



イラスト: 広告デザイン専門学校 西野 華菜 (令和7年度 中区ワークショップ区長賞受賞作品)

- ▶料金の記載がないものは無料です。
- ▶敬称略
- ▶申込の記載がないものは予約不要です。
- ▶場所の記載がないものは各施設で行います。
- ▶お越しの際は公共交通機関をご利用ください。
- ▶名古屋市市の市外局番は「052」です。

●中区ウェブサイトもご覧ください。



編集: 中区役所  
〒460-8447 栄四丁目1番8号  
代表 ☎241-3601 FAX261-0535

# 3月は引っ越しが多い時期です。住所変更などの手続きは忘れずに!

3月・4月は、区役所の窓口が非常に混雑します。窓口の混雑が予想される日は避けていただくなど、混雑緩和にご協力ください。

## 市民課窓口混雑予想カレンダー

時間に余裕をもって窓口へお越しください。

3月							4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
29	30	31					26	27	28	29	30		

- 非常に混雑 (Red sad face)
- やや混雑 (Yellow sad face)
- 混雑 (Green sad face)
- 休日 (White square)

例年の混雑状況をもとに予想しています。天候などにより混雑の度合いが変わる場合があります。

**開庁時間**

平日 (月～金) ▶午前8:45～午後5:15  
※午前11:30～午後2:00、午後4:30～5:15は窓口が特に混雑すると予想されます。

日曜窓口 3/1、22、4/12 ▶午前8:45～正午  
3/29、4/5 ▶午前8:45～午後2:00  
※一部お取り扱いできない業務があります。  
詳しくは▶ [名古屋市 日曜窓口](#) 検索

**市民課の受付待ち人数がわかります**

- 受付窓口における現在の待ち人数・現在の呼出番号
- お渡し窓口における現在の呼出番号

受付後にお待ちいただいている人数は含まれません。手続き終了までの所要時間を示すものではありません。

スマートフォンで確認できます

## 住所変更(住民票の異動)に伴う市民課での手続き

内容		引っ越し前の手続き (引っ越し日まで)	引っ越し後の手続き (引っ越しの日から14日以内)
中区から転出	市外へ	中区へ転出届	新住所地の役所に転入届
	市内他区へ	手続きは不要	新住所区へ転入届
中区内での引っ越し		手続きは不要	中区へ転居届
中區に転入	市外から	前住所地の役所に転出届	中区へ転入届 (前住所の転出証明書などが必要)
	市内他区から	手続きは不要	中区へ転入届

- ※印鑑登録は市外へ引っ越しすると廃止されます。(市内では継続)
- ※郵送での手続きは転出届のみできます。
- ※詳細は市ウェブサイトをご覧ください。



## 住所変更(住民票の異動)の届出に必要なもの

- 本人確認ができるもの
    - ▶1つの提示で可…マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、在留カード、特別永住者証明書など
    - ▶2つの提示で可…各種健康保険資格確認書、介護保険被保険者証、年金手帳、敬老手帳、社員証(写真付き)、学生証(写真付き)など
  - 前住所地発行の転出証明書 (市外から中区へ引っ越しした場合)
  - 委任状 (代理人が届出する場合)
  - 引っ越しする方全員のマイナンバーカードと4桁の暗証番号、在留カード、特別永住者証明書 (それぞれお持ちの方)
- ※マイナンバーカードをお持ちの方は、カードの記載内容の変更などに時間がかかるため、後日の来庁をお願いする場合がありますので、ご了承ください。



## 以下の①～⑤すべてにあてはまる方はマイナンバーカードとスマホで市外転出届ができます

- ①名古屋市外への引っ越しである (国外への転出は対象外)
- ②カードは有効期限内である
- ③最新の住所と氏名が記載されている
- ④有効な電子証明書が搭載されている
- ⑤暗証番号を覚えている (署名用電子証明書(英数字6～16桁) 利用者用電子証明書(数字4桁))

マイナポータルアプリはこちら

新住所などを入力することで、窓口にお越しいただくことなく転出の手続きができます。



## 証明書の交付は区役所以外でもできます

お持ちいただくものがございますので、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

▶ **栄サービスセンター** ☎951-0361 詳しくは▶ [栄サービスセンター](#) 検索

- 場所: 栄地下街・名鉄瀬戸線「栄町」駅改札口南
- 時間: 午前8:00～午後7:00 (日曜・祝休日、年末年始を除く)

