

認知症の人を介護する家族支援事業

対象：南区在住の認知症の人を介護する家族

申込開催日前日までに、窓口か電話で受付。

対象学区	明治、伝馬、豊田、道徳、呼続、大磯、桜、菊住、春日野	笠寺、星崎、笠東、大生、宝、宝南、白水、千鳥、柴田
家族教室	内容：認知症に関する知識・介護方法などの講話と交流会 12/11、1/8(木)午後1時30分～3時30分 場所：桜コミュニティセンター1階(桜台2-15-4)	12/17(水)午後1時30分～3時30分 場所：南区在宅サービスセンター(南区役所庁舎4階)
家族サロン	内容：介護の悩みや不安を話し合う交流会 12/25(木)午後1時30分～3時30分 場所：桜コミュニティセンター1階(桜台2-15-4)	
もの忘れ相談医による専門相談(予約制)	12/26(金)午後2時～3時30分 場所：北部いきいき支援センター(桜台1-1-25 桜ビル1階)	12/16(火)午後2時～3時30分 場所：南区在宅サービスセンター(南区役所庁舎4階)
問合	北部いきいき支援センター ☎811-9377 FAX811-9387	南部いきいき支援センター ☎819-5050 FAX819-1123



広報なごや 南区版12月号 南保健センターだより

会場指定のないものは南保健センターで行います。

〒457-0833
東又兵工町5-1-1
(公害対策課は
南区役所2階)
☎ 614-2811(代表)
FAX614-2818

- 南区休日急病診療所・
南部平日夜間急病センター ☎611-0990
- 救急医療情報センター ☎263-1133
- 南歯科保健医療センター ☎611-8044
- 救急安心センターなごや ☎#7119

金額の記載がないものは原則無料で行います。

子どもと親の教室・相談*電話予約制(原則)

事業名	日時	対象・内容
むし歯予防教室	12/11(木)午前9時～10時30分 12/15(月)午後1時～2時30分 <受付 各開始時間から終了30分前まで>	0歳～就学前の乳幼児 歯科健診・相談、フッ素塗布(720円) 持物：母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
はじめての歯みがき教室	12/17(水)午前10時～11時15分 <受付 午前9時45分～>	おおむね7カ月～1歳のお子さんと保護者 むし歯予防と歯みがきの進め方、むし歯菌量の検査
お口すくすく教室	12/18(木)午前10時～11時15分 <受付 午前9時45分～>	おおむね6カ月までの赤ちゃんと保護者 離乳食(1回食)の始め方・進め方、口腔機能の育て方
モグモグ離乳食教室	12/19(金)午前10時15分～11時30分 <受付 午前10時～10時15分>	2回食になっている7～8カ月頃のお子さんと保護者 持物：赤ちゃん用エプロン、スプーン
ニューファミリーセミナー	すくすくベビーコース 12/24(水)午後1時30分～3時30分 <受付 午後1時15分～1時30分>	妊娠を希望している方、妊娠中の方とパートナー 妊娠・授乳と薬、食べ物の衛生、妊娠中の歯、栄養の話 持物：母子健康手帳、筆記用具
	わくわく子育てコース 12/26(金)午後1時15分～3時30分 <受付 午後1時～1時15分>	妊娠中の方とパートナー 妊娠中の過ごし方、母乳の話、赤ちゃんのお風呂、妊婦体験など 持物：母子健康手帳、筆記用具
申込・問合保健予防課 ☎614-2812 ※いずれの事業も市公式ウェブサイト (右記二次元コード)から受付可能		
母乳相談	12/19(金)午後1時10分～3時30分	授乳について相談したい方に、助産師による個別相談にて授乳のアドバイスを行います
申込・問合保健予防課 ☎614-2813		
子どものアレルギーとぜんそく相談	1/9(金)午後1時30分～4時	15歳未満の方と保護者 専門医による湿疹や食物アレルギーなどの個別相談
申込・問合保健予防課 ☎614-2879		
子育て総合相談(予約不要)	月～金曜日(祝休日除く) <面接>午前9時～午後4時30分 <電話>午前8時45分～午後5時15分	子育てでお困りのこと、心配なことなどお気軽にご相談ください
問合子育て総合相談窓口 ☎619-7086		



一般の方向け*電話予約制(原則)



事業名	日時	対象・内容
HIV・梅毒・性器クラミジア感染症検査(予約不要)	1/5(月) 午前10時～11時	匿名可。結果は1週間後に再来院の上、通知。 性器クラミジア検査希望者は、1時間程度排尿を控えてご来院ください。年齢によっては実施できない場合があります
男の料理教室	1/20(火) 午前10時～正午 <受付 午前9時50分～>	南区在住の60歳以上の男性9人(抽選)。 管理栄養士による栄養講話および調理実習 持物：エプロン、三角巾(頭を覆うもの)、ハンカチ 申込 1/9(金)午後5時まで電話で受付。 1/13(火)に当選者へ連絡
申込・問合保健予防課 ☎614-2812		
元気で長生きセミナー	1/6(火) 午後1時30分～3時 <受付 午後1時15分～>	市内在住の65歳以上の方 歯科衛生士とレフワーカーによる歯とお口のフレイル予防(動きやすい服装でお越しください)。 申込 随時電話で受付。
産後ママのための健康教室	1/7(水) 午前9時30分～11時30分 <受付 午前9時15分～>	南区在住の産後1年未満の母親15人(赤ちゃんと参加可、先着順) ①健康講話(試食あり) ②健康体操(動きやすい服装でお越しください) 持物：おむつ、ミルク、ミルクを溶かすお湯など赤ちゃんに必要な物 申込 12/11(木)午前9時～26(金)まで電話で受付
こころの健康相談日(精神保健福祉相談日)	毎週木曜日(祝休日除く) 午後2時～3時30分	専門医による心の病に関する相談 第3木曜日はうつ病家族相談日です
申込・問合保健予防課 ☎614-2814		

ネット世代の若者の特徴と関わり方

～今どきの若者の考え方や行動を読み解こう～

若者の特徴や考え方の傾向、メンタルヘルスに課題を抱える若者への対応について理解を深める講演会です。

日時：1/29(木)午前10時～正午
場所：天白文化小劇場
(天白区原1-301
原ターミナルビル4階)

対象：市内在住・在勤・在学の方
定員：300人(先着順)
講師：臨床心理士
西川絹恵さん

申込 12/11(木)午前9時～
1/22(木)まで電話または
申込フォーム(下記二次元
コード)で受付。



問合保健予防課 ☎614-2814

いきいき百歳体操の動画を配信しています！

いきいき百歳体操は介護予防を目的とした高知市発祥の体操です。家にいることが増え運動量が減っていますか？動画(下記二次元コード)を見ながら体操してみましょう！



問合保健予防課 ☎614-2813

喫煙者個別健康相談

たばこをやめたいと思っている方に面接や電話で禁煙サポートを行います。

申込 隨時電話で受付
問合保健予防課 ☎614-2813