL 433-2743　FAX 433-2085



◇◇◇◇ 豊臣秀吉 ◇◇◇◇
尾張国愛知郡中村の出身。天下統一を成し遂げた戦国の英雄です。



◇◇◇◇ 豊臣秀長 ◇◇◇◇
秀吉の弟で数少ない血縁者として秀吉を支えました。



◇◇◇◇ 加藤清正 ◇◇◇◇
中村生まれ。賤ケ岳合戦などで活躍した武将です。



◇◇◇◇ 前田利家 ◇◇◇◇
秀吉の子・秀頼の後見を務めた武将です。

豊臣兄弟！ 名古屋中村 大河ドラマ館

開館期間 令和9年1月11日(月・祝)まで
開催場所 中村公園「豊臣ミュージアム」内

いきいき支援センター

北部　☎486-2133　fax486-2140
北部分室　☎412-3030　fax412-3110
南部　☎483-6866　fax483-6867

認知症の人を介護する家族支援事業（要事前予約）

◆ 家族教室
日時　【北部】11月25日（水）午後１:30～３:30
　　【南部】11月17日（火）午後１:30～３:30
対象　認知症高齢者を介護している家族

◆ 家族サロン
日時　【北部】11月18日（水）午後１:30～３:30
　　【南部】11月20日（金）午後１:30～３:30
対象　認知症高齢者を介護している家族・認知症介護の経験者

◆ 認知症サポーター養成講座
日時　【北部】11月19日（木）午前10:00～11:30
対象　認知症に関心のある方

◆ 医師（もの忘れ相談医）による専門相談
日時　【北部】11月26日（木）午後２:00～３:30
　　【南部】11月19日（木）午後２:00～３:30
対象　区内在住の認知症高齢者を介護している家族

名楽福祉会館

〒453-0024　名楽町4-7-18
☎481-8588　fax461-5667

各催しの申し込みには福祉会館利用証が必要

令和８年度作品展示

日頃の活動の成果を展示します。ゆっくりとご覧ください。☆展示期間等変更の場合あり

展示団体	展示開始日	展示終了日
絵手紙同好会	11月10日（火）	11月24日（火）
折り紙専科同好会	11月11日（水）	11月25日（水）

名楽福祉会館健康相談

日時　①11月19日（木）午後２:00～３:00
　　②12月３日（木）午後２:00～３:00
内容　①内科 ②外科・皮フ・泌尿器
対象　市内在住の60歳以上の方、各回５人程度
申込　①11月17日（火）②12月１日（火）までに、窓口または電話で先着順

３Ｂ体操

ボール・ベル・ベルター３種の用具を使うリズム体操です。
日時　11月30日（月）午前10:00～11:30
対象　一般、25人
持物　運動しやすい服装・汗拭きタオル・飲み物
申込　11月11日（水）午前９:15から電話で先着順

おでかけメイク講座

日時　11月30日（月）午前10:00～正午
対象　一般、12人
申込　11月12日（木）午前９:15から窓口または電話で先着順

中村公園事務所

〒453-0053　中村町字高畑68
☎413-5525　fax485-7163

華道講座

時代の変化に合わせて、新しい表現で誰もがいけばなを楽しめます。
日時　11月21日（土）午後１:00～３:00
集合　中村公園事務所
対象　一般、10人程度
費用　1,000円
講師　川口 紅清軒 さん
持物　ハサミ、手拭きタオル
申込　窓口または電話で先着順



なごホーム（中村児童館）

〒453-0809　上米野町3-7
☎451-5162　fax451-5163

移動児童館in六反公園

コンビカー・しゃぼん玉などの自由遊びです。
日時　11月11日（水）午前10:30～11:30
対象　乳幼児とその保護者
場所　六反公園（名駅南４丁目）
☆六反コミュニティセンター駐車場に駐車可（先着順）
☆雨天時等の場合中止。中止の場合はインスタグラムでお知らせ
Instagram はこちら ▲

