

区の木:イチョウ



区の花:パンジー

- ▶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



イラスト:広告デザイン専門学校 齋藤早羅 (令和6年度 中区ワークショップ区長賞受賞作品)

行ってみよう!

もうすぐ夏休み!

行ってみよう!

こども彫金体験教室

伝統的工芸品「尾張仏具」の銚金具の職人と
同じ道具を使ってキーホルダーや写真立てを作ろう!

日時 8/1 (土) 午前10:00~11:30
午後 1:30~ 3:00

場所 区役所6階 大会議室

対象 小学生(保護者同伴)

定員 各回15人(申込先着順)

料金 500円(材料費、当日現金払い)

申込 7/11 (土) 午前9:00~7/29 (水) 午後5:00までに申込フォーム

問合せ 区役所地域力推進課 ☎265-2224 FAX261-0535



夏休み昆虫教室

庄内緑地で昆虫観察!
身近な自然に生息している生き物を探そう!!

日時 8/2 (日)・5 (水)・7 (金)
午前9:30~11:30

8/3 (月)
午後7:00~8:30

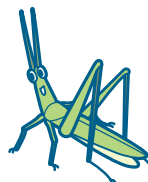
場所 庄内緑地
(西区山田町大字
上小田井字敷地3527)

対象 区内在住の小学生(保護者同伴)

定員 各日30人(申込多数の場合抽選)

申込 7/17 (金) 午後5:00までに申込フォーム ※詳細はウェブサイト

問合せ 西区公害対策課(担当区:東区、北区、西区、中村区、中区) ☎523-4613 FAX523-4634



夏休み工作教室

とびだすカードをつくろう!

日時 8/7 (金) 午前10:00~正午

場所 鶴舞中央図書館
(昭和区鶴舞一丁目1-155)

対象 4歳~小学生(小学生未満は保護者同伴)

定員 20人(申込先着順)

申込 7/23 (木) 午前9:30~窓口、電話(☎741-9811)

問合せ 鶴舞中央図書館 ☎741-3131 FAX733-6337



わくわくサイエンス&サマーフェス

アニメーションの仕組みを学んだり
不思議な科学体験やサイエンスショーを楽しもう!

日時 8/21 (金)・22 (土)
午前10:00~午後3:00

場所 前津児童館
(大須四丁目15-15)

対象 小学生以上

申込 7/22 (水)~8/5 (水) までに申込みフォーム
※詳細はウェブサイト

問合せ なごホーム(前津児童館) ☎262-6299 FAX750-7020



7月・8月の日曜窓口

日時 7/12(日)、8/9(日)
午前8:45～正午

詳細は
こちら

転入・転出に関する届出や証明などを
行っています。

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

ウェブ
予約は
こちら

日時 7/21(火)、8/3(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 7/14(火)、28(火)、8/4(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



簡単な水漏れの調べ方

上下水道局東部営業センター
☎722-8750 FAX722-8756

「最近、水道の使用量が多いな」と思った
ら、まずはご自身で水道メータをチェックし
てみましょう。家の中のじゃ口を
全て閉めた状態で水道メータの赤
い針やパイロット(金属の円盤)が
動いているようであれば、どこかで水が漏れ
ている可能性があります。水漏れを発見した
場合や水道メータがどこにあるか
分からない場合は、当センターへご
相談ください。



中区成人の日記念式 実行委員の募集

区役所地域力推進課 ☎265-2222 FAX261-0535
〒460-8447 栄四丁目1-8
✉a2652224@naka.city.nagoya.lg.jp

