



広報なごや瑞穂区版

広報

みずほっぺ

11月号

瑞穂区マスコット
キャラクター
みずほっぺ



編集 瑞穂区役所 〒467-8531 瑞穂通3-32 ☎ (代) 841-1521 FAX 852-9306 HP <https://www.city.nagoya.jp/mizuho/>

日時

11/29(土)

午前10:00～午後3:00

※雨天中止(前日の設営ができない場合も中止)

開催の有無の確認

「名古屋おしえてダイヤル」

☎ 953-7584

(当日午前8:00から)



場所

パロマ瑞穂野球場・
野球場前駐車場

※公共交通機関または自転車でご来場
ください

お楽しみ抽選会

当日会場で抽選券を
配布します。
(先着2,000人)

抽選は2回開催!
1枚の抽選券で2回のチャンス!!
ステキな賞品が当たるかも!?



デザイン原画/名古屋市立大学芸術工学部 小野寺菜月さん

みずほ緑日横町

(模擬店)

みたらしやわたがしなど
おいしいものがいっぱい!



各種
ブース

体験や学びの
いろいろな
ブースがあるよ!



※写真は昨年度の様子です。

笑顔いっぱいステージ!

みんなで
盛りあがろう!



はたらく車が大集合!

一緒に写真を撮ろう! GTOパトカーやお絵描きバスも来るよ!!



ハンドボールやフットバックなど
いろいろなスポーツを体験しよう!
キャッチボールエリアもあるよ!!

スポーツ
広場



詳しくは
区ウェブサイトから



問合 瑞穂区民まつり実行委員会(事務局:区役所地域力推進課)

☎ 852-9303

FAX 852-9306

みんなボラ MIZUHO ～講演会～

みんな
ボラ
MIZUHO

障がい理解から始まる未来

～みんなで考える共生とボランティア～

日時

12/7(日)

午後2:00(開場 午後1:30)

場所

瑞穂区役所 講堂(2階)

講師

京谷 和幸さん

車いすバスケットボール男子
日本代表ヘッドコーチ/元Jリーグ
元車いすバスケットボール選手

定員

200人



申込

ウェブフォームまたは電話・FAX・メール(氏名、〒住所、電話
番号、手話・要約筆記を希望の場合は「手話・要約筆記希望」
を記載)で12/1(月)までに運営事務局に申し込み。
定員を超えた場合は抽選。参加できない方のみ12/4(木)
までに連絡します。

運営事務局:(株)マルワ

☎ 838-5466

FAX 802-9355

✉ uketsuke@maruwanet.co.jp

参加無料

参加者に
アジアパラ競技大会
公式ライセンス
グッズをプレゼント!



申込フォーム

問合 区役所福祉課

☎ 852-9367

FAX 851-1350

11月は児童虐待防止
推進月間です



子どもたちの幸せを願う
メッセージで彩るメッ
セージツリーと伝統工芸
「名古屋提灯」のオレン
ジリボンツリーを区役所
に展示します。

問合 区役所民生子ども課

☎ 852-9392 FAX 852-9375

虐待かな?

気になったら、
電話しよう

児童相談所
虐待対応
ダイヤル

通話無料

匿名可能

秘密厳守

イチ ハヤ ク

189

あの子
心配だな...

親子を救うプロがいます

連絡内容をもとに支援の有無も含め判断します

略記の 説明	日 時 場 場所(記載のないものは各公所)
	↑ 対 象 席 定 員 料 金(記載のないものは無料)
	内 容 受 申し込み方法 申込 申し込み先
	問合 問い合わせ先 ☎ 電話番号 FAX ファクス番号

連
絡
先

瑞穂環境事業所 ☎882-5300	上下水道局南部営業センター ☎899-5155
瑞穂土木事務所 ☎831-6161	瑞穂区社会福祉協議会 ☎841-4063
瑞穂消防署 ☎852-0119	瑞穂警察署 ☎842-0110
上下水道局「お客さま受付センター名水ダイヤル」☎884-5959	



