NAKA-KU 中区

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：名古屋デザイナー学院（現 専門学校名古屋デザイナー・アカデミー）
山本 菜々恵　（令和4年度 中区ワークショップ区長賞受賞作品）

介護まつりinなか2026

入場無料
申込不要

支えられる人も、支える人も。地域でつながる、健康と暮らしの一日。

住み慣れた地域でいつまでも自立した日常生活を送れるよう、中区では医療・介護・介護予防・生活支援などを提供する仲間が集まり、さまざまな体験・相談を通じて介護予防や健康長寿につなげる「介護まつりinなか」を開催いたします。ぜひご来場ください。

日時　11月15日（日）午前10:00～午後3:00

場所　明治安田生命名古屋ビル 16階ホール
（新栄町一丁目1）地下鉄栄駅5番出口

※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。
※車椅子ご利用の方は「ウェルネットなごや」のバリアフリーマップ栄駅を参照➡

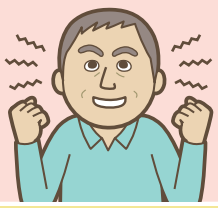
講演ブース

専門家の話を聞いたり、ダンスや体操で一緒に体を動かそう!

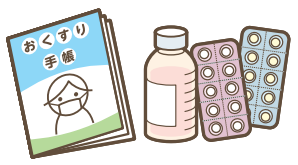
午前10:30～11:00
レクリエーションダンス
MAEZUダンサーズ



午前11:00～11:30
耳・鼻・のどから考える健康長寿
講師：中区医師会
医師 服部忠夫



午前11:30～正午
薬局があなたのためにできること
講師：中薬剤師会
薬剤師 松平美沙紀



午後1:00～1:30
人生100年時代 お口から始める健康長寿
講師：中区歯科医師会
歯科医師 野原栄二



午後1:30～2:10
ソーラン節・八事口コモ音頭～中区ver.～
中区介護保険事業者連絡会
with OS☆U



体験・相談ブース

遊んで、学んで、気軽に相談!

1 LOVOTとふれあおう
コミュニケーションロボット「LOVOT」との交流を楽しめます



2 福祉用具ミッション輪投げ
フレイルを疑似体験しながら輪投げに挑戦!



3 お口の相談 お口の機能の測定や相談ができます

4 お薬の相談 お薬に関する疑問を相談できます

5 モルック体験
木製の棒を投げて得点を競うスポーツです



6 肩たたき棒づくり
中区女性会による身近な材料を使った肩たたき棒づくり体験です



7 インボディ測定・介護の相談
筋肉量や体脂肪率などの測定や、介護・認知症に関する相談ができます



8 健康チェック・測定コーナー
血管年齢・野菜摂取量・肌年齢を測定します

9 サロン活動など介護予防の取り組み紹介
地域サロンなどの活動紹介のパネル展示です

アンケートをご記入いただいた方には「いちょぴ」ぷっくりシールプレゼント



主催　中区地域包括ケア推進会議(中区役所、中保健センター、中区いきいき支援センター、中区社会福祉協議会)
共催　中区介護保険事業者連絡会　後援　名古屋市中区医師会、名古屋市中区歯科医師会、愛知県中薬剤師会

問合　区役所福祉課　☎265-2321　FAX241-6986

11月・12月の日曜窓口

日時　11/15(日)、12/13(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　11/16(月)、12/7(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　11/10(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

11月は分別マナーアップ推進月間

中環境事業所　☎251-1735　FAX251-1736

水銀血圧計・水銀体温計・水銀温度計などを可燃ごみ・不燃ごみに出さないでください

廃棄する場合は環境事業所へ持ち込んでください。持ち込みができない場合は環境事業所にご相談ください。



「発火性危険物」「電池類」「小型家電」は特に注意して分別してください

●発火性危険物(カセット式ガスボンベ、スプレー缶、使い捨てライター、加熱式たばこなど)は中身を完全に使い切り、資源用指定袋か無色透明の袋に入れ、可燃ごみの収集日に可燃ごみとは少し離して出す。