つくっちゃお！～めじるしチャーム～

日時　11月19日（木）午後３:30～４:30
対象　５歳以上の幼児（保護者同伴）～高校生、12人（当日午後３:15から受け付け）

パパとあそぼう

日時　11月29日（日）午前10:30～11:30
対象　乳幼児とその父親、15組
☆母親の参加または見学可
申込　11月15日（日）～22日（日）は電子申請（市版❽面参照）で申し込み。定員に満たない場合は11月25日（水）から電話、窓口で申し込み可

ピラティス

日時　12月２日（水）午前10:30～11:30
対象　乳幼児とその保護者、12組
申込　11月18日（水）～25日（水）は電子申請（市版❽面参照）で申し込み。定員に満たない場合は、11月26日（木）から電話、窓口で申し込み可

クリスマスコンサート

日時　12月９日（水）午前10:30～11:00
対象　乳幼児とその保護者
☆乳幼児にはプレゼントあり（当日先着70人）

ママロビクス

日時　12月18日（金）午前10:30～11:30
対象　乳幼児とその保護者、15組
申込　12月４日（金）～11日（金）は電子申請（市版❽面参照）で申し込み。定員に満たない場合は、12月12日（土）から電話、窓口で申し込み可

クリスマス会

日時　12月24日（木）午前10:00～11:30
対象　小中高生の方、30人　☆保護者入室不可
申込　11月26日（木）～12月３日（木）は、電子申請（市版❽面参照）で申し込み。応募者多数の場合は抽選。定員に満たない場合は、12月４日（金）から電話、窓口で申し込み可

自動車図書館

☎821-3364　fax821-3364

場　所	日　程	時　間
中村休日診療所	12/３（木）	午後１:50～２:40
塩池公園	12/３（木）	午後３:05～４:00
米野公園	12/８（火）	午前10:00～11:00
中村住宅	12/９（水）	午前10:00～11:00

スポーツセンター

〒453-0053　中村町字待屋43-1
☎413-8021　fax413-8023

レッスンタイム

レッスンタイム	日程	曜日	時　間	定員	費用
やさしいエアロ	11/17 11/24 12/１ 12/８	火	午後６:20～７:20	35人	300円
エアロビクス スタンダードの部	11/11 11/18 11/25 12/２ 12/９	水	午前９:30～10:30	35人	
エアロビクス ストレッチの部			午前10:45～11:45	40人	

対象　中学生以上の方
申込　開始30分前から先着順
☆状況により30分前より早く申込を終了する場合あり
☆都合の良い時だけ参加可
☆傷害補償制度あり

水泳ワンポイントアドバイス

日時　11月11日（水）、18日（水）、25日（水）
　　12月２日（水）、９日（水）
　　午後１:00～２:00
対象　一般、各回10人
申込　当日開始30分前から窓口で受け付け。定員超過の場合は抽選
☆都合の良い時だけ参加可
☆傷害補償制度あり

生涯学習センター

〒453-0044　鳥居通3-1-3
☎471-8121　fax471-8122

おもちゃ図書館

日時　11月14日（土）午前10:00～午後２:00
問合　乳幼児～小学生とその保護者

行政書士による無料相談会

日時　11月17日（火）午後１:00～４:00
問合　愛知県行政書士会 名古屋支部
　　相談受付ダイヤル　TEL 990-2580

子育て・ほっと・ひろば

日時　11月18日（水）午前10:00～正午
対象　乳幼児とその保護者

初心者・初級者のためのパソコン相談会

日時　11月18日（水）午後１:30～２:20
　　午後２:30～３:20
対象　パソコン初心者・初級者、各回６人
☆ノートパソコンの持ち込み可
申込　各回とも当日午後１:15までに窓口で受け付け。定員超過の場合は応相談

【NESPA主催】はじめてのペーパークイリング体験教室～素敵なクリスマスカードを作りましょう～

日時　12月10日（木）午前10:00～正午
対象　一般、20人程度
費用　3,300円（遊具レンタル含む）
申込　窓口または電話で先着順
☆窓口で受講手続きが必要です。