●公共交通機関の利用にご協力ください。●ここに掲載のないイベントを実施している施設もあります。詳しくはウェブサイトやチラシなどをご覧ください。施設にお問い合わせください。



瑞穂図書館

☎853-0450 FAX853-0451 住所:豊岡通 3-29

▼市立大学・瑞穂図書館連携講座「チャレンジ！健康すごろく」

日 11/22(土)第1部:午後2:00～2:40、第2部:午後2:50～3:30

席 各15人(先着順)

▶握力や片足立ちなど簡単な体力測定をしながら健康すごろくを体験します

受 11/11(火)午前9:30～窓口、☎、ウェブサイトで申し込み

▼英語でおはなし会

日 11/19(水)午前11:00～11:30

↑ 乳幼児～

▼冬のおたのしみ会

日 12/13(土)午後1:30～2:30

↑ 幼児・小学生 席 40人(先着順)

▶影絵人形劇「ジャックとまめのき」など

受 11/29(土)午前9:30～窓口、☎で申し込み



自動車図書館

☎・FAX 共通 821-3364

▼巡回日程

日 11/28(金)午前10:00～11:00

場 総合リハビリテーションセンター
福祉スポーツセンター玄関前
(弥富町字密柑山1-2)



名古屋市東山荘

☎・FAX 共通 831-2672 住所:初日町 2-3

▼市民茶会 ①12月(師走茶会)、②1月(初春茶会)

日 ①12/6(土)・7(日)、②1/15(木)

各午前10:30～午後3:00(室内見学のみの場合は各午後1:00～3:00)

席 各50人(先着順)

料 各700円(区民や当日和服参加などの場合は600円)

▶気軽に参加できる茶会。庭園散策、通常は見学できない室内の見学。

受 ①11/14(金)、②12/4(木)各午前9:00～東山荘や市文化小劇場などの窓口で販売



瑞穂生涯学習センター

☎871-2255 FAX871-2256 住所:惣作町 2-27-3

自主開館日のお知らせ 11/24(休・月)午前9:00～午後5:00

▼〈トライアルウインター〉

「さくらスイーツの会」といっしょに「クリスマスケーキ」を作ろう

日 12/21(日)午前10:00～午後0:30

↑ 小学3年生～中学生 席 12人 料 1,050円

▶「さくらスイーツの会」のレシピでシフォンケーキを焼き、

チョコペンや砂糖菓子でキラキラな飾り付けをします

受 電子申請(8面参照)または往復はがき(往信裏面に〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学年、保護者名、返信宛名面に〒住所、氏名を記載)にて、11/21(金)必着で申し込み。定員を超えた場合は抽選。



瑞穂区いきいき支援センター

東部 … ☎858-4008 FAX842-8122 住所:佐渡町 3-18

西部 … ☎872-1705 FAX872-1707 住所:堀田通 1-18 シティアーク1階

▼認知症サポーター養成講座

日 (東部) 11/20(木)午前10:00～11:30

場 瑞穂図書館集会室(豊岡通 3-29) 席 30人(先着順)

▶認知症の症状、対応方法を学ぶことで理解を深め、認知症の方などを地域で見守る「認知症サポーター」を養成する講座

受 11/17(月)までに☎またはFAX(〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記載)で申し込み



瑞穂福祉会館

☎841-3113 FAX841-1348 住所:萩山町 1-22

福祉会館のイベント対象者は福祉会館利用証をお持ちの方です。

▼蓄音機を聴く会

日 11/21(金)午後1:30～3:00

席 45人(当日先着順)

▼Jazzコンサート

日 11/29(土)午後1:30～3:00

席 45人(先着順)

受 11/14(金)午前9:30～整理券配布

▼ハンドベル演奏会

日 12/5(金)午前10:00～11:00

席 45人(先着順)

受 11/20(木)午前9:30～
整理券配布



▼スマホセミナー (お役立ちアプリ編)

日 12/15(月)午後1:30～3:30

席 20人(先着順)

受 12/1(月)午前9:30～整理券配布



11月は分別マナーアップ推進月間です！

瑞穂環境事業所 ☎ 882-5300 FAX882-5305

●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。



水銀血圧計



水銀体温計

各区の環境事業所へ持ち込みをお願いします。持ち込みができない場合は、収集に伺いますので、環境事業所にご相談ください。

●収集車や処理施設の火災につながるため、「発火性危険物」「電池類」「小型家電」は特に注意して分別をお願いします。

●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

●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

●ハンディファン
●スマートフォン
●ゲーム機 など

発火性危険物

- ①中身を使い切る
- ②資源袋*に入れる
- ③可燃ごみの日に別々に出す!

