

# 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  
救急車を呼ぶ？  
☎#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                                                                                                     |
| 予約制 ニューファミリーセミナー |                                          | 分室☎302-8161／保健センター☎651-6537                                                                                        |
| ① 南陽分室           | 8/19(水)<br>午後1:10～3:05<br>(受付 午後1:00～)   | 対象：区内在住のパパ・ママになる方<br>※安定期に入った妊娠5カ月(16週)以降の方<br>定員：12組程度<br>内容：出産の話、沐浴体験やパパの妊婦体験、栄養と歯の話など<br>申込：①8/17(月)②9/10(木)まで  |
| ② 港保健センター        | 9/14(月)<br>午後1:10～3:05<br>(受付 午後1:00～)   |                                                                                                                    |
| 予約制 母乳相談         |                                          | 分室☎302-8161／保健センター☎651-6539                                                                                        |
| ① 南陽分室           | 8/24(月)<br>午後1:30～2:50                   | 対象：妊娠中・授乳中の方、卒乳したい方<br>内容：妊娠中の乳房の手入れ、授乳・卒乳相談<br>申込：①8/20(木)②9/1(火)まで                                               |
| ② 港保健センター        | 9/3(木)<br>午後1:00～3:15                    |                                                                                                                    |
| 予約制 もぐもぐ離乳食教室    |                                          | ☎651-6537                                                                                                          |
| 港保健センター          | 8/28(金)<br>午前10:00～11:15<br>(受付 午前9:30～) | 対象：離乳食が2回食の子(令和7年12月・令和8年1月生まれ)と保護者<br>定員：8組(先着順)<br>内容：離乳食と歯の話<br>申込：8/12(水)～26(水)                                |
| 予約制 歯っぴー教室       |                                          | ☎651-6537                                                                                                          |
| ① 港保健センター        | 8/20(木)<br>午後1:30～2:30                   | 対象：区内在住の1歳から未就学児<br>定員：20人程度<br>内容：歯科健診、フッ化物塗布(希望者のみ)<br>初めて参加する保護者で希望者は歯科健診あり<br>料金：720円<br>申込：①8/18(火)②9/15(火)まで |
| ② 港保健センター        | 9/17(木)<br>午後1:30～2:30                   |                                                                                                                    |

## 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                                                                                                                               |
| HIV・梅毒・性器クラミジア感染症検査        |                                        | ☎651-6537                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 第2木曜日<br>午前9:30～10:30                  | 対象：感染に不安のある方<br>内容：採血・採尿あり。結果通知は1週間後以降。匿名可                                                                                          |
| 予約制 こころの健康相談               |                                        | ☎651-6509                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 毎週金曜日<br>午前10:00～                      | 内容：こころの健康などに関する相談<br>※第3金曜日はうつ病の方などの家族相談                                                                                            |
| 予約制 なんでも相談                 |                                        | ☎302-8161                                                                                                                           |
| 南陽分室                       | 午前9:30～午後3:30<br>※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                                                                                                             |
| 予約制 みんなと元気でいこまい講座          |                                        | ☎651-6509                                                                                                                           |
| 南陽交流プラザ                    | 9/1(火)午前10:00～11:30<br>(受付 午前9:30～)    | 対象：区内在住のおおむね60歳以上の方<br>定員：20人程度<br>内容：フレイル予防の話と体操<br>持物：室内用シューズ<br>申込：8/25(火)まで                                                     |
| 予約制 食育健康セミナー               |                                        | ☎651-6537                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 9/9(水)午前10:00～11:30<br>(受付 午前9:45～)    | 対象：区内在住の方<br>定員：20人程度<br>内容：いつまでもおいしく食べるための工夫や注意点の話<br>申込：8/12(水)～31(月)                                                             |
| 予約制 なごみの会(神経・筋難病患者・家族のつどい) |                                        | ☎651-6539                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 9/9(水)午後1:30～3:00<br>(受付 午後1:20～)      | 対象：神経・筋難病患者の方と家族<br>申込：9/8(火)まで                                                                                                     |
| 予約制 歯と口の健康相談               |                                        | ☎651-6537                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 9/10(木)午後1:30～3:30<br>(受付 午後1:30～3:15) | 対象：市内在住の20歳以上の方<br>定員：8人程度<br>申込：9/8(火)まで                                                                                           |
| 予約制 乳がん検診                  |                                        | ☎651-6509                                                                                                                           |
| 港保健センター                    | 11/4(水)<br>午後                          | 対象：市内在住の40歳以上の女性(今年度40歳になる方を含む)※受診は2年度に1回<br>定員：40人程度<br>内容：マンモグラフィ撮影<br>料金：500円<br>申込：9/4(金)～10/14(水)に上記申し込みフォームまたは電話(☎211-8655)から |

## 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 | R8.4.16 ～ R8.4.30 | 8/25(火)                              |
|        | R8.5.1 ～ R8.5.15  | 9/8(火)                               |
| 1歳6カ月児 | R7.1.11 ～ R7.2.1  | 8/26(水)                              |
|        | R7.2.2 ～ R7.2.18  | 9/2(水)                               |
| 3歳児    | R5.7.22 ～ R5.8.14 | 8/21(金)                              |
|        | R5.8.15 ～ R5.8.31 | 9/4(金)                               |
| 受付時間   | 3・4カ月児            | 第1子…午後1:00～1:15<br>第2子以降…午後1:00～1:30 |
|        | 1歳6カ月児<br>3歳児     | 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 | R8.4.1 ～ R8.4.30 | 8/18(火)                              |
| 受付時間   | 3・4カ月児           | 第1子…午後1:30～1:45<br>第2子以降…午後1:30～2:00 |

- 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。
- 免は生活保護世帯減免あり(※要証明提示)

## 港区認知症講演会

予約制

認知症を防ぐ生活習慣を学んでみませんか？

日時 9/18(金)午後1:30～3:30

場所 港文化小劇場

定員 200人(先着順)

内容 ①日頃の食事を改善するためのヒント  
②音楽を通して体感！健康寿命アップのヒント

申込 8/17(月)～右記

申し込みフォーム

または下記へ

問合 保健看護担当 ☎651-6539



## 食中毒予防の3原則を守りましょう



○菌を付けない

- ・手をしっかり洗う。
- ・生の魚や肉を切った後の包丁やまな板は、よく洗って消毒する。

○菌を増やさない

- ・冷蔵保存のものは、できるだけ早く冷蔵庫に入れる。
- ・調理後は早めに食べる。
- ・食品をテイクアウトする場合は、食べきれる量を購入する。

○菌をやっつける

- ・中心まで十分に加熱する。



問合 食品衛生・動物愛護等担当 ☎651-6486



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。