●電池類(リチウムイオン電池、モバイルバッテリー、乾電池、ボタン電池など)はプラス極とマイナス極にセロハンテープなどを貼って絶縁し、無色透明の袋に入れ、プラスチック資源の収集日にプラスチック資源とは少し離して出す。

●小型家電(ハンディファン、スマートフォン、ゲーム機など)は袋には入れず、区役所などに設置されている回収ボックスへ入れる。

回収ボックス設置場所

令和9年4月からの保育施設利用申込受付中

区役所民生子ども課　☎265-2317　FAX241-6986

●申込書とあわせて必要書類(就労証明書など)を12/10(木)までにご提出ください。

●発達や医療の面での配慮を必要とするお子さん(集団保育が可能なお子さん)は、11/4(水)までに申込書などとあわせて「発達質問票」を提出してください。



●希望する施設については、施設へ電話で予約の上、お子さんと一緒に見学してください。

●11月下旬より窓口が大変混雑します。書類の不足や不備があった場合、追加の書類提出や記載内容の修正が必要になる場合があります。日にちに余裕をもってお申し込みください。

●オンラインでの利用申し込みも11/26(木)まで受付中です。

特設人権相談所の開設

区役所総務課　☎265-2209　FAX261-0535

12/4(金)～10日(木)は人権週間です。相談は無料・秘密厳守です。お気軽にご相談ください。

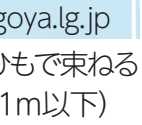
日時　12/3(木)午前10:00～午後3:00
場所　区役所6階大会議室
人権擁護委員　水田祐司、若杉美代子、丸山雄弘、近藤恭正

寝具クリーニングサービス事業

中区社会福祉協議会　☎331-9951　FAX331-9953

対象　区内在住で①～③のいずれかに該当し、かつ、布団を干すことが困難な世帯
①75歳以上でひとり暮らしの方
②65歳以上で寝たきりの方
③障害者手帳をお持ちの方または指定難病の方

内容　布団・毛布の丸洗い(3枚まで)
定員　60人
料金　1人1,000円



実施時期　令和9年2月上旬(予定)
申込　11/16(月)午前10:00～11/27(金)(先着順、電話可)

※その他詳細はお問い合わせください。

水道メータの取替作業にご協力を

上下水道局東部営業センター
☎722-8750　FAX722-8756

取替作業を行うため、以下のご協力をお願いします。

●作業中は水道が止まる可能性があります。
●作業前にお声かけしますが、ご不在の場合でも実施します。
●作業は敷地内で行います。
●作業終了後、散水栓などで放水する場合があります。
●取替後、蛇口から空気の混ざった水が出たときは、空気が出なくなるまで水を流してください。

ご家庭から出るせん定枝・刈草・落葉を収集します

中環境事業所　☎251-1735　FAX251-1736
✉a2511735@kankyokyoku.city.nagoya.lg.jp

出し方　せん定枝：2m以下に切り、ひもで束ねる(太さ10cm超は1m以下)
刈草・落葉類：土を落とし、資源用指定袋につめる
収集日　11/29(日)(事前申込制)
申込　11/23(月・祝)までに電話、ファクス、Eメールまたはウェブサイト

タイヤの脱落事故に注意

中警察署　☎241-0110　FAX241-0094

自動車のタイヤを冬用に交換する際、ホイールナットの緩みなどが原因で走行中にタイヤが脱落する事故が発生しています。定期的に点検し、事故を未然に防ぎましょう。

中区消防団連合観閲式

中消防署　☎231-0119　FAX222-0119

日頃から地域防災の最前線で活躍している消防団の雄姿を、ぜひご覧ください。

日時　11/22(日)午前10:00～11:30
場所　白川公園(栄二丁目17)

中区美術展入賞者

区役所地域力推進課　☎265-2224　FAX261-0535

	市長賞	区長賞	区政協力委員協議会議長賞	教育委員会賞	中日新聞社賞
日本画	鳥澤　慶子	早瀬　雅子	金子　芳江	森　春宏	岡本　美恵子
洋画	滝本　守	沖段　英典	佐藤　昌宏	鳥澤　慶子	齋藤　来羽
彫刻・工芸	松原　伸一郎	飯尾　務	宇野　俊子	三宮　和子	河野　幸代
書	中島　晶園	森　蘭泉	川見　典久	森　恵泉	加藤　蘭美
写真	筒井　柾博	河野　哲	花木　正始	丹下　愛美子	中野　富雄