*家庭でいらなくなった無色透明の袋もお使いいただけます。

電池類

- ①セロハンテープなどを貼って絶縁
- ②無色透明の袋に入れる
- ③プラスチック資源の日に別々に出す!

袋の存在が目立つような排出にご協力ください。

小型家電

回収拠点に持って行く25cm以下、40cm以下、15cm以下
(区役所、協力店舗など)

袋に入れずに回収ボックスへ
設置場所は >



上下水道局職員や委託業者を装った訪問などにご注意を！

上下水道局南部営業センター ☎ 899-5155 FAX 899-5161

上下水道局職員や委託業者を装って、給水管や排水管の点検・清掃・修理を行おうとしたり、住宅に立ち入ろうとしたりする事例が発生しています。上下水道局職員は職員証を携帯しています。不審に思われたときは、職員証の提示を求めるか、担当営業センターにご確認ください。

また、市上下水道局のホームページには、お客さまからお問い合わせのあった事例を掲載しています。トラブル防止のための参考にしてください。

「お客さまからの問い合わせ事例」はこちら▶



落ち葉の清掃にご協力ください

瑞穂土木事務所 ☎ 831-6161 FAX 831-8710

公園の樹木や街路樹が色づく季節となりました。紅葉の季節が過ぎると、落ち葉の季節となります。公園・街路樹の周辺の皆さまにはご迷惑をおかけしますが、落ち葉清掃にご協力をお願いします。



秋の火災予防運動『急ぐ日も 足止め火を止め 準備よし』

瑞穂消防署 ☎ 852-0119 FAX 852-6223

日 11/9(日)～15(土)

▶空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節を迎えます。今一度、火災から命を守るポイントを確認しましょう。

●火災を起こさないために

近年、電気器具類による火災が増加傾向にあります。コンセントは清掃し、たこ足配線にも気を付けましょう。

●火災を早期に発見するために

住宅用火災警報器を必要な場所に設置しましょう。また、定期的な点検を行い、10年を目安に取り替えましょう。

●火災を小さいうちに消すために

消火器などを設置し、使い方を確認しましょう。



各種相談

☎・FAX 各記事を参照

▼内職相談

日 11/14・21・28、12/5(各金)

各午前10:00～正午、

各午後1:00～3:00

場 区役所相談室(2階) ↑ 市内在住

問合 区役所民生子ども課

(☎852-9382・FAX852-9375)

▼行政相談

日 11/28(金)午後2:00～3:30

場 区役所会議室(5階)

問合 区役所地域力推進課

(☎852-9304・FAX852-9306)

▼法律相談

日 ①11/28、②12/12(各金)

各午後1:00～4:00

場 区役所会議室(3階)

↑ 市内在住・在勤・在学

席 各16人(先着順)

※1人20分以内

受 ①11/21、②12/5(各金)

各午前8:00～

市ウェブサイトまたは☎で申し込み

申込・問合 名古屋おしえてダイヤル

(☎953-7584)



▲ウェブサイト



みずほくらしの情報



区まちづくり基金への寄附にご協力ください

区役所企画経理課 ☎ 852-9242 FAX 851-3317

区まちづくり基金は区民の皆さまや区にゆかりのある
皆さまの想いを生かして、まちづくりを進めていくため
の基金です。詳しくは、ウェブサイトをご覧ください。

ウェブサイト▶ 



瑞穂区明るい選挙ポスター・書道作品展

明るい選挙区推進協議会・区選挙管理委員会 ☎ 852-9222 FAX 852-9225

📅 11/10(月)～21(金)午前 8:45～午後 5:15(土・日曜日・祝日を除く)
📍 区役所ロビー(1 階)
▶ 区内の小・中学生、高校生から応募があった作品のうち、入選作品を展示