住民票の写し、印鑑登録証明書	取次ぎ※1	即時交付	取次ぎ※2
戸籍全部・個人事項証明書	—	即時交付 (土曜は取次ぎ※2)	—

※1 当日の午後1:00以降に交付 ※2 直後の開所日の午後1:00以降に交付 (土曜日は午後3:00)

## ▶ 地下鉄駅長室取次ぎサービス

駅長室(駅情報コーナー)で住民票の写し、印鑑登録証明書の申請および交付の取次ぎをいたします。

- 中区内の取次ぎ駅(8駅): 伏見、金山、上前津、矢場町、久屋大通、名古屋城、丸の内、鶴舞
- 時間: 午前8:00～午後8:30 (年末年始を除く)

詳しくは▶ [名古屋市 取次ぎサービス](#) 検索



区役所での手続きなどのお問い合わせに  
**名古屋おしえてダイヤル** をご活用ください▶

年中無休 (午前8:00～午後9:00)  
☎953-7584 ☎971-4894

ウェブサイトでは、よくあるお問い合わせと回答を公開しています



### 弁護士による法律相談

申込 名古屋おしえてダイヤル  
☎953-7584 予約制  
日時 3/16(月)、4/6(月) 午後1:00~4:00  
※各相談日の1週間前から先着順受付



### なかよしマーケット 原則第2・4火曜日

日時 3/10(火)、24(火) 午前11:00~午後1:00  
障害のある方が作った製品を区役所1Fロビーで販売します。



## 区からのお知らせ

### 子どもの交通事故防止

中警察署 ☎241-0110

愛知県内では、毎年多くの子どもが交通事故に遭っています。子どもを交通事故から守るためには、まず大人が交通ルールを守り、しっかりと安全確認をして、子どもの手本となることが大切です。日頃から家庭で正しい交通ルールや安全確認について声かけをしていただき、交通安全に対する意識づけをお願いします。

愛知県警察公式チャンネルにて子ども向けの啓発動画を掲載していますのでぜひチェックしてください。

【交通安全のキーワード

「ヘルシーとまとのおやくそく」

ヘル:ヘルメット

シー:シートベルト・チャイルドシート

と:飛び出さない

ま:守ろうルール

と:登下校も注意



### 地震に備えて

中消防署 ☎231-0119

東日本大震災から3月11日で15年がたちます。この大規模な被害をもたらした自然災害の記憶を風化させず、いざという時のために備え、自分の身は自分で守る「自助」が大切です。家庭でできる自助の1つとしてローリングストックという方法があります。

#### ●ローリングストックとは？

普段から食べているものを少し多めに買って置き、使った分だけ買い足し、常に一定量の食料を家に備蓄しておくことです。

ローリングストックは食料だけでなく、日常使いできる生活用品にも応用できます。ウェットティッシュやカセットボンベ、乾電池などは常に一定の量を家庭に置いておくようにするとよいでしょう。

このようにして普段の生活から少しずつ工夫をすることで、負担なく災害に備えることができます。

### 水道の使用開始・中止のお申し込みはお早めに

上下水道局東部営業センター  
☎722-8750 FAX722-8756

3月は引っ越しが大変多い月です。水道の使用開始・中止のお申し込みは、引っ越しが決まったら、お早めに下記または上下水道局ウェブサイトからお申し込みください。

マイナンバーカードを利用した転出届などの手続きとあわせて、水道の使用開始・中止のお申し込みが一括で行えるようになりました。

上下水道局お客さま受付センター  
(名水ダイヤル)

☎884-5959 FAX872-1296

受付時間(年中無休)

