広報なごや名東区版
かわらばん
なでしこ

| | | | |
|---|---|---|---|
| 警察署 | TEL 778-0110 FAX 778-1160 | 消防署 | TEL 703-0119 FAX 703-0104 |
| 土木事務所 | TEL 703-1300 FAX 703-8452 | 環境事業所 | TEL 773-3214 FAX 773-3215 |
| 上下水道局東部営業センター | TEL 722-8750 FAX 722-8756 | 社会福祉協議会 | TEL 726-8664 FAX 726-8776 |

編集 名東区役所　〒465-8508 名東区上社二丁目50
TEL 773-1111(代) FAX 773-7864
URL www.city.nagoya.jp/meito/
区の花 ナデシコ
名東区役所 X(旧:Twitter)

# 健康・介護予防フェスタ2026

参加無料

## 健康状態と地域の社会資源を知ろう!

日時 11/27(金) 午前10:00～午後3:00

場所 区役所講堂

申込不要

内容
- 骨ウェーブ
- 栄養・歯科相談
- 歩行姿勢チェック
- 脳の健康度チェック
- 回想法コーナー
- お出かけ先・ボランティア紹介

ブースを回って景品をもらおう!



### ステージイベント

午前10:30～
- フラダンス　●ウクレレ
- 体操指導

午後1:30～
- 脳トレ運動
- 音楽レクリエーション






令和7年度の様子

問合 区北部いきいき支援センター ☎726-8777 FAX726-8775

# 第35回めいとう福祉まつり

開催日 12/5(土)

参加無料

スタンプラリー

区民みなさんのふれあいを目的とした“めいとう福祉まつり”を開催!ステージイベントや福祉体験スタンプラリーなど、大人から子どもまで楽しめる内容がいっぱい!!
皆さまのご来場をお待ちしています!

### 1 文化小劇場・上社レクリエーションルーム

時間 午前10:00～午後2:00

内容 ステージ / 福祉製品販売 / 各種体験・相談 / スタンプラリー
福祉体験、ものづくり、障害者スポーツ体験 など

### 2 区役所講堂

時間 午前10:30～午後1:30

内容 福祉バザー / 健康測定 / eスポーツ / 各種体験・展示 / スタンプラリー






令和7年度の様子

問合 めいとう福祉まつり実行委員会事務局(区社会福祉協議会内) ☎726-8664 FAX726-8776 meitovc@nagoya-shakyo.or.jp

# 第32回 名東の日・区民まつり 参加者募集!!



募集内容

### 1 区民まつり ブース出店者

区民まつり会場にブースを出店しよう♪

対　象 主に区内で活動する企業・団体
募集数 9者程度
※申し込み多数の場合は抽選
出店料 30,000円

### 2 名東の日事業 参加団体・事業者の募集

名東ウィークを盛り上げよう♪

イベントや協賛セール・メニュー、プレゼントの配布など、参加方法はさまざま!

対　象 区内の団体・事業者
特　典 参加団体・事業者名などは、名東の日・区民まつりのパンフレットやウェブサイトに掲載され、広くPRできます!

### 第32回 名東区民まつり

日時 令和9年5/8(土) 午前10:00～午後3:00
場所 牧野ケ池緑地 東側芝生広場

第31回の様子

### 第32回「名東の日」事業

名東ウィーク

名東の日 令和9年5/10(月)
名東ウィーク 令和9年5/7(金)～13(木)

共通事項
申込方法 11/20(金)までに申し込みフォームかファクス、窓口で
注意事項 いずれも区ウェブサイト内に記載している募集要項を必ず確認・了承の上、お申し込みください

募集要項や申し込みフォームはこちら

申込・問合 名東の日・区民まつり実行委員会事務局(区役所地域力推進課内) 名東区上社2-50 ☎778-3029(事務局代表) FAX778-3027

## 広げよう支援の輪

～あなたの思いやりと理解が犯罪被害者などの支えになります～

11/1(日)～12/1(火)は「犯罪被害者月間」です

愛知県警察では、各種犯罪被害相談窓口を設け、犯罪被害に遭われた方々からのさまざまな相談に対応しています。

| | |
|---|---|
| 犯罪被害者のためのこころの悩み電話相談(ハートフルライン) | TEL 954-8897 |
| 性犯罪被害の相談・支援窓口(ハートフルステーション・あいち) | TEL 0570-064-810 |
| 性犯罪被害相談(性犯罪被害相談電話) | TEL #8103(全国共通ダイヤル) |