【トライアルウィンター】香りをデザイン～オリジナルフレグランスを作ろう～

日時　12月26日（土）午前10:00～正午
対象　小学４年生から中学生、20人
講師　ジャパンスタイルフレグランス 大野 智恵美 さん
費用　950円（教材費含む）
申込　往復はがきまたは電子申請（市版❽面参照）で申し込み。11月26日（木）必着。定員超過の場合は抽選　☆１人１通のみ有効
☆往信用裏面に①事業名、②氏名・ふりがな、③郵便番号・住所、④電話番号を記入

くらしのお知らせ

場所の記載がないものは、各施設で行います。
費用の記載がないものは、無料です。
申し込み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。

区からのお知らせ

学童保育のご案内

学童保育とは？

保護者が労働等により昼間家庭にいない小学生に対し、放課後を安全・安心に楽しく過ごすための「生活の場」です。

令和９年４月からの入会を希望の方

各学童保育所へお申し込みください。☆随時対応

名　称	所在地 電話番号	主な小学校 小学校の対象学年
はちのす 学童保育所	中村町1-54-1 TEL 471-2755	中村・豊臣・ほのか １年生～６年生
たけのこ 学童クラブ	日比津町1-17-7 TEL 461-1038	日比津・諏訪 １年生～６年生
つくしんぼ 学童クラブ	横井一丁目33 TEL 412-2535	岩塚・八社 １年生～６年生
風の子 学童クラブ第１	豊国通4-23 コーポ清華103 TEL 481-2588	日吉・千成 １年生～６年生
風の子 学童クラブ第２	沖田町331 TEL 433-1285	米野・千成・柳 １年生～６年生
ひまわり 学童クラブ	稲葉地町1-47 TEL 412-7475	稲葉地・稲西 １年生～６年生
ひまわり第二 学童クラブ	長筬町3-40-2 TEL 880-3509	稲葉地 １年生～６年生

全体説明会

学童保育所の活動内容や利用方法・費用などの質問にお答えします。

日時　11月29日（日）午前10:00～11:30
場所　岩塚小学校講堂（岩塚町４-17）
☆日時・場所が変更となる場合があります。詳しくはお問い合わせください
問合　中村区学童保育連絡協議会　事務局
TEL 433-1285　FAX 433-2068

アクテノン参観日

５つのワークショップを開催します。

日時　11月23日(月・祝)午前10:30～午後４:00
費用　無料 ☆材料費などが別途必要な場合あり
内容　【エアロビクス】、【手ぬぐいと扇子の話芸】、【オカリナ】、【いすヨガ】、【陶芸】
問合　演劇練習館アクテノン(稲葉地町1-47)
TEL 413-6631　FAX 413-6632

自転車の安心・安全な利用

11月は自転車安全利用月間です

・運転中のスマートフォンなどの利用はやめましょう
・夜間は必ずライトを点灯しましょう

11月26日はツーロックの日

・自宅でも鍵を２つ以上かけて駐輪しましょう

問合　区役所地域力推進課　TEL 433-2742　FAX 433-2086

秋季全国火災予防運動

火災が発生しやすい時季を迎えます。
火の取り扱いには、細心の注意を払いましょう。



●実施期間
11月９日（月）から
11月15日（日）まで
●全国統一防火標語
火の確認　いい日を支える　いい習慣
●住宅防火「いのちを守る４つの習慣」
①寝たばこは絶対にしない、させない
②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
③こんろを使うときは火のそばを離れない
④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

問合　中村消防署　TEL 481-0119　FAX483-0119

「野鳥観察会」参加者募集

日時　12月５日（土）、令和９年１月９日（土）
午前９:30～11:30 ☆小雨決行
場所　庄内緑地（西区山田町大字上小田井字敷地3527）
対象　市内在住・在勤・在学の方、各回30人
講師　日本野鳥の会愛知県支部会員
申込　11月18日（水）午後５:00 必着で、申込フォームから申し込み。
定員超過の場合は抽選
☆抽選結果はメールでご連絡いたします
問合　西区公害対策課
TEL 523-4613　FAX 523-4634