1/11(月・祝)に開催する「中区成人の日記
念式」の実行委員を募集します。

内容 実行委員会(10月中旬から全5回程度)
を開催し、記念式の企画・準備、当日の
運営や進行を行います。

募集人数 5人

対象 原則区内在住で平成18年4月2日～平
成19年4月1日までに生まれた方

申込 8/26(水)までに電話、はがき、ファク
ス、Eメールにて住所、氏名、生年月日、
電話番号、出身小・中学校をお知らせく
ださい。



新聞・雑誌・段ボール・衣類・布類などの出し方

中環境事業所 ☎251-1735 FAX251-1736

新聞、雑誌、段ボール、衣類、布類などは以下のいずれかの方法で出してください。

①集団資源回収

町内会や学区連絡協議会などの団体が、資源回収を行っています。回収日、回収場所などは
回覧板、掲示板、新聞折り込みチラシなどでお知らせしています。

②集団資源回収が利用できない場合

下表のリサイクルステーションまたは古紙リサイクルセンターをご利用ください。

◆リサイクルステーション

※古紙、衣類、布類のほか空きびん、空き缶、金属製なべ、やかん、フライパンなども持ち込み可

場 所	日 時
東別院(東参道入口駐車場) 橋二丁目8-55	第1・3木曜日 午前10:00～午後2:00



◆古紙リサイクルセンター

場 所	日 時	場 所	日 時
(株)石川マテリアル 千種営業所 千種区田代本通1-16 ☎762-5261	全日 午前8:30～午後4:00	リメイキング(株) 名古屋北営業所 西区砂原町341 ☎502-2588	月～土曜日 午後1:00～4:00
(株)名古屋北勢商事 北区平手町1-29 ☎915-2814	金・土曜日 毎月8日 午前9:00～午後4:00	(有)太田商店 中村区黄金通2-12 ☎452-0338	月～金曜日(祝日除く) 土曜日 午前8:00～午後3:30
福田三商(株) 名北営業所 北区辻町2-36 ☎910-1811	月～金曜日(祝日除く) 午前9:00～午後4:00	水谷製紙原料(株) 本社 中村区十王町16-19 ☎471-1670	第2・4日曜日 午前9:00～正午 毎月8日 午前8:00～午後4:00
大栄紙業(株) 西区城西5-12-3 ☎531-2478	月～土曜日 午前8:00～午後6:00	(有)昭和商事 中村区上石川町2-48 ☎411-3338	月～金曜日(祝日除く) 午前8:00～午後5:00
東海資源(株) 西区木前町156 ☎503-1526	全日 24時間	美濃製紙原料(株) 西区こも原町15 ☎501-2329	月～土曜日 午前8:00～午後5:00
(株)藤川紙業 名古屋支店 昭和区福江2-11-25 ☎882-0157	月～土曜日 午前9:00～午後4:00	福田三商(株) 福船営業所 中川区福船町1-1-2 ☎353-3121	月～金曜日(祝日除く) 午前9:00～午後4:00



公園を利用される皆さんへ

中土木事務所 ☎261-6641 FAX252-0742

公園は、誰もが利用できる憩いの場所です。
以下のような、他の利用者や近所の方の迷惑
になる行為や危険な行為はやめましょう。

- ロケット花火など、飛んだり、大きな音が出
る花火の使用
- 音響機器や楽器などで大きな音を出すこと
- ラジコンヘリやラジコン飛行機、ドローン
などの操縦



花火で楽しい思い出をつくるために

中消防署 ☎231-0119

花火は使用方法を間違えると大変
危険です。以下の注意点を確認して、
楽しい夏の思い出をつくりましょう。



- 花火を人に向けてない。
- 燃えやすいものがある場所で遊ばない。
- 水の入ったバケツを用意し、遊び終わった
花火は水に浸して完全に消火する。
- 花火に火が付かないときや途中で火が消え
たときに花火の先に顔や手を出さない。



自転車盗難が県内最多！

中警察署 ☎241-0110

令和7年中の区内の自転車盗難被害件数
は、1,036件と県内最多でした。被害発生件数
のうち、約半数が鍵をかけていない自転車で
した。被害に遭わないために以下の対策をし
ましょう。

- 短時間でも離れるときは必ず鍵をかける。
- ワイヤー錠などを使用しツーロックする。
- 防犯設備の整った駐輪場に停める。



夏の交通安全県民運動

7/11(土)～20(月・祝)

中警察署 ☎241-0110

お酒の飲み過ぎにより帰宅途中に道路上で
寝込んでしまうことで、重大な交通事故につ
ながる危険があります。飲み過ぎたと感じた
場合は無理をせず、タクシーの利用や家族に
迎えを頼むなど、安全に帰宅できる手段を選
択し、交通事故防止に努めましょう。



イベント情報



金山まつり2026

～みんなが主役になるまつり～

(公財)名古屋まちづくり公社
☎212-9783 FAX324-7871

アスナル金山での盆踊りや音楽
ステージ、雪の中での宝探しなど子
どもから大人まで楽しめるイベン
トが盛りだくさんです。金山神社と神森白山
社のおみこしの練り歩きもあります。

日時 8/1(土)、2(日) **場所** 金山総合駅周辺
料金 入場無料(一部有料ブースあり)



夏祭り・盆踊り

区役所地域力推進課 ☎265-2228 FAX261-0535

学区など	会場	日にち	時間
新栄	新栄小学校	7/18(土)	午後6:00～
平和	葉場公園	7/19(日)	午後5:00～
栄ミナミ 盆おどり @GOGO'26	矢場公園	7/24(金) 25(土)	午後5:30～
千早	千早公園	8/1(土)	午後5:30～
正木	正木公園	8/1(土)	午後6:00～
老松	老松公園	8/2(日) 3(月)	午後5:00～
松原	松原小学校	8/7(金)	午後5:30～
丸の内小学校 おやじの会	丸の内 小学校	8/29(土)	午後5:00～
2026新栄祭	光徳駐車場 ほか	8/30(日)	午前11:00～