平日…午前8:00~午後7:00

土・日曜、祝休日…午前8:00~午後5:15



### 令和7年度共同募金の実績報告

中区共同募金委員会 ☎331-9951 FAX331-9953

●赤い羽根共同募金 6,846,917円

●歳末たすけあい募金 101,701円

これらの募金は、地域のさまざまな福祉活動に役立てさせていただきます。

皆さまのあたたかいご協力ありがとうございました。



©中央共同募金会

### 保険年金課の窓口の受付待ち人数がわかります

区役所保険年金課 ☎265-2246 FAX265-2249

3月は転勤・就職・入学などで引っ越し方が増え、保険年金課の窓口が大変混雑します。特に午前11:30~午後2:00、午後4:00~5:15は混雑が予想されます。

受付窓口の待ち人数がお手持ちのスマートフォンから確認いただけます。時間に余裕を持って窓口へお越しください。



### 他人に迷惑をかけない自転車利用を

中土木事務所 ☎261-6641 FAX252-0742

気候の良い季節になり、自転車で出かける機会も多くなります。自転車は手軽で便利な交通手段ですが、路上放置されると通行の支障になるなど、他の人の迷惑になります。

交通ルールを守り、必ず自転車駐車場を利用しましょう。

### 区まちづくり基金のご案内

区役所企画経理課 ☎265-2309 FAX261-0535

区まちづくり基金は、皆さまの想いを生かして、区のまちづくりを進めていくためのものです。

寄附のお申し出はいつでも受け付けています。納付書による銀行などでの振り込みのほか、インターネットを利用したクレジットカード決済、コンビニエンスストア払い、ペイジー決済もご利用いただけます。当基金は、ふるさと寄附金(納税)制度の適用対象です。

基金の趣旨をご理解いただき、ぜひ皆様のご協力をお願いします。※詳細は市ウェブサイト



### 女性を狙う犯罪に注意!

中警察署 ☎241-0110

春は痴漢・盗撮・声かけなど、女性に対する犯罪が多発する時期です。特に、朝の通勤・通学時や夜の帰宅時は被害が多く、注意が必要です。新生活が始まる前に、自分の身を守るための防犯対策を見直しましょう。

<防犯対策>

- 明るいところや人通りが多いところを通る。
- ついてくる人がいないかなどを確認し、背後に気を配る。
- 「ながら歩き」はしない。
- 防犯ブザーを持ち歩く。
- 電車はドア付近を避け、女性専用車両を利用する。

### 区役所に「ごみ案内所」を開設します

中環境事業所 ☎251-1735 FAX251-1736

資源やごみの分け方・出し方などをご案内します。お気軽にご相談ください。

開設期間 3/23(月)~4/10(金)

※土曜日を除く

場所 区役所2階

市民情報コーナー付近



## イベント情報

### なかっこBaby

758キッズステーション ☎262-2372 FAX262-2370  
区役所民生子ども課 ☎265-2332 FAX241-6986

日時 4/8(水)午前10:45~正午

場所 758キッズステーション **定員** 9組

対象 区内在住の1歳までの初めてのお子さんを持つパパ・ママ、初妊婦

内容 親同士でお話をしたり、親子でゆったり遊べます。

持ち物 バスタオルなど敷くもの(必要な方のみ)

申込 4/2(木)午前10:30~電話(先着順)



### 浪越公園



大須二丁目の「那古野山古墳公園」は、1879年(明治12年)に名古屋で最初に開園した「浪越公園」の名残です。江戸時代初期からあった清寿院という寺院が、明治初期の廃仏毀釈により廃寺となった後、その跡地の活用について町民が愛知県へ公園化を要望し、整備されたのが浪越公園でした。



那古野山古墳公園

## 施設からのお知らせ

### 鶴舞中央図書館

☎741-3131 FAX733-6337

◆おはなし会など  
子ども向け行事  
はこちら→



◆ビブリオバトル(名古屋ビブリオバトルの  
会・鶴舞中央図書館共催)

日時 3/21(土)午後2:00~4:00

定員 20人程度(当日自由参加)

◆ききにおいでよ!ストーリーテリング

日時 3/25(水)第1部:午後2:00~2:25

第2部:午後2:30~3:00

対象 5歳以上(未就学児は保護者同伴)

◆ストーリーテリングでおはなしを

日時 3/28(土)午前11:00~11:30

対象 5歳以上

◆ブラインドフットボール講演会

日時 3/28(土)午後2:00~3:30

定員 50人

申込 当日午後1:30~先着順

◆ぼちぼちことう会

日時 4/3(金)午前10:15~正午

定員 20人

申込 当日午前10:15~先着順

内容 子どもの本の読書会



◆ちくちく手づくりの会「かぶと」

日時 4/9(木)午前10:00~正午

対象 一般 定員 25人

料金 500円程度

持ち物 鉛筆、はさみ、針、もめん糸(白・黒)

申込 当日午前9:45~先着順

### 中学生涯学習センター

☎321-5511 FAX321-5512

◆初心者向けパソコン相談会

日時 3/27(金)午後1:30~3:30

(午後1:15~3:00受付)