申込フォームはこちら▲

11月は分別マナーアップ推進月間です！

分別方法についてのご確認をお願いします。
水銀使用製品（水銀血圧計・水銀体温計・水銀温度計など）を可燃ごみ・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。環境事業所へ持ち込みをお願いします。



水銀血圧計　水銀体温計　可燃ごみ・不燃ごみ

分別方法に悩んだら、資源・ごみ分別アプリ「さんあ～る」をご利用ください。アプリの詳細はウェブサイトをご覧ください。

ウェブサイトはこちら▲

問合　中村環境事業所
TEL 481-5391　FAX 471-5043

PICK UP! 冬休みファミリー映画会 ２０２６「FLY!/フライ!」

日時　12月25日（金）午後１:30から（午後１:00開場）
場所　中村文化小劇場（中村公園文化プラザ3階）
対象　中村区在住の３歳～18歳の子ども・青少年とその家族、250人
☆１組４人まで申し込み可（子どもも人数に含む）
☆子どものみの申し込み・来場は不可
申込　11月25日（水）までにウェブサイトで申し込み。
定員超過の場合は抽選
☆結果は11月27日（金）以降、代表者に通知
☆申し込みは１組１回限り有効
☆申し込みが不達の場合の責任は負いません
主催　中村区安心・安全で快適なまちづくり推進協議会
青少年健全育成対策部会
問合　区役所地域力推進課　TEL 433-2746　FAX 433-2086

ウェブサイトはこちら ▲



© 2023 Universal Studios. All Rights Reserved.
（日本語吹き替え版83分）

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おいて受水槽や高置水槽を経由して給水する貯水槽水道について、利用者が安心・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みなさまには、貯水槽の定期的な点検や清掃をお願いしております。
名古屋市上下水道局では、設置者・管理者の方による立会いのもと、小規模貯水槽（有効容量10立方米以下）を対象に無料の点検サービスを行っております。点検をご希望される場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

問合　上下水道局北部営業センター
TEL 419-5666　FAX 419-5775

施設からのお知らせ

図書館

〒453-0053　中村町字茶ノ木25
☎411-3651　fax 411-3645

出張図書室

本の貸出・返却などができます。乳幼児向けのおはなし会も行いますので、ぜひ来場ください。

日時　①11月11日（水）午前10:30～11:30
②12月１日（火）午前10:30～11:30
場所　①演劇練習館アクテノン
②中村児童館

おはなし会 絵本や紙芝居の読み聞かせ

内　容	日程	曜日	時　間
赤ちゃんからのおはなし会	11/12 11/19 11/26 12/３ 12/10	木	午前11:00～11:20 午前11:25～11:45 ☆同じ内容を１日２回実施
幼児・小学校低学年向け	11/21 11/28	土	午前11:00～11:20
	11/19 12/３	木	午後４:00～４:20

ストーリーテリングで“おはなし”を

日時　11月14日（土）午前11:00～11:30
対象　５歳から大人まで

工作教室　つくってあそぼう

日時　11月26日（木）午後３:45～４:15
対象　幼児～小学校低学年まで

学芸員さんに聞く！秀吉VS家康座談会

若き日の秀吉、家康のエピソードを紐解きながら、小牧・長久手の戦いを取り上げます。

日時　11月28日（土）午後２:00～３:30
対象　一般、200人
場所　中村文化小劇場
講師　秀吉清正記念館学芸員　加藤 和俊 さん
岡崎市美術博物館学芸員　湯谷 翔悟 さん
申込　11月11日（水）午前９：30から
ウェブサイトにて申込