問合 愛知県警察本部 ☎951-1611
警察署 ☎778-0110 FAX778-1160

## 地震に備えて

地震はいつ起こるかわかりません。いざという時に落ち着いて行動できるよう、日頃から備えを進めておきましょう。

- □家具の転倒防止
- □食料、飲料水を最低3日分家族の人数分準備
- □懐中電灯、携帯ラジオ、モバイルバッテリーなどの準備
- □薬、衛生用品、簡易トイレ、防寒具の点検
- □家族で避難場所や連絡方法を確認
- □地域の防災訓練への参加

これらの準備により、
自身の命、大切な家族の命を守りましょう。

問合 消防署 ☎703-0119 FAX703-0104

## 名東区男女平等参画の集い ～名東ジェンダー映画会～

映画『TOKYOタクシー』(主演:倍賞千恵子・木村拓哉)を題材に、男女平等参画について学びます。

日時 12/19(土)午後1:30～4:00(午後1:00～開場)
場所 文化小劇場　人数 先着280人
申込 11/11(水)～11/30(月)(必着)に申し込みフォームか、①住所②氏名(ふりがな)③電話番号④人数を記入して郵送・ファクスで下記へ

申し込みフォーム

申込・問合 区役所地域力推進課
〒465-8508(住所記載不要) ☎778-3029 FAX778-3027

### ★ナイトヨガ☆リラックスタイム
11/28(土)午後7:00～8:15
中学生以上の方、先着50人 ¥300円

### スポーツ実践講座「運動で楽しく健康づくり」(全2回)
12/2(水)・9(水)午後1:00～2:30
一般、先着20人 ¥1,000円
申 電話か窓口で

### ★みんなのスポーツ
12/4(金)午前9:30～11:30
一般、先着70人 ¥300円

### ファミリー自然ウォーク＆ボランティアパトロール
12/5(土)午前9:30～午後0:30 市 いたかの森
家族・友達(小学3年生以下は保護者同伴)、先着20人
申 電話か窓口で

▼以下の申し込みは電子申請サービスか往復はがきで。申し込み方法について詳しくはウェブサイトで
▼申し込み多数の場合は抽選
ウェブサイト

### クロール完全マスター!(全10回)
令和9年1/7(木)～3/18(木)午後1:15～2:45
一般、15人 ¥6,600円
申 12/16(水)(必着)までに

### エクササイズダンスⅢ(各全10回)
令和9年1/8(金)～3/19(金)
午前9:00～10:20・午前10:30～11:50
一般、各75人 ¥3,300円
申 12/16(水)(必着)までに

### テニス(全10回)
令和9年1/8(金)～3/19(金)午後6:45～8:45
一般、45人 ¥8,400円
申 12/16(水)(必着)までに

### サタデースイム＆ウォーク(全7回)
令和9年1/9(土)～2/20(土)午前9:00～10:00
一般、15人 ¥4,620円
申 12/17(木)(必着)までに

### 水中エクササイズ＆ウォーキング(全10回)
令和9年1/13(水)～3/17(水)午後1:30～3:00
一般、20人 ¥6,400円
申 12/21(月)(必着)までに

## 福祉会館
地図J
☎080-4291-8613 FAX704-8144 亀の井二丁目201(1階)

▼対象は市内在住の60歳以上の方

### サロン名東
認知症予防リーダーが週替わりテーマで開催
11/19(木)・24(火)・26(木)・12/1(火)・8(火)・15(火)・17(木)
午後1:15～2:45
先着各12人
申 開催日の1週間前(午前9:00)～電話か窓口で

