

# 港保健センターだより

※料金・費用の表示がないものは無料です。 ※申し込みの表示がないものは当日自由参加です。

港保健センター ☎052-651-6471 FAX052-651-5144

南陽分室 ☎052-302-8161 FAX052-301-4674



病院へ行く？  
迷ったら  
救急安心センターなごや  
救急車を呼ぶ？  
☎#7119

- 休日診療案内
- 港区休日急病診療所(内科・小児科)  
☎052-653-7878
  - 救急医療情報センター(電話相談)  
☎052-263-1133
  - 名古屋南歯科保健医療センター  
☎052-611-8044

## 子どもと親

事前に予約をして、母子健康手帳を持ってご参加ください。



みなと子育て  
応援キャラクター  
みなとん

## 乳幼児の健康診査

問合：保健感染症担当 ☎651-6537

事業名		問い合わせ先
場 所	日 時	対象・内容・申込フォームなど
<b>予約制 ニューファミリーセミナー</b> ☎651-6537		
① 港保健センター	2/12(木) 午後1:20～2:20 (受付 午後1:10～)	対象：区内在住のパパ・ママになる方 ※安定期に入った妊娠5カ月(16週)以降の方 定員：12組程度
② 港保健センター	2/16(月) 午後1:20～3:00 (受付 午後1:10～)	内容：①妊娠中に気を付けてもらいたい栄養と歯の話 ②出産の話、沐浴体験やパパの妊婦体験など 申込：①2/9(月)②2/12(木)まで
<b>予約制 母乳相談</b> 保健センター☎651-6539／分室☎302-8161		
① 港保健センター	2/5(木)午後1:00～3:15	対象：妊娠中・授乳中の方、卒乳したい方 内容：妊娠中の乳房の手入れ、授乳・卒乳相談
② 南陽分室	2/16(月)午後1:15～2:35	申込：①2/3(火)②2/12(木)まで
<b>予約制 もぐもぐ離乳食教室</b> ☎651-6537		
港保健センター	1/28(水) 午前10:00～11:15 (受付 午前9:30～)	対象：離乳食が2回食の子(令和7年5月・6月生まれ)と保護者 定員：8組(先着順) 内容：離乳食と歯の話 申込：1/13(火)～26(月)
<b>予約制 歯っぴー教室</b> ☎651-6537		
南陽分室	1/22(木) 午後1:30～2:30	対象：区内在住の1～3歳児 定員：20人程度 内容：歯科健診、フッ化物塗布(希望者のみ) 初めて参加する保護者で希望者は歯科健診あり 料金：720円☎ 申込：1/20(火)まで
<b>予約制 子どものアレルギーとぜんそく相談</b> ☎651-6531		
港保健センター	1/21(水) 2/4(水) 午後1:30～2:30	対象：15歳未満でぜんそくやアトピー性皮膚炎などでお悩みの方 内容：専門医による個別相談と栄養などの相談 申込：当日予約連絡可

### 港保健センターで受けていただく方

東築地・中川・東海・成章・大手・港西・稲永・野跡・小碓・正保・明德・当知・西築地・港栄・高木・神宮寺学区にお住まいの方

健 診	対象の生年月日	実施日
3・4カ月児	R7.9.1 ～ R7.9.15	1/13(火)
	R7.9.16 ～ R7.9.30	1/27(火)
	R7.10.1 ～ R7.10.15	2/3(火)
	R7.10.16 ～ R7.10.31	2/10(火)
1歳6カ月児	R6.6.2 ～ R6.6.24	1/21(水)
	R6.6.25 ～ R6.7.10	2/4(水)
3歳児	R4.12.17 ～ R5.1.9	1/16(金)
	R5.1.10 ～ R5.1.26	2/6(金)
受付時間	3・4カ月児 1歳6カ月児 3歳児	第1子…午後1:00～1:15 第2子以降…午後1:00～1:30 午後1:00～2:00

### 南陽分室で受けていただく方

南陽・西福田・福田・福春学区にお住まいの方

健 診	対象の生年月日	実施日
3・4カ月児	R7.9.1 ～ R7.9.30	1/20(火)
1歳6カ月児	R6.4.16 ～ R6.5.25	1/14(水)
3歳児	R4.11.11 ～ R4.12.31	1/23(金)
受付時間	3・4カ月児 1歳6カ月児 3歳児	第1子…午後1:30～1:45 第2子以降…午後1:30～2:00 午後1:30～2:00