ウェブサイトはこちら▲

雪だるまのリースを作ろう

紙皿とモールで雪だるま型のリースを作ります。

日時　12月５日（土）、６日（日）
午後１:00～４:00
対象　幼児・小学生の方　場所　集会室
申込　当日先着順（入れ替え制）

保健センターだより

TEL：433-3005　FAX：483-1131

救急車を呼ぶ？ 病院へ行く？
迷ったら電話して！（24時間受付）
救急安心センターなごや　短縮 #7119
TEL:951-7119　FAX:684-9119



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

申込・問合先

- 保健感染　保健感染症担当　TEL 433-3093
- 健康づくり　精神保健・健康づくり担当　TEL 433-3092
- 保健看護　保健看護担当　TEL 433-3094
- 衛生薬務　住居衛生・薬務担当　TEL 433-3064

※予約は予約制

乳幼児健康診査

保健感染

健診名	健診日	対象児の生年月日	受付時間など
3(4)カ月児	11/17(火)	令和8.7.9～7.22	第一子は午前8:50～9:10 第二子以降は午前8:50～9:20
	12/1(火)	令和8.7.23～8.5	
	12/8(火)	令和8.8.6～8.20	
1歳6カ月児	11/11(水)	令和7.3.27～4.12	午後1:00～2:00 持物：歯ブラシ、タオル
	11/25(水)	令和7.4.13～5.2	
	12/9(水)	令和7.5.3～5.21	
3歳児	11/19(木)	令和5.10.28～11.17	

☆母子健康手帳を忘れずにご持参ください
☆１歳６カ月児健診・３歳児健診時に希望者にフッ化物塗布を実施します（費用500円。生活保護世帯減免あり。生活保護受給証明書をご持参ください）
☆個別通知の届かない方は、保健感染症担当までお問い合わせください

特定疾患（難病）患者・家族のつどい「つながろう会」

予約　保健看護

内容　講話「医療・福祉制度について」「神経難病のリハビリテーション」交流会
日時　12月３日（木）午後１:30～３:40
受付　午後１:00～１:15
対象　区内在住のパーキンソン病、脊髄小脳変性症、重症筋無力症などの神経・筋系難病で療養中の方や家族の方
持物　個別医療相談を希望される方はお薬手帳をお持ちください
申込　11月11日(水)午前９:00から電話で予約受け付け

健康元気クラブ☆４日間コース



予約　健康づくり

日程		内容
1日目	1/21（木）	音楽療法、フレイル予防の話等
2日目	2/2（火）	レクリエーション、栄養の話等
3日目	2/9（火）	笑いヨガ、口腔ケアの話
4日目	2/15（月）	体操、各種情報紹介等

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５年度以降の健康元気クラブに参加していない方
持物　筆記用具、水分補給できるもの　健康手帳（お持ちの方）
申込　12月３日（木）午前９:00から電話で申し込み。先着順 16人

ロコモ予防教室

予約　健康づくり

ロコモティブシンドローム（ロコモ）とは骨、関節、筋肉といった運動器が衰え、日常生活の自立度が低下した状態をいいます。
ロコモを知って、予防・対策に努めましょう。

内容　ロコモ度テスト、運動指導、講話など
日時　12月11日(金）午後１:15～３:40
対象　区内在住の20歳以上の方で運動に支障がない方、16人程度　☆妊娠中・治療中の方を除く
持物　タオル、水分補給ができるもの、健康手帳（お持ちの方）☆動きやすい服装と靴でお越しください
申込　12月９日（水）まで電話で予約受け付け。先着順

子どもの定期予防接種をしましょう

保健感染

☆予防接種についてのお尋ねは、ウェブサイト▶をご覧いただくか、予防接種電話相談窓口（972-3969）までお問い合わせください

ネズミ防除講習会



予約　衛生薬務

内容　ネズミの防除方法と毒エサ作り
日時　11月30日(月)午後１:30～２:30
申込　11月11日(水)午前９:00から電話で予約受け付け、先着順 20人
持物　食パン（８枚切り）２枚(事前に１センチ角のさいの目に切ってお持ちください)、筆記用具、タオル