自動車盗が多発しています

中警察署　☎241-0110　FAX241-0094

令和8年上半期における県内の自動車盗件数は全国で最も多く、被害車両の約8割が施錠していたにも関わらず盗まれています。

以下の防犯対策を組み合わせて、被害に遭わないようにしましょう。

●スマートフォン連動型防犯カメラ
●周囲に異常を知らせる警報装置
●GPS追跡装置

落ち葉の清掃にご協力を

中土木事務所　☎261-6641　FAX252-0742

公園の樹木や街路樹の葉が色づく季節を迎えました。紅葉の盛りを過ぎると葉が落ちます。公園や街路樹の周辺にお住まいの皆さまにはご迷惑をおかけしますが、落ち葉の清掃にご協力をお願いします。



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　12/9(水)午前10:45～午後0:15
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(お子さん用、必要な方のみ)
申込　12/2(水)午前10:30～電話(先着順)

特殊詐欺被害防止講習会

区役所地域力推進課　☎265-2221　FAX261-0535
名古屋東新町郵便局　☎951-0373

日時　11/17(火)午後1:30～2:30
場所　区役所6階大会議室
内容　中警察署の警察官を講師に迎え、講習会を開催します。
主催　郵便局、中区安心・安全・快適なまちづくり推進協議会

中区青少年育成区民大会

中区安心・安全・快適なまちづくり推進協議会
(区役所地域力推進課)　☎265-2224　FAX261-0535

日時　12/5(土)午前10:00～(午前9:30開場)
場所　中区役所ホール
内容　子どもミュージカル劇団「show-Wa!」による合唱、作文・ポスター・書道の優秀作品の表彰など

中区男女平等参画推進事業
「音楽の中のおとこ・おんな」ピアノ・歌・お話によるコンサート

区役所地域力推進課　☎265-2221　FAX261-0535

日時　12/19(土)午後1:30～3:00(午後1:00開場)
場所　中区役所ホール　定員　300人
申込　申込フォーム

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

◆認知症の当事者が集う本人ミーティング（予約制）
日時　11/13(金)、12/11(金)午後2:00～3:30
対象　認知症のある方ご本人
※場所など詳細はお問い合わせください。

◆認知症おしゃべりカフェ（予約不要）
日時　11/19(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　11/19(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

◆家族教室「認知症について正しく理解しよう」（予約制）
日時　11/28(土)午後2:00～4:00
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）

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

◆ヨガ体操（イスなし）　さわやかヨガ
日時　11/26(木)午後2:00～3:30　定員　40人
申込　11/12(木)午前8:45～電話(先着順)

◆きてみて土曜体操（イスあり）　すまいる体操
日時　11/28(土)午後2:00～3:30　定員　50人
申込　11/14(土)午前8:45～電話(先着順)

◆歌劇団ロジエ　クリスマスショー
日時　12/5(土)午後2:00～2:40　定員　70人
申込　11/18(水)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　12/3(木)午後2:00～3:30　定員　50人
②すまいる体操
日時　12/10(木)午後2:00～3:30　定員　50人
③しゃんと体操（タオル持参）
日時　12/17(木)午後2:00～3:30　定員　50人
【①～③共通】
申込　11/19(木)午前8:45～電話（いずれか1つ、先着順）

◆前津まつり作品展
日時　11/20(金)午前9:00～午後3:30
11/21(土)午前9:00～午後2:00

◆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　12/7(月)午前10:00～11:00
定員　17人(前月受講していない方)
申込　11/25(水)午前8:45～電話(先着順)

◆楽楽体操（イスあり）
日時　12/12(土)午後2:00～3:30
12/26(土)午前10:00～11:30
定員　各日50人
申込　11/28(土)午前8:45～電話（いずれか1つ、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　12/22(火)午前10:00～11:00　定員　17人
申込　12/8(火)午前8:45～電話(先着順)

◆歌おう会　クリスマスの歌を歌おう
日時　12/23(水)午後2:00～3:30　定員　70人
申込　12/9(水)午前8:45～電話(先着順)