## 一般の方

予約制の事業は、事前に予約が必要です。

事業名		問い合わせ先
場 所	日 時	対象・内容・申込フォームなど
<b>HIV・梅毒・性器クラミジア感染症検査</b> ☎651-6537		
港保健センター	第2木曜日 午前9:30～10:30	対象：感染に不安のある方 内容：採血・採尿あり。結果通知は1週間後以降。匿名可
<b>予約制 こころの健康相談</b> ☎651-6509		
港保健センター	毎週金曜日 午前10:00～	内容：こころの健康などに関する相談 ※第3金曜日はうつ病の方などの家族相談
<b>予約制 なんでも相談</b> ☎302-8161		
南陽分室	午前9:30～午後3:30 ※日には要相談	内容：電話・面接による子育て・健康づくりの相談
<b>予約制 なごみの会(神経・筋難病患者・家族のつどい)</b> ☎651-6539		
港保健センター	1/28(水) 午後1:30～3:00 (受付 午後1:20～)	対象：神経・筋難病患者と家族 内容：便利な福祉用具の紹介、住宅改修のポイント、交流会 申込：1/27(火)まで
<b>予約制 みんなと元気でいこまい講座</b> ☎651-6509		
港保健センター	2/25(水) 午前10:00～11:30 (受付 午前9:40～)	対象：区内在住のおおむね60歳以上の方 定員：15人程度 内容：食事のお話と懐かしい歌を歌う。 申込：2/18(水)まで

## 冬に流行る

### 感染症・食中毒にご注意を！

1月に入り、いよいよ寒さの厳しい季節になりました。空気が乾燥し、気温が低くなるこの時期は「インフルエンザ」「RSウイルス」などの呼吸器感染症、「ノロウイルス」「ロタウイルス」などによる感染性胃腸炎などのさまざまな感染症が流行します。ウイルスに負けないように、普段の生活の中で次のような感染予防を行いましょう。また具合が悪いときは、早めに医療機関を受診しましょう。

- ◆こまめに手洗い・うがいをする。
- ◆室内の換気と加湿を十分に行い、湿度50～60%を目指す。
- ◆十分な睡眠を取って体調を整え、栄養バランスの良い食事を心掛ける。
- ◆食べ物は中心部まで十分に加熱し、特に二枚貝などノロウイルス汚染の恐れがある食品は中心温度85～90℃で90秒以上加熱する。
- ◆発症した人の便や吐物を処理するときは、使い捨てのエプロン・手袋・マスクを着用して、直接触れないようにする。

動画でチェック！



正しい手洗い



汚物処理の方法



消毒液の作り方

問合 保健感染症担当 ☎651-6537 食品衛生・動物愛護等担当 ☎651-6486

- 健診日の10日前までに通知が届かない場合はご連絡ください。
- 1歳6カ月児・3歳児健康診査の希望者にフッ化物塗布を実施します。料金720円☎をお釣りのないようにご用意ください。
- ☎は生活保護世帯減免あり(※要証明提示)

### 子育て講座

「育児がラクになる  
とっておきのコツ  
教えます！」



日時：2/13(金)  
午前10:30～11:30(受付 午前10:15～)

場所：南陽分室

対象：区内在住の未就学児の保護者

定員：6人程度

内容：グループミーティング

申込：2/3(火)までに右記申込フォームから

※託児希望の方は電話にて受付

問合 保健看護担当 ☎651-6539



## がん検診受診のすすめ



日本人の2人に1人は、一生のうちにがんにかかると言われていますが、昨今では早期のうちに発見・治療をすれば治癒できるものも増えています。早期発見のためにも、定期的に検診を受診しましょう。

### 検診などの詳細は

こちら▶



▲名古屋健診  
(検診)総合サイト

▲市ウェブサイト  
(がん検診のご案内)

本市では、定期的にがん検診を受診していただくために、**1検診500円で受診**できる「ワンコインがん検診」を実施しています。また20歳から5歳おきの定点の方は無料で検査できるものもあり、対象者の方にはご案内を送付しています。

問合 精神保健・健康づくり担当 ☎651-6509



がついているイベント・行事は、「みなとわくわくポイント」の対象です。