



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	問合せ先
乳幼児健康診査	3・4か月児 (令和8年3月8日～3月31日生)	7/16(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。	
	3・4か月児 (令和8年4月1日～4月25日生)	8/6(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7年1月7日～1月30日生)	7/30(木)午後1:15～2:00受付		
	3歳児 (令和5年6月22日～7月20日生)	7/23(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。	7/23(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11月・12月生のお子さんと保護者 12組(申込先着順)	7/22(水)午前10:00～11:20 (午前9:45～受付) 申込:7/13(月)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	
子育て家庭のための災害時の食の備え教室 (予約制)	小学校入学前のお子さんと保護者 6組	8/3(月)午前10:15～11:30 (午前10:00～受付) 申込:電話または予約専用フォーム	内容: 講話「災害時のお口の健康」「今日から始める防災術」、調理体験、試食など 持ち物: 大人用エプロン・三角巾、子ども用食器、母子健康手帳、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…8/5(水)午後1:15～3:30 2日目…8/14(金)午後1:15～3:15 (いずれも午後1:00～受付) 申込:7/13(月)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	
Hello Baby Cooking (予約制)	初めてのお子さんを妊娠中の方とその家族 8人 ※安定期に入った妊娠6～7か月頃にご参加ください。	7/29(水)午前10:15～11:30 (午前10:00～受付) 申込:予約専用フォーム	内容: バランスのよい食事の調理体験や和風だしのとおり方実演、試食 持ち物: エプロン、三角巾、マスク、手拭き、母子健康手帳、筆記用具	子育て総合相談窓口 ☎269-7155
離乳食前から始めるお口育て (予約制)	令和8年1月～4月生のお子さんと保護者 15組	7/31(金)午前10:00～11:00 (午前9:50～受付) 申込:7/21(火)～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)	
母乳相談 (予約制)	母乳育児や卒乳についてお困りの方	7/13(月)、8/10(月) いずれも午後1:15～2:45	内容: 1人15分程度の個別相談 ※乳房のマッサージは行いません。 持ち物: 母子健康手帳、ビニール袋、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	問合せ先
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	7/21(火)、28(火)、8/4(火) 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)		7/16(木)午後6:00～6:30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

夏は細菌性食中毒にご注意を!

保健管理課 ☎265-2257

夏は細菌性食中毒が起こりやすい季節です。家庭では、以下のポイントを守り、食中毒を予防しましょう。

- 調理する前、トイレの後は必ず手をしっかり洗いましょう。
 - 冷蔵品や冷凍品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫へ入れましょう。
 - 加熱する食品は、中心までしっかり加熱しましょう。
 - 調理後の食品は、早めに食べましょう。
- ※毎年、市内では加熱不足の鶏肉を食べたことによるカンピロバクター食中毒が起きています。鶏肉は中心部までしっかり加熱しましょう。また、テイクアウト(持ち帰り)、デリバリー(配達・出前)を利用して購入した食品も適切な温度で保管し、早めに食べましょう。

健康げんき食講座～実践編～(予約制)

保健予防課 ☎265-2264

- 日時** 9/4(金)午前10:00～11:45(午前9:45～受付)
- 対象** 区内在住の65歳以上の方
- 定員** 8人
- 内容** 講話「元気を保つ食生活について」、調理実習、試食
- 持ち物** エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、食器や調理器具を拭くふきん、筆記用具、飲み物
- 申込** 7/14(火)午前9:00～電話または予約専用フォーム(先着順)

夏休み食育講座～和の魅力、再発見!～(予約制)

保健予防課 ☎265-2264

- 日時** 8/26(水)午後2:00～4:00(午後1:30～受付)
 - 対象** 小学生以上(2人1組、小学生は保護者同伴、区内在住の方優先)
 - 定員** 10組
 - 内容** 講話「和食の魅力について」、和菓子作り体験、試食など
 - 持ち物** エプロン、三角巾、マスクなど
 - 申込** 7/13(月)～27(月)に予約専用フォーム(抽選、1人での申込みも可能、定員に満たない場合は7/28(火)以降先着順で受付)
- ※詳細は予約専用フォーム