第2回なかっこ広場

～おやこで一緒に楽しめる子育て広場～

区役所民生子ども課 ☎265-2332 FAX241-6986

日時 7/15(水)午前10:00～11:30
場所 中スポーツセンター(栄一丁目30-10)
対象 0歳～未就園の子と保護者
内容 親子で楽しむコンサート、親子スト
レッチ、育児相談、保育案内など
主催 子育て支援ネットワークなかっこ★ねっと



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 8/12(水)午前10:45～正午 **定員** 9組
場所 758キッズステーション
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
(お子さん用、必要な方のみ)
申込 8/5(水)午前10:30～電話(先着順)



【訂正】丸の内小学校おやじの会実施の夏祭り・盆踊りに
ついて、開催時間が変更となりましたので訂正します。
(変更前)午後5:00～
(変更後)午後6:00～

施設からのお知らせ



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 7/16(木)午後1:30～3:30

対象 認知症の人を介護されているご家族

◆もの忘れ相談医による専門相談(予約制)

日時 7/16(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

◆家族教室「介護体験を聞こう」(予約制)

日時 7/23(木)午後1:30～3:30

対象 認知症の人を介護されているご家族など

定員 10人程度

※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)、申し込みは電話にて

◆認知症の当事者が集う本人ミーティング (予約制)

日時 8/14(金)午後2:00～3:30

対象 認知症のある方ご本人

内容 認知症のある方本人同士で集まり語り合う

※詳細はお問い合わせください。



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

◆きてみて土曜体操(イスあり)

①のびのび体操

日時 7/25(土)午後2:00～3:30 **定員** 50人

申込 7/11(土)午前8:45～ 電話(先着順)

②フレイル予防体操

日時 8/22(土)午後2:00～3:30 **定員** 50人

申込 8/8(土)午前8:45～ 電話(先着順)

◆男性のバランスボールエクササイズ(イスの使用可)

日時 7/28(火)午前10:00～11:00 **定員** 17人

申込 7/14(火)午前8:45～電話(先着順)

◆健康講話「おしっこのお悩みを解決します」

日時 7/30(木)午後2:00～3:00 **定員** 70人

申込 7/16(木)午前8:45～電話(先着順)

◆歌おう会 夏の歌を歌おう

日時 7/30(木)午前10:00～11:30

定員 70人

申込 7/17(金)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 8/6(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

②しゃんと体操(タオル持参)

日時 8/13(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

③のびのび体操

日時 8/20(木)午後2:00～3:30 **定員** 50人

【①②③共通】

申込 7/23(木)午前8:45～電話
(いずれか1つ、先着順)



◆楽楽体操(イスあり)

日時 8/8(土)、12(水)午後2:00～3:30

定員 各日50人

申込 7/25(土)午前8:45～電話

(いずれか1つ、先着順)

◆やさしいバランスボールエクササイズ (イスの使用可)

日時 8/25(火)午前10:00～11:00 **定員** 17人

申込 8/10(月)午前8:45～電話(先着順)



自動車図書館

☎・FAX821-3364

熱中症事故を未然に防止するため、夏季の
定期巡回を休止します。

夏季巡回休止期間:7/11(土)～8/31(月)



中スポーツセンター

〒460-0008 栄一丁目30-10
☎232-2327 FAX232-2364

◆スポーツ教室などのご案内

曜日	教室・講座名	開講日
月	バランスボールでエクササイズ	7/13、27、 8/10
	いきいきシニアサロン	
	～子育て広場～さかえっこ	
火	食事の大切さについて学んでみよう！※	8/24
	ZUMBA GOLD®レッスンタイム	
水	ZUMBA®レッスンタイム	7/14、21、28、 8/4
	ボディメイク・ピラティス レッスンタイム	
木	ナイトヨガレッスンタイム	7/15、22、29、 8/5
	アクアエクササイズ レッスンタイム	
	水中ウォーキング&スイム レッスンタイム	
金	フライデースポーツ広場	7/17、24、31

料金 無料～1回640円

申込 当日開始30分前～受付(先着順)

※は8/6(木)までに市電子申請、
往復はがき(必着)

※詳細はウェブサイト



中学生学習センター

〒460-0016 橋一丁目7-11
☎321-5511 FAX321-5512

◆初心者向けパソコン相談会

日時 7/17(金)午後1:30～午後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)

◆食べて健康になるために(全5回)