### 医師による無料健康相談
11/19(木)午後1:30～2:30
先着4人 申 11/18(水)までに電話か窓口で

### げつカラ～東館でカラオケ♪～
12/7(月)・14(月)
午前10:00～・午前11:00～・午後1:00～・午後2:00～
先着各6人
申 開催日の1週間前(午前9:00)～電話か窓口で

### 棒ストレッチ
12/7(月)午後1:30～2:20・午後2:30～3:20
先着各20人 申 11/11(水)午前9:00～窓口で

### フルートコンサート
12/9(水)午後1:30～2:30
先着80人 申 11/11(水)午前9:00～窓口で

### めいとうハーモニー
12/17(木)午前10:15～11:45
先着65人 申 11/17(火)午前9:00～窓口で

### いちにち名東シアター
12/23(水)午前10:15～・午後1:20～
先着各80人 申 11/24(火)午前9:00～窓口で

### 笑って!動いて!明日も元気!! ―楽しく認知症予防―
健康運動指導士や落語家と一緒に、楽しく認知症を予防しましょう!
12/23(水)午後1:30～3:45
市 区役所 先着150人
申 11/24(火)～12/22(火)に電話か窓口、ファクス(①氏名②電話番号③居住区を明記)で下記へ
**【申込・問合】**
**区役所福祉課 ☎778-3009 FAX774-2781**
**福祉会館 ☎080-4291-8613 FAX704-8144**

