

# 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



救急車を呼ぶ?  
迷ったら 7119

救急安心センターなごや

## 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。



みなど子育て応援キャラクター  
みなどん

## 乳幼児の健康診査

問合: 保健感染症担当 ☎651-6537

### 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・稻永・野跡・小碓・正保・明徳・当知・西築地・港楽・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。

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 ※日にちは要相談	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°C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



### 検診などの詳細は

こちら▶



▲名古屋市健診(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歳おきの定期検診の方に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、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▶



▲市ウェブサイト(がん検診のご案内)