対象 パソコン初心者の方

(1人1時間以内、当日先着順)



### 中スポーツセンター

☎232-2327 FAX232-2364

◆スポーツ教室などのご案内

申込 当日開始30分前~受付(先着順)

曜日	教室・講座名	開講日	時間	対象	定員	料金
月	バランスボールでエクササイズ	3/23	午前10:00~11:00	一般	25人	500円
	いきいきシニアサロン ~子育て広場~さかえっこ		午前10:00~11:30	高齢者	20人	無料
火	ZUMBA GOLD®レッスンタイム	3/17、	午前10:00~正午	子育て親子	10組	1回300円
	ZUMBA®レッスンタイム	4/7、	午後6:30~7:30	一般	30人	
水	ボディメイク・ピラティスレッスンタイム	3/11、	午後6:30~7:30	一般	30人	1回300円
	ナイトヨガレッスンタイム	4/8、	午後7:45~8:45	一般	30人	
木	アクアエクササイズレッスンタイム	4/9	午後1:30~2:30	一般	25人	1回640円
	水中ウォーキング&スイム レッスンタイム	3/12、 4/9	午後6:30~7:30	一般	15人	
金	フライデースポーツ広場	4/3、10	午後6:30~8:30	中学生以上	50人	1回330円

### 前津福祉会館

60歳以上で福祉会館利用  
証をお持ちの方が対象

☎262-1869 FAX242-5761

◆きてみてヨガ体操(イスなし)

さわやかヨガ

日時 3/26(木)午後2:00~3:30 定員 40人

申込 3/12(木)午前8:45~電話(先着順)

◆健康相談(予約不要)

日時 3/12(木)午後2:00~

◆きてみて土曜体操(イスあり)

のびのび体操

日時 3/28(土)午後2:00~3:30 定員 50人

申込 3/14(土)午前8:45~電話(先着順)

◆歌おう会 春の歌を歌おう

日時 3/31(火)午前10:00~11:30

定員 70人

申込 3/17(火)午前8:45~電話(先着順)

◆きてみて木曜体操(イスあり)

①元気体操(タオル持参)

日時 4/2(木)午後2:00~3:30 定員 50人

②のびのび体操

日時 4/9(木)午後2:00~3:30 定員 50人

③すまいる体操

日時 4/16(木)午後2:00~3:30 定員 50人

【①~③共通】

申込 3/19(木)午前8:45~電話

(いずれか1つ、先着順)

◆きてみてヨガ体操(イスなし)

きてみてヨガ

日時 4/23(木)午後2:00~3:30 定員 40人

申込 4/9(木)午前8:45~電話(先着順)

### 自動車図書館

☎・FAX821-3364

・正木公園 3/14(土)午前10:00~11:00

・中文化センター南 3/27(金)午後2:00~4:30

・長岡公園 4/4(土)午前10:00~11:00

### なごホーム(前津児童館)

☎262-6299 FAX750-7020

◆のびのびひろばなど

乳幼児向け定例行事はこちら→



### 中区いきいき支援センター

☎331-9674 FAX331-6001  
分室☎262-2265 FAX262-2275

◆認知症おしゃべりカフェ(予約不要)

日時 3/19(木)午後1:30~3:30

対象 認知症の人のご家族、関心のある方など

◆もの忘れ相談医による専門相談(予約制)

日時 3/19(木)午後2:30~4:00

対象 もの忘れが気になる方など

定員 3組

※いずれも場所は中区在宅サービスセンター  
(上前津二丁目12-23)、申込は電話にて

## 令和7年度中区ワークショップ ~伝えたい中区の魅力をイラストで表現しよう~ 開催結果

若者の区政参画を目的に、「伝えたい中区の魅力」をイラストで表現するワークショップを開催しました。区内の専門学校生にご参加いただき、中区の魅力について話し合うとともに、広報なごや中区版の表紙イラストの制作および作品のプレゼンテーションを行いました。