## なごホーム(児童館)
地図J
☎704-8314 FAX704-8314 亀の井二丁目201(2階)

▼★は小学生未満の子どもに保護者同伴が必要
▼電話申し込みは受け付け開始30分後から可

### 移動児童館 in 上社
11/11(水)・12/9(水)午前10:00～11:30
市 区社会福祉協議会 乳幼児と保護者

### ★歌育＊リトミック
11/17(火)午前10:30～11:15
1歳以上の幼児、当日先着15人

### ブレイキンやってみよう!
11/21(土)午後2:30～3:15
小学生、当日先着30人

### ★こどもシェフのランチ会 お客さん募集
こどもシェフ考案のおいしいランチをどうぞ
11/29(日)正午～午後1:30
幼児～高校生、先着25人
申 11/15(日)午前10:00～電話か窓口で

### ★ちびっこクリスマス会
12/11(金)午前10:30～11:30
幼児、先着50人
申 11/27(金)午前10:00～電話か窓口で

### ★児童館クリスマス会
12/12(土)午後2:00～4:00
年少～高校生、先着60人
申 11/28(土)午前10:00～電話か窓口で

### ★おもちゃ病院
12/13(日)午前10:00～正午
幼児～高校生、当日先着15人
※部品代は一部有料、ICゲーム機器は不可

### ママストレッチ＆ベビーマッサージ
12/17(木)午前10:30～11:30
3～9カ月の乳児と保護者、先着16組
申 12/3(木)午前10:00～電話か窓口で

### ★お箏をひいてみよう!
12/20(日)午後3:00～4:35 ※1人15分
年長～高校生、先着10人
申 12/6(日)午前10:00～電話か窓口で

### ☆自由参加クラブ☆

### ★メェーちゃんひろば
11/12(木)・26(木)・12/10(木)
午前10:15～11:00

### ★お話の部屋(ハートの会)
11/19(木)午前10:30～11:00

### ★屋内遊園
11/27(金)午前8:45～正午

### ★お話の部屋(ポケットの会)
11/27(金)午前10:30～11:00

### ★幼児の時間
12/2(水)午前10:30～11:15

### ★ぴょんぴょこぴょん
12/5(土)午前10:30～11:15

## 名東図書館
地図K
☎773-8200 FAX773-8239 文教台二丁目205

▼★は小学生未満の子どもに保護者同伴が必要

### ★小さい子向けおはなし会
11/12(木)・18(水)・26(木)
午前10:40～11:00・午前11:20～11:40
乳幼児、当日先着各15人

### ★おはなし会
11/12(木)・19(木)・26(木)午後4:00～4:30
11/14(土)午前11:00～11:30
3歳以上の子ども、当日先着各30人

### ★英語でおはなし会
11/18(水)午後3:30～4:00
当日先着30人

### わんにゃんリースづくり〈市動物愛護センター連携事業〉
11/21(土)午前10:30～正午

### BOOK PARTY(第36回)テーマ:「林檎(リンゴ)」
11/25(水)午後2:00～3:30
先着10人
申 11/14(土)午前9:30～
ウェブサイトか電話・窓口で
ウェブサイト

### マイクラの世界でSDGs探検隊
11/27(金)
①午後1:00～1:50②午後2:00～2:50
小学生(保護者の同伴可)、先着各7人
申 11/13(金)午前9:30～
ウェブサイトか電話・窓口で
①ウェブサイト



②ウェブサイト

### ★かみしばいのおはなし会
11/28(土)午前10:30～11:00
3歳以上の子ども、当日先着30人

### ★耳でたのしむおはなし会
11/28(土)午後2:00～2:30
5歳以上の方、当日先着30人

### 罪と罰が迎えた変革の時代<名城大学萩野教授>
11/29(日)午前10:30～正午
先着30人
申 11/13(金)午前9:30～
ウェブサイトか電話・窓口で
ウェブサイト

### ★名東かみしばいまつり
12/6(日)午後1:30～3:00
3歳以上の子ども、当日先着30人

## 自動車図書館
地図ア～ス
☎821-3364 FAX821-3364

どなたでも無料で1人12冊まで借りられます

| 11月 | 時間 | 場所 | 地図 |
|---|---|---|---|
| 13(金) | 午前10:00～11:00 | 牧の原第一公園 | シ |
| 17(火) | 午後2:30～4:00 | 藤見が丘公園 | コ |
| 26(木) | 午後2:30～4:00 | 豊が丘公園 | ケ |
| 27(金) | 午後2:30～3:30 | メイトウ・ワークス | ス |
| **12月** | **時間** | **場所** | **地図** |
| 1(火) | 午前10:00～11:00 | 北川原公園 | エ |
| 2(水) | 午前10:00～11:00 | 観音寺 | ウ |
| 4(金) | 午前10:00～11:00 | 市営梅森荘管理事務所横駐車場 | イ |
| 5(土) | 午後3:00～4:00 | 前山南公園 | サ |
| 8(火)★ | 午後2:30～4:00 | 藤見が丘公園 | コ |
| 10(木) | 午後2:30～4:00 | 深田池公園 | ク |

★は予約本の貸し出しはありません

## 各種無料相談のご案内

### 弁護士による法律相談 地図A
(予約制・1週間前から予約受付)
11/27(金)・12/11(金)
午後1:00～4:00
問合 名古屋市ウェブサイト▶
名古屋おしえてダイヤル ☎953-7584

### 行政書士による相談会 地図A
(予約優先)相続・遺言・許認可など
11/24(火)
午前9:00～正午
問合 愛知県行政書士会中央支部 ☎990-3392

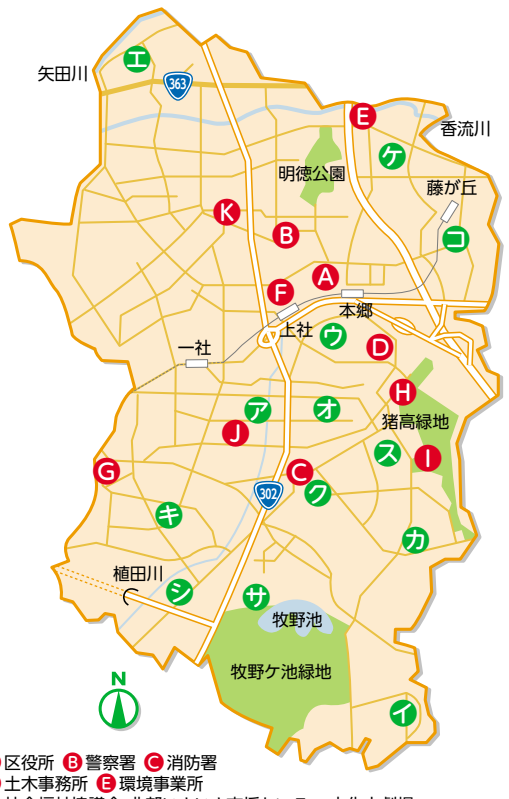
### 内職相談(予約不要) 地図A
11/24(火)・12/8(火)
午前10:00～正午
午後1:00～3:00
区役所民生子ども課内相談室
問合 あいち労働総合支援フロア ☎562-5016

### 認知症高齢者に関する相談など
地図 北部F 南部G
もの忘れ相談医による専門相談
(北部)12/4(金)
(南部)12/8(火)
家族サロン(北部)11/18(水)
(南部)11/20(金)
問合 北部いきいき支援センター ☎726-8777
南部いきいき支援センター ☎720-6121