◆ヨガ体操（イスなし）　きてみてヨガ
日時　12/24(木)午後2:00～3:30　定員　40人
申込　12/10(木)午前8:45～電話(先着順)

中生涯学習センター
〒460-0016　橘一丁目7-11
☎321-5511　FAX321-5512

◆初心者向けパソコン相談会
日時　11/20(金)午後1:30～3:30
対象　パソコン初心者の方(1人1時間以内)
申込　当日午後1:15～3:00(先着順)

◆チャレンジ‼ クリスマスケーキ作り♪ ～仲間と一緒に、ケーキ作りに挑戦～
日時　12/19(土)午前10:00～午後0:30
対象　小学3年生～中学生　定員　25人
料金　800円
申込　11/21(土)までに市電子申請または往復はがき(必着)

◆小さなお子様向け人形劇
日時　12/3(木)午前10:30～正午
対象　乳幼児と保護者　定員　25人

◆手話を使ってLet'sコミュニケーション!（全6回）
日時　1/19(火)、2/2(火)、16(火)、3/2(火)、16(火)、23(火)午後2:00～4:00
対象　一般　定員　20人
申込　12/8(火)までに市電子申請または往復はがき(必着)

◆＜親学関連講座＞子どもと一緒にわくわく！遊んでふれあい１歳児～体を動かして楽しく遊ぼう～（全5回）
日時　1/20～2/17の水曜日 午前10:00～11:30
対象　1歳児と保護者(2人まで)　定員　15組
申込　12/8(火)までに市電子申請または往復はがき(必着)

中文化センター
☎242-1210　FAX242-2141

＜人権週間記念行事＞

◆作品展
日時　12/4(金)、5(土)午前9:00～午後8:30

◆公演「マンハチカフェ～親子で奏でる心のアンサンブル～」
日時　12/5(土)午後1:30～2:30

◆人権啓発映画「君の景色を知ったとき」
日時　12/5(土)午後2:45～3:15

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➡



◆読み書きが苦手なお子さんの相談会
日時　11/28(土)午後1:00～2:00、午後2:00～3:00、午後3:00～4:00
対象　小中学生と保護者(初めての方優先)
定員　各回3組
申込　11/13(金)午前9:30～窓口または電話(☎741-9811)(先着順)

◆かげえ人形劇「そんごくう」ほか
日時　12/5(土)午後1:30～2:30
対象　幼児～小学校低学年　定員　45人
申込　11/18(水)午前9:30～ウェブサイト

◆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　11/21(土)午後2:00～4:00
定員　20人(当日先着順)

◆ちくちく手づくりの会～布おもちゃ「おかがみひつじ」を作ります～
日時　12/3(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)

◆特別整理期間のため休館
12/7(月)～11(金)

中スポーツセンター
☎232-2327　FAX232-2364

曜日	教室・講座名	開講日
火	ZUMBA GOLD® レッスンタイム	11/17、24 12/1、8
	ZUMBA® レッスンタイム	
水	ボディメイク・ピラティス レッスンタイム	11/11、18、25 12/2、9
	ナイトヨガレッスンタイム	
木	アクアエクササイズレッスンタイム	11/12、19 12/3、10
	水中ウォーキング&スイムレッスンタイム	11/12、19、26 12/3、10
金	フライデースポーツ広場	11/13、20、27 12/4

料金　1回300円～640円
申込　当日開始30分前～受付(先着順)
※詳細はウェブサイト

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➡

◆小児はり体験
日時　12/17(木)午前10:30～11:30
対象　乳幼児と保護者　定員　10組
申込　12/3(木)午前10:00～先着順・電話可

◆こどもフェスまえづ
日時　12/5(土)午後2:00～4:00
12/6(日)午前10:00～午後3:00
対象　小学生以上

青少年文化センター
☎265-2088　FAX265-2187

◆愛知県立芸術大学60周年・青少年文化センター30周年記念コンサート（愛知県立芸術大学ウインドオーケストラ第27回定期演奏会）
日時　2/14(日)午後3:00～(午後2:15開場)
料金　一般1,000円、学生500円、事業団友の会・障がい者など900円
申込　窓口、ウェブサイトにて受付中