選考の結果、広告デザイン専門学校の西野華菜さん、専門学校名古屋デザイナー・アカデミーの高田陽菜さん、楠田彩乃さんの作品が「区長賞」に選ばれました。

区長賞の作品は、3月号、4月号、5月号の表紙イラストとして掲載されます。ぜひご覧ください！



西野さん



高田さん



楠田さん



ワークショップの様子



# 中保健センターだより

●中保健センター 代表 ☎265-2250 FAX265-2259  
 保健センターは区役所3・4階です。場所の記載がないものは、健診フロア(区役所3階)で実施します。  
 料金の記載がないものは無料です。駐車場に限りがございますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

休日診療案内 ●救急医療情報センター ☎263-1133 ●名古屋北歯科保健医療センター ☎915-8844 電話相談窓口 ●救急安心センターなごや ☎#7119

## 子どもと親

事業名	対 象	日 時 など	内容・持ち物など	問合先
乳幼児健康診査	3・4か月児 (令和7年11月7日～11月30日生)	3/12(木) 第1子…午後1:15～1:30受付 第2子以降…午後1:30～1:45受付	持ち物:母子健康手帳、筆記用具 ※通知のない方、転入された方は、母子健康手帳を持って該当する健診日にご来所ください。	保健予防課 ☎265-2261
	3・4か月児 (令和7年12月1日～12月24日生)	4/9(木) 第1子…午後1:15～1:30受付 第2子以降…午後1:30～1:45受付		
	1歳6か月児 (令和6年8月7日～8月29日生)	3/26(木)午後1:15～2:00受付		
	3歳児 (令和5年2月11日～3月10日生)	3/19(木)午後1:15～2:00受付		
むし歯予防教室 (予約制)	小学校入学前のお子さんと保護者 ※同伴の保護者の方も歯科健診できます。	3/19(木)午前9:30～10:15受付 申込:電話または 予約専用フォーム	内容:歯科健診、フッ化物塗布(希望するお子さんのみ720円※生活保護世帯は減免制度あり)、栄養相談 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、タオル	保健予防課 ☎265-2261
モグモグ教室 (予約制)	令和7年7月・8月生のお子さん と保護者 12組(申込先着順)	3/18(水)午前10:00～11:20 (午前9:45～受付) 申込:3/11(水)午前9:00～ 予約専用フォーム	内容:お口の発達やむし歯予防について、離乳中期のすすめ方、試食、個別相談など 持ち物:母子健康手帳、赤ちゃんのエプロン・スプーン、筆記用具	
Hello Baby Class (予約制・2日間)	初めてのお子さんを妊娠中の方 とその家族 12組 ※安定期に入った妊娠6～7か 月頃にご参加ください。	1日目…4/8(水)午後1:15～3:30 2日目…4/17(金)午後1:15～3:15 (いずれも午後1:00～受付) 申込:3/12(木)午前9:00～ 予約専用フォーム	内容:1日目…妊娠・出産・育児について、お世話体験、妊婦体験 2日目…妊娠中の食事、お口の健康についてなど 持ち物:母子健康手帳、筆記用具	
離乳食前から始める お口育て (予約制)	令和7年9月～12月生のお子さん と保護者 15組	3/27(金)午前10:00～11:00 (午前9:50～受付) 申込:3/11(水)～ 電話または 予約専用フォーム	内容:離乳食の食べさせ方や姿勢、お口のお手入れ方法など 持ち物:母子健康手帳、敷物(バスタオル)	子育て総合 相談窓口 ☎269-7155
子育て総合相談	子育てに関してお悩みの方	月曜日～金曜日(祝休日除く) 電話相談:午前8:45～午後5:15 面接:午前9:00～午後4:30受付 場所:区役所4階	保健師などが相談を受け、解決の糸口を一緒に考えます。	
子どもの予防接種	定期予防接種は指定医療機関で実施。詳しくは市ウェブサイトをご確認ください。			予防接種 相談窓口 ☎972-3969

## 一般の方

事業名	対象・内容など	日 時 など	問合先
こころの健康相談 (予約制)	内容:精神科の医師による相談、匿名	毎週火曜日(祝休日除く)午後2:00～3:30 ※第4火曜日は、うつ病患者の家族の相談優先	保健予防課 ☎265-2264
HIV・梅毒検査 (予約制)	内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明	毎週火曜日(3/31を除く) 午後1:45～2:30受付 申込:ウェブサイト(電話不可)	保健予防課 ☎265-2262
夜間HIV・梅毒検査 (予約制)		3/12(木)午後6:00～6:45受付 申込:ウェブサイト(電話不可)	中保健センター (代表) ☎265-2250