# なでしこ旬情報

●11月11日(水)以降の情報を掲載しています。
●¥の記載がないものは無料です。
●🏢の記載がないものは掲載施設で行います。
●休館日などは各施設に直接お問い合わせください。

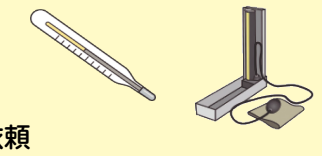
**電子申請サービスのご案内**
区役所に行かなくてもオンラインで申請可能！
詳しくはこちら⇒




Ⓐ区役所 Ⓑ警察署 Ⓒ消防署
Ⓓ土木事務所 Ⓔ環境事業所
Ⓕ社会福祉協議会・北部いきいき支援センター・文化小劇場
Ⓖ南部いきいき支援センター Ⓗ生涯学習センター Ⓘスポーツセンター
Ⓙ福祉会館・児童館 Ⓚ名東図書館 ア～ス自動車図書館巡回場所

## 11月は分別マナーアップ推進月間です！

**●水銀使用製品(水銀血圧計・水銀体温計など)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。
**家庭から排出する場合は環境事業所へ持ち込み**
※家庭から排出する場合で環境事業所への持ち込みができない方は、個別に収集に伺うなどしますので、環境事業所にご相談ください
**事業所などから排出する場合は産業廃棄物として許可業者に処理を依頼**



**●「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**
混入すると収集車や処理施設の火災につながります。

**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(区役所、協力店舗など)
25cm以下 40cm以下 15cm以下
袋に入れずに回収ボックスへ
設置場所はこちらから

**●プラスチック資源、紙製容器包装・雑がみの分別にご協力ください**
きちんと分別された資源は、リサイクルされ、様々なものに生まれ変わります。


プラスチック資源


紙製容器包装・雑がみ

**●資源・ごみ分別アプリ「さんあ～る」をご利用ください**
分別方法を簡単に検索でき、収集日をアラームでお知らせします。
さんあ～る
【問合】環境事業所 ☎773-3214 FAX773-3215

## 区役所
地図Ⓐ
☎773-1111 FAX773-7864　上社二丁目50

**第18回すくすくメイト「子育てふれあい広場」**
11/13(金)午前9:30～11:30
スポーツセンター
3歳までの未就園児と保護者
詳しくはこちら
【問合】民生子ども課 ☎778-3044 FAX774-2781

**自然散策会＜明徳公園＞**
赤い実、落ち葉、秋のいろどり
11/28(土)午前10:00～正午(午前9:30～受付)
明徳公園(こどもキャンプ広場に集合)
¥100円
【問合】名東自然散策会 ☎・FAX704-1196

**第52回　趣味の作品展**
区なごやかクラブ会員による作品展
12/1(火)～3(木)午前9:30～午後4:00
※12/3(木)は午後3:00まで
【問合】区なごやかクラブ連合会事務局(福祉課内)
☎778-3099 FAX774-2781

**令和9年　成人の日記念行事のお知らせ**
12月上旬に式典の案内状を発送します。次に該当する場合は、区ウェブサイトから申請してください。
①住民票を区外へ異動された方で、区内の会場へ参加を希望される方
②他学区の会場へ参加を希望される方
③区内会場での式典を欠席される方
区ウェブサイト
※案内状が12/12(土)までに届かない場合は、下記へご連絡ください
令和9年1/10(日)午前10:00～
(梅森坂・前山・牧の原学区は午前10:30～)
区内各会場
※詳細は区ウェブサイトでご確認ください
平成18年4/2～平成19年4/1に生まれた方
【問合】地域力推進課 ☎778-3025 FAX778-3027

## 発災時の連絡方法を決めておきましょう
いざというとき、家族と連絡がとれますか？
子どもが学校に行っている、両親が仕事に行っている、高齢の親と離れて暮らしている、そんな状況で大きな災害が起きたら…
＜例＞
NTT災害用伝言ダイヤル171で伝言を残せます。
【問合】区役所総務課 ☎778-3013 FAX778-3016