親と子の教室・相談	開催日時	内容・対象など
はじめての歯みがき教室  予約　保健感染	11月20日（金） 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容　むし歯予防や歯みがきの話、むし歯菌チェック、栄養の話 対象　令和７年11月～令和８年２月生まれの乳児とその保護者、13組 持物　母子健康手帳、歯ブラシ、筆記用具 申込　11月13日（金）午前９:00からウェブサイト▶で先着順
お口すくすく講座 予約　保健感染	11月24日（火） 午前10:15～11:15 受付:午前10:00～10:15	内容　お口の発達や離乳食の始め方の話 対象　４～６カ月の乳児とその保護者 持物　母子健康手帳、筆記用具 申込　11月23日（月・祝）まで ウェブサイト▶で予約受け付け
母乳相談 予約　保健看護	11月24日（火） 午後１:10から	内容　助産師による相談 申込　11月20日（金）まで電話で予約受け付け
離乳食教室  予約　保健感染	11月26日（木） 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容　離乳食中期（２回食）の話、赤ちゃんのお口や歯の話、試食（乳児のみ） 対象　令和８年３月～４月生まれの乳児とその保護者、16組 持物　母子健康手帳、筆記用具、乳児用スプーン・エプロン 申込　11月11日（水）午前９:00からウェブサイト▶で先着順
モグモグ相談 予約　保健感染	11月26日（木） 午後１:00～１:30 １:30～２:00	内容　赤ちゃんの食事に関しての個別相談 持物　母子健康手帳 申込　11月20日（金）まで ウェブサイト▶で予約受け付け
子どものアレルギーとぜん息相談 予約　保健感染	11月26日（木） 午後２:00～３:00	内容　専門医による診察・相談と個別指導 対象　15歳未満の方（主に乳幼児）とその保護者、６組 申込　11月20日（金）まで電話で予約受け付け
ニューファミリーセミナー クッキング （妊娠中のママ・パパ教室） 予約　保健感染	12月３日（木） 午前９:45～正午 受付:午前９:30～９:45	内容　調理実習（簡単でバランスの良い朝食づくり）、講話、試食 対象　妊娠中の方とその配偶者 持物　母子健康手帳、エプロン、三角巾、手ふきタオル、筆記用具 申込　11月30日（月）までウェブサイト▶で予約受け付け
スマイリーママ ～産後のリフレッシュ教室～ ☆２日間コース 予約　保健看護	1日目:12月7日(月) 2日目:12月14日(月) 午前10:00～11:30 受付:午前９:40～９:55	内容　１日目：理学療法士による産後ママのからだケア講座、親子体操 ２日目：公認心理士によるミニ講話、交流会、親子遊び 対象　首がすわった頃～８カ月までの乳児とその保護者、12組 申込　11月11日(水)～12月２日(水)までウェブサイト▶で先着順で予約受け付け
ニューファミリーセミナー ☆２日間コース （妊娠中のママ・パパ教室） 予約　保健感染	1日目:12月7日(月) 2日目:12月14日(月) 午後１:15～３:30 受付:午後1:00～1:15	内容　１日目：助産師による妊娠・出産の話、沐浴実演 ２日目：妊娠期の食事の話、歯の話、食品衛生の話 対象　妊娠中の方とその配偶者、18組 申込　11月30日（月）午前10:00からウェブサイト▶で先着順

心と体の教室・相談	開催日時	内容・対象など
ＨＩＶ検査・梅毒検査 予約　保健感染	ウェブサイトでご確認ください	無料。ウェブサイト▶で申し込み。 陰性結果は、１時間程度で書面にてお知らせ（判定保留の場合は１週間後） 詳しくは、ウェブサイト▶で確認
こころの健康相談 予約　健康づくり	毎週木曜日 午後３:00から	内容　心の悩みなどの個別相談に専門医が応じます（第３木曜日は「うつ病家族相談日」を開設）