12/4(木)～10(水)は 第77回人権週間です

名古屋法務局人権擁護部 ☎ 952-8111 FAX 952-8022

セクハラ・パワハラなどのハラスメント、いじめ、虐待、インターネット上の誹謗中傷、プライバシー侵害などの人権問題のほか、近隣関係、家族関係などの悩みごと・困りごとの相談を無料でお受けします。

- みんなの人権110番 ☎0570-003-110
- こどもの人権110番 ☎0120-007-110
- LINE じんけん相談 検索ID:@linejinkensoudan

秘密 厳守 

LINE登録はこちらから▶



愛のバザー

区役所地域力推進課 ☎ 852-9308 FAX 852-9306

📅 12/ 6(土)午前10:00～正午 📍 瑞穂区役所講堂(2 階)
●主催:瑞穂区女性団体協議会・瑞穂区役所
※入場制限を行う場合があります





瑞穂ふれあい区民講座

明るい選挙区推進協議会・区選挙管理委員会 ☎ 852-9222 FAX 852-9225

▼これからの、よのなかの話をしよう！
📅 12/13(土)午後 1:30～ 3:00
📍 瑞穂区役所講堂(2 階) 🏠 中学生・高校生 定員 50人
▶ よのなか(実社会)の仕組みをみんなで面白く学び合います
●講師：一般社団法人 WONDER EDUCATION 代表理事・
総務省主権者教育アドバイザー 越智 大貴さん
📅 11/27(木)までにウェブフォームで申し込み。
定員を超えた場合は抽選。

ウェブフォーム▶ 





パロマ瑞穂スポーツパーク

☎・FAX 各記事を参照 

▼瑞穂コミュニティカレッジ
📅 12/20(土)午前10:00～11:30
📍 瑞穂公園宿泊研修棟 1 階 MIZUHOスタジオ(萩山町 3-68-1)
定員 20人 ¥ 500円
▶ 「メタボ・ロコモ予防」をテーマに、中京大学スポーツ科学部の福崎 千穂教授による、実技を交えた実践講座を開催します！
📅 ウェブサイトまたは往復はがき(往信裏面にイベント名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、年齢、性別、返信宛名面に〒住所、氏名を記載)で、12/ 3(水)必着で申し込み。定員を超えた場合は抽選。
12/ 6(土)以降、結果をウェブサイトで公開します。
申込・問合せ 瑞穂公園宿泊研修棟(萩山町 3-68-1) ☎836-8210・FAX836-8211)



名古屋市体育館

☎872-6655 FAX872-6657 住所:熱田区六野 2-5-3 

講習名	開催日時(回数)	対象	定員	費用
プロジェクションワークアウト	日・月 午前10:00～午後6:00 火～金 午前10:00～午後9:00 (1回1時間)		各1回 4人	各1回 700円
ラウンドフィットネス	火～金 午前10:00～午後9:00 (1回1時間)	中学生を除く 15歳以上	各1回 8人	各1回 300円
ノルディックウォーキング体験会	11/12・19・26、 12/ 3・10(各水) 午前10:00～11:15		各1回 10人	各1回 300円