日時 8/20～9/17の木曜日 午前10:00～正午

対象 一般 **定員** 20人 **料金** 2,700円

申込 7/21(火)までに市電子申請、往復はが
き(必着)

◆巨大地震発生！知って備えて確認しよう (全5回)

日時 8/22～9/19の土曜日 午前10:00～正午

対象 一般 **定員** 30人

申込 7/21(火)までに市電子申請、往復はが
き(必着)



青少年文化センター

☎265-2088 FAX265-2187

◆休館案内

施設改修工事のため、利用を休止します。

期間 10/1(木)～10/31(土)全館休館

10/1(木)～1/31(日)ホール休館

※11/1(日)からホール以外利用は再開しま
すが、エスカレーターでの入退館となります。



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➡



◆ひらめきタイム

日時 7/27(月)、28(火)午前10:00～11:30

対象 小学生 **定員** 各日10人

申込 7/12(日)午前10:00～先着順・電話可

◆夏休み・からだであそぼ

日時 8/5(水)午前10:30～11:30

対象 1人歩きができる子～未就学児と保護者

定員 15組

申込 7/22(水)午前10:00～先着順・電話可

◆ホールで水あそび

日時 7/23(木)、8/7(金)午前10:30～11:30

対象 1人でお座りできる子と保護者

定員 各日10組(当日先着順)

◆こわーいはなし

日時 8/7(金)午後4:00～4:40

対象 幼児(保護者同伴)～18歳 **定員** 50人

申込 7/24(金)午前10:00～先着順・電話可
(当日枠あり)



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➡



◆図書館を使って自由研究

日時 7/24(金)午前10:00～正午

対象 小学3～6年生(3・4年生は保護者同伴)

定員 12人 **持ち物** 筆記用具、記録紙

申込 7/11(土)午前9:30～電話(☎741-9811)、
窓口(先着順)

◆子ども司書小学生向け

日時 7/30(木)、31(金)午前10:00～11:30

対象 小学生 **定員** 各日10人

持ち物 フィルムをかけたい自分の本1冊

申込 7/15(水)午前9:30～7/22(水)午後8:00
ウェブサイト(申込多数の場合は抽選)

◆読書感想文にチャレンジ！

日時 7/29(水)午前10:00～10:45

対象 小学生(1・2年生は保護者同伴)

定員 15人 **持ち物** 感想文を書く本、筆記用具

申込 7/16(木)午前9:30～ウェブサイト
(先着順)

◆点字文庫・親子体験教室

①点字をうってみよう！

日時 8/1(土)午後1:30～3:00

対象 小学生と保護者 **定員** 15組

申込 7/18(土)午前9:30～ウェブサイト
(先着順)

②目の不自由な人といっしょに歩いてみよう！

日時 8/8(土)、22(土)

午前10:30～正午、午後1:30～3:00

対象 小学生と保護者 **定員** 各回2組

申込 7/25(土)午前9:30～ウェブサイト
(先着順)

◆中高生向け司書のお仕事体験

日時 8/6(木)午前10:00～正午

対象 中学生・高校生 **定員** 5人

持ち物 フィルムをかけたい自分の本1冊

申込 7/18(土)午前9:30～ウェブサイト
(先着順)

◆落単古墳マン@鶴舞中央図書館

日時 7/18(土)午前11:30～正午、午後2:30
～3:00

内容 名古屋工業大学の大学祭の公式マス
コットキャラクターと撮影やクイズ

◆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 7/18(土)午後2:00～4:00

定員 20人(当日先着順)

◆ストーリーテリングでおはなしを

日時 7/25(土)午前11:00～11:30

対象 5歳以上

◆小学生のためのストーリーテリング

日時 7/28(火)、8/4(火)午前11:00～11:30

対象 小学生

◆読み書きが苦手なお子さんの相談会

日時 8/22(土)午後1:00～2:00、午後2:00～
3:00、午後3:00～4:00

対象 読み書きに支援が必要な小中学生と保
護者(はじめての方優先)

定員 各回3組

申込 8/7(金)午前9:30～電話、窓口(先着順)



中山駅周辺の
まちの記憶





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▶

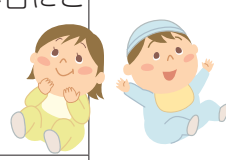
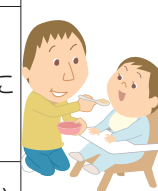
●救急医療情報センター ☎263-1133

●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。 	保健予防課 ☎265-2261
	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	子育て総合相談窓口 ☎269-7155
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	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	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 **共催** 両口屋是清株式会社
申込 7/13(月)～27(月)に予約専用フォーム(抽選、1人での申込も可能、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