名古屋中税務署
☎962-3131

◆税の作品展示および表彰式の開催
期間　展示 11/11(水)～29(日)
※表彰式は11/28(土)
午前11:00～午後1:00



場所　NHK名古屋放送局1階(東区東桜1丁目13-3)

◆11/11(水)～17(火)は「税を考える週間」です
テーマを「これからの社会に向かって」として、国税庁ウェブサイトでさまざまな情報を提供しています。くらしを支える税について、ぜひこの機会に考えてみてください。

自動車図書館
☎・FAX821-3364

・正木公園　11/28(土)午前10:00～11:00
・長岡公園　12/5(土)午前10:00～11:00

イベント情報

野鳥観察会
西区公害対策課　☎523-4613　FAX523-4634

日時　12/5(土)、1/9(土)午前9:30～11:30(小雨決行)
場所　庄内緑地　定員　各日30人
対象　市内在住・在勤・在学の方
申込　11/18(水)午後5:00までに申込フォーム(申込多数の場合は抽選、結果・詳細はEメールで案内)



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7月8日～7月31日生）	11/12（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8年8月1日～8月25日生）	12/10（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4月4日～4月30日生）	11/19（木）午後1:15～2:00受付		
	1歳6か月児（令和7年5月1日～5月23日生）	12/3（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。	11/19（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500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	
モグモグ教室（予約制）	令和8年3月・4月生のお子さんと保護者 12組（申込先着順）	11/18（水）午前10:00～11:20（午前9:45～受付） 申込：11/11（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、赤ちゃん用スプーン・エプロン、筆記用具	
離乳食前から始めるお口育て（予約制）	令和8年5月～8月生のお子さんと保護者 15組	11/13（金）午前10:00～11:00（午前9:50～受付） 申込：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）	
幼児食教室（予約制）	1歳6か月～3歳のお子さんの食事でお悩みの保護者とお子さん 4組程度	12/4（金）午前10:00～11:30（午前9:45～受付） 申込：予約専用フォーム	内容：講話「幼児期の食事」、調理体験、試食、個別相談など 持ち物：母子健康手帳、保護者用エプロン、三角巾、ハンドタオル、お子さん用エプロン・スプーン・フォーク	
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（申込先着順） ※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…12/2（水）午後1:15～3:30 2日目…12/11（金）午後1:15～3:15 （いずれも午後1:00～受付） 申込：11/12（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	
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。	子育て総合相談窓口 ☎269-7155
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	11/17（火）、24（火）、12/1（火）、8（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）		11/19（木）、12/10（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

健康げんき食講座～実践編～（予約制）

保健予防課　☎265-2264



日時　11/27（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　11/11（水）午前9:00～電話または予約専用フォーム（先着順）

わいわい食育教室（予約制）

保健予防課　☎265-2261



日時　11/25（水）午前10:15～11:30（午前10:00～受付）
対象　1歳6か月頃～３歳頃までのお子さんと保護者
定員　6組程度
内容　講話「健やかな食生活のヒント」、試食、交流会
持ち物　お子さん用エプロン・食器具（スプーン・箸）、母子健康手帳、筆記用具
申込　予約専用フォーム（先着順）

11月・12月はネズミ防除運動期間

環境薬務課　☎265-2256

ネズミは何でもかじって衣食住に被害を与えるだけでなく、病原菌や寄生虫を媒介して人の健康を脅かします。ネズミの習性をよく知って効果的な防除をしましょう。

●食品類は蓋つき容器で保管し、生ごみは蓋つき容器へ入れる。
●排水口・通気口などは金網などで入り込めない構造とし、すき間・壁の穴はふさぐ。
●巣の材料となる紙や布類などを整理し、押し入れや床下・下水周辺・物置などを定期的に清掃する。

神経系難病の患者さんと家族のつどい～パンジーの会～（予約制）

保健予防課　☎265-2263

日時　11/26（木）午後1:30～3:30（午後1:15～受付）
対象　区内在住の神経系難病（パーキンソン病、脊髄小脳変性症など）で治療中の方とその家族（家族のみの参加も可）
内容　医師の講話、音楽療法
申込　電話または窓口