📅 窓口または☎で申し込み。空きがあれば当日申し込みも可。



学童保育所(留守家庭児童健全育成事業)入所説明会の開催

説明会参加希望者は、各施設へ事前にご連絡ください。
各施設の詳しい情報はウェブサイトをご確認ください。

ウェブサイト▶ 

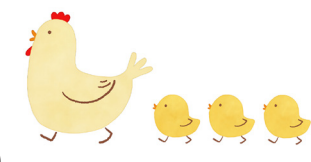
対象学区	名称	電話	入所説明会
瑞穂・高田 豊岡	瑞穂学童保育所	851-8173	12/20(土) 瑞穂学童保育所で開催
	第二瑞穂学童保育所		
豊岡・井戸田 菊住	あさがお学童保育所 (A・B・C)	842-0807	12/ 6(土) あさがお学童保育所 (A・B)で開催
汐路	汐路学童保育所	853-3045	11/16(日)午前10:00～
	第二汐路学童保育所	750-8719	11/15(土)午前10:00～
陽明	陽明学童保育所	861-0800	1/10(土)・24(土)
弥富	弥富・中根 第1学童クラブ	832-6010	11/1(土)午前10:00～ 2/ 7(土)午前10:00～ やとみ学童クラブ育成会 で開催
	やとみ学童クラブ 育成会	880-6553	
中根	東中根学童クラブ	831-0994	12/ 6(土)午前10:00～ 1/18(日)午前10:00～
	西中根学童クラブ	887-9354	12/ 7(日)午前10:00～
穂波・堀田 呼続	穂波子ども広場	821-5000	12/ 6(土)午前10:00～
御劔・高田	御劔どろんこクラブ	872-6646	11/19(水)午後 7:00～ 1/24(土)午後 3:00～



2人目・3人目の子育てサロン「したのこカフェ」

区役所民生子ども課 ☎ 852-9392 FAX 852-9375

📅 12/10(水)午前10:00～11:30(途中退出可)
📍 穂波コミュニティセンター(神穂町 5-18)
🏠 第2子・第3子にあたる子
(6か月～1歳6か月)と保護者
定員 6組 ¥ 200円(保護者のお菓子と飲み物付き)
▶ 「2人目・3人目の子育て」について、がんばっていること、困っていること
など、おしゃべりしませんか？ 保育士に悩み相談もできます。
📅 11/11(火)～12/ 1(月)に☎または電子申請(8面参照)で申し込み。
☎の場合は午前 8:45～午後 5:15(土・日曜日、祝日を除く)。
穂波学区在住者優先。定員を超えた場合は抽選。





子育てサロン「さくらひろば」

区役所民生子ども課 ☎ 852-9392 FAX 852-9375

📅 12/15(月)午前10:00～11:30 📍 区役所さくらルーム(2 階)
🏠 幼稚園や保育園に在園していない3歳未満の子と保護者
定員 20組 ▶ お子さんと楽しめる交流の場。育児相談もできます。
📅 11/11(火)～11/30(日)に☎または電子申請(8面参照)で申し込み。
☎の場合は午前 8:45～午後 5:15(土・日曜日を除く)。
定員を超えた場合は抽選。



なごホーム(瑞穂児童館)

☎852-2229 FAX841-1348 住所:萩山町 1-22 

▼名古屋葵大学共催事業
第17回みんなでメリー・クリスマス！
📅 12/ 7(日)午前10:00～午後 3:00
🏠 幼児と保護者、小学生～高校生
▶ 大学生のお姉さんによるパフォー
マンスやワークショップ
▼クリスマスだよ！全員集合☆
📅 12/21(日)午後 2:00～ 3:30
🏠 小学生 定員 30人(先着順)
▶ ミニゲームやビンゴ大会で盛り
上げよう！！
📅 12/ 6(土)午前10:00～直接申込、
午前10:30～☎で申し込み


▼離乳食の進め方とママの健康教室
📅 11/28(金)午前10:00～11:30
🏠 生後 2 か月～1 歳未満児と保護者 定員 15組(先着順)
▶ 離乳食のお悩み解決と保護者の骨密度やヘモグロビン測定を実施します！
●講師:名古屋ヤクルト販売(株)の管理栄養士
📅 11/14(金)午前10:00～直接申込、午前10:30～☎で申し込み

瑞穂保健センターだより

瑞穂保健センター 〒467-0027 田辺通 3-45-2
☎(代)837-3241 FAX837-3291

- 子育て総合相談窓口 ☎837-3285
- 瑞穂区休日急病診療所(内科・小児科) ☎832-8001
- 名古屋南歯科保健医療センター(歯科) ☎611-8044
- 救急医療情報センター(救急医療) ☎263-1133
- 救急安心センターなごや ☎#7119



子どもと親

▼乳幼児健康診査

区分	診査日	対象児の生年月日	受付時間
3 か月児	11/19(水)	R 7. 7.14～7.28	第 2 子以降:午前 8:50～9:05 第 1 子 :午前 9:05～9:20
	12/ 3(水)	R 7. 7.29～8.13	
1 歳 6 か月児	11/13(木)	R 6. 3.23～4. 9	第 2 子以降:午後 1:00～1:20 第 1 子 :午後 1:20～2:00
	11/27(木)	R 6. 4.10～4.26	
3 歳児	11/11(火)	R 4. 9.21～10. 2	
	11/25(火)	R 4.10.3～10.17	
	12/ 9(火)	R 4.10.18～11. 1	

- ★対象者へ個別通知しますが、通知が届かない方も該当日時にお越しください。
- ★1 歳 6 か月児および 3 歳児の希望者にフッ化物塗布(¥720円)を実施します。
現金の場合は、おつりのないようお願いします。キャッシュレスも利用可能です。生活保護世帯(要証明)は免除あり。
- ★3 か月児および 1 歳 6 か月児はタオルをお持ちください。
身長などを測る時にお子さんの下に敷きます。
- ★年間の日程についてはウェブサイトで公開しています。

問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



▼むし歯予防教室

- ☎ 11/18(火)午後 1:10～2:00(受付時間)
- 👤 おおむね 0 歳児～未就学児と保護者 座 20 組程度
- ▶ 歯科健診、歯みがき・栄養相談、フッ化物塗布(¥720円)、保護者の歯科健診(1 歳児の保護者の希望者)
- 持ち物/歯ブラシ、タオル、母子健康手帳
- 受 前日までに☎またはウェブフォームで申し込み
- 申込・問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



フッ化物塗布で現金の場合は、おつりのないようお願いします。
キャッシュレスも利用可能です。生活保護世帯(要証明)は免除あり。

▼はじめての歯みがき教室

- ☎ 11/17(月)午前10:00～11:30
- 👤 初参加の10～12か月程度の乳児と保護者 座 8 組程度
- ▶ 個別説明、むし歯予防の話、お悩み相談(歯、栄養)など
- 持ち物/歯ブラシ、タオル、母子健康手帳 受 前日までに☎で申し込み
- 申込・問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



▼母乳相談

- ☎ 11/17(月)午後 1:05～3:00(受付時間)
- 👤 卒乳希望の方、母乳でお困りの方 座 6 人程度
- ▶ 個別相談(1 人15分程度)
- 持ち物/タオル 2 枚、母子健康手帳
- 受 随時☎またはウェブフォームで前日までに申し込み ※☎は当日も可
- 申込・問合せ 子育て総合相談窓口(☎837-3285)



▼離乳食講習会～マンマコース～

- ☎ ①12/ 5(金)②12/19(金)各午前10:30～11:10
- 👤 3 か月児健診を受診された児と保護者 座 各 8 組(先着順)
- ▶ 離乳食初期を中心とした食事の話、初期の離乳食の試食(保護者が試食)
- 受 ①11/25(火)②12/ 8(月)各午前 9:00～☎で申し込み
- 申込・問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



▼離乳食講習会～モグモグコース～

- ☎ ①11/26(水)②12/16(火)各午前10:15～11:15
- 👤 8～9 か月児と保護者 座 各 8 組(先着順)
- ▶ 離乳食の 1 日 2 回食から 3 回食への進め方の話と試食、お口の話
- 受 ①11/12(水)②12/ 1(月)各午前 9:00～☎で申し込み
- 申込・問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



▼心が軽くなるイヤイヤ期とのつきあい方

- ☎ 12/ 8(月)午前10:00～11:30
- 👤 1～2 歳ごろの児と保護者 座 10 組(先着順)
- ▶ 公認心理師による 1 歳からの心の成長と発達を知る講座
- 受 11/11(火)午前 9:00～ウェブフォームで申し込み
- 申込・問合せ 子育て総合相談窓口(☎837-3285)



▼子どものアレルギーとぜん息相談

- ☎ 11/27(木)午後 1:30～3:00 📍 15 歳未満の方と保護者 座 3 組程度
- ▶ 問診、専門医による個別相談・診察、保健指導・栄養相談
- 受 11/21(金)までに☎で申し込み
- 申込・問合せ 保健感染症担当(☎837-3267)



▼パパママ教室 2 日間コース

- ☎ ①12/ 2(火)②12/19(金)各午後 1:00～3:30
- 👤 区内在住のはじめての出産を控えた妊婦とそのパートナー
- 座 12 組程度
- ▶ ①妊娠中の過ごし方②産後の生活と沐浴体験
- 持ち物/母子健康手帳
- 受 ウェブフォームで申し込み
- 申込・問合せ 子育て総合相談窓口(☎837-3285)



▼子育て総合相談窓口

- ☎ 毎週月曜～金曜 午前 8:45～午後 5:15
(面談相談は午前 9:00～午後 4:30まで)
- ▶ 子育ての悩みなどについて保健師などが電話や面接で相談に応じます。
- 問合せ 子育て総合相談窓口(☎837-3285)

一般の方

▼こころの健康相談日

- ☎ 毎週水曜日午後 3:45～5:15
- ▶ 心の健康に関する相談
- 受 前日までに☎で申し込み※秘密厳守
- ※第 4 水曜日は「うつ病家族相談日」
- 申込・問合せ 精神保健・健康づくり担当(☎837-3267)



▼性感染症検査

- ☎ 12/ 4(木)午前 9:15～10:15(受付時間)
- 👤 感染の心配な方
- ▶ HIV・梅毒・性器クラミジア感染症の検査
- ※匿名 ※無料 ※予約不要(先着順)
- ※結果は 1 週間後再来所のうえ手渡し(郵送不可)
- ※当日は、1 時間以上排尿を控えてご来所ください。
- ※受検者の数が多い場合は検査をお断りすることがあります。
- 問合せ 保健感染症担当(☎837-3264)

▼乳がん検診

- ☎ 1/20(火)午前(指定の時間)
- 👤 40 歳以上の女性
- 座 40 人(先着順)
- ¥ 500 円📍 ※料金免除制度対象者は、お問い合わせください。
- ▶ 問診、マンモグラフィ(乳房 X 線検査)
- 受 11/20(木)午前 9:00～に☎またはウェブサイトで申し込み
- ※ペースメーカー使用の方、過去に豊胸手術の経験がある方、妊娠中の方、授乳中の方は受診できません。
- 申込・問合せ 集団健診予約受付センター(☎211-8655)



▼からだが得する！健康づくり講座 With 健康ささえ隊

- ☎ 12/ 2(火)午後 1:30～3:00(開場午後 1:00～)
- 場 瑞穂区役所講堂(2 階)
- 👤 区内在住の健康づくりに関心のある方
- 座 100 人(当日先着順)
- ▶ 健康づくり会場の活動紹介、みずほ体操、フレイル予防体操。講師は健康運動指導士の植屋節子さん。
- 持ち物/動きやすい服装、水分補給ができる物
- 問合せ 保健看護担当(☎837-3271)



▼ネズミの防除講習会

- ☎ 12/10(水)午後 2:00～3:00
- 場 千種保健センター集団指導室(千種区星が丘山手103)
- 座 10 人(先着順)
- ▶ ネズミの防除方法、毒エサ作り
- 持ち物/8 枚切り食パン 2 枚
- 受 11/12(水)午前 9:00～☎で申し込み
- 申込・問合せ 千種保健センター環境業務課 住居衛生・業務担当(☎753-1973)



みずほフエスタ' 25『認知症講演会』

- ☎ 11/13(木)午後 1:30～3:30(開場午後 1:00～)
- 場 瑞穂区役所講堂(2 階)
- 座 100 人(当日先着順)
- ▶ 第 1 部:クロストーク
「著者とかかりつけ医がひもとく認知症“忘れても、しあわせ”」
- 第 2 部:健康体操「笑顔あふれる健康体操」
- 持ち物/動きやすい服装、水分補給ができる物
- 問合せ 保健看護担当(☎837-3271)