## 土木事務所
地図Ⓓ
☎703-1300 FAX703-8452　上社五丁目1101

**落ち葉清掃にご協力を!!**
街路樹や公園の木々は、紅葉の盛りを過ぎると、冬を越すために葉を落とし、来年の成長に備えます。周辺の皆さんにはお世話をおかけしますが、落ち葉の清掃にご理解とご協力をお願いします。

## 上下水道局東部営業センター
☎722-8750 FAX722-8756　千種区振甫町３丁目34-2

**水道メータの取り換え作業にご協力をお願いします**
上下水道局では計量法に基づき、有効期限の8年が経過する前に水道メータの取り換えを行っています。
○作業前にお声がけしますが、ご不在の場合でも作業を実施します
詳しくはこちら
○作業は敷地内で行います
○作業中は水道が止まる可能性があります
○作業終了後、散水栓などで放水する場合があります
○取り換え後、蛇口から空気の混ざった水が出た時は、空気が出なくなるまで水を流してください

## 北部いきいき支援センター
地図Ⓕ
☎726-8777 FAX726-8775　上社一丁目802(2階)

**いきいき支援センターの福祉相談**
気になる福祉・介護・薬についての相談会
12/1(火)午前10:00～正午
イオン名古屋東店

## 東部介護者教室 楽らく介護のすすめ
各回のテーマはウェブサイトをご覧ください。
12/11(金)・18(金)・25(金)・令和9年1/8(金)
午後1:30～3:00　※1日だけの参加も可
守山生涯学習センター　先着各30人
11/13(金)午前10:00～ウェブサイトか電話・ファクス・窓口で
【申込・問合】なごや福祉用具プラザ
昭和区御器所通3-12-1
御器所ステーションビル3階
☎851-0051 FAX851-0056
ウェブサイト

## 南部いきいき支援センター
地図Ⓖ
☎720-6121 FAX720-5400　にじが丘２丁目7

**まちのふくし相談室**
体験を通じ、終活について考えてみませんか。
11/17(火)午前10:00～正午
イオンメイトピア店

**認知症本人ミーティング(梅森坂)**
11/25(水)午後2:00～3:00
梅森坂コミュニティセンター
電話か窓口で

**妻を支える夫の会**
12/2(水)午後1:30～3:00
イオンメイトピア店
認知症の妻を介護する夫
電話か窓口で

**認知症サポーター養成講座**
認知症について学び、認知症の人とともに住みやすい地域を作りましょう。受講修了者にはオレンジリングを配布します。
11/27(金)午後1:30～3:00
木村病院　区内在住・在勤の方
電話か窓口で
講座紹介動画

## スポーツセンター
地図Ⓘ
☎705-4948 FAX705-4952　猪高町大字高針字勢子坊307-12

▼の一般とは中学生を除く15歳以上の方
▼★は開催時間の20分前から窓口で申し込み受け付け(当日先着順)

**★初中級エアロビクスレッスンタイム**
11/11(水)・25(水)・12/2(水)午後6:50～7:45
中学生以上の方、先着各50人　¥300円

**★水曜ナイトヨガ**
11/11(水)・25(水)・12/2(水)午後7:55～8:50
中学生以上の方、先着各50人　¥300円

**親子水泳＆水泳　ワンポイントアドバイス**
11/12(木)・19(木)・26(木)・12/3(木)・10(木)
①午前10:30～11:00②午前11:05～正午
①親子②一般、当日先着各20人
¥プール利用料

**★♪気軽に楽しく水中エアロ♪脂肪燃焼タイム!**
11/13(金)・20(金)・27(金)・12/4(金)
午後7:00～8:00
中学生以上の方、先着各20人　¥660円

# 名東保健センターだより

●名東保健センター……☎778-3104(代) FAX773-6212
●子育て総合相談窓口(こども家庭センター)……☎769-6288
●救急医療情報センター……☎263-1133
●名東区休日急病診療所(内科・小児科)……☎774-6631
●北歯科保健医療センター……☎915-8844
●救急安心センターなごや…短縮ダイヤル「#7119」☎951-7119

内容(開催日・申込期限など)が11月11日(水)以降のものを掲載しています。
申の記載がないものは保健センターで行います。
今月以降の予定を市ウェブサイトからご覧いただけます
名東保健センターからのお知らせ

## 子どもと親

### ▽乳幼児の健康診査

| 区分 | 実施日 | 対象生年月日 |
|---|---|---|
| 3(4)か月児 | 11/17(火) | 令和8年7/18～8/1 |
| | 12/8(火) | 令和8年8/2～16 |
| | 受付　午後1:00～1:15 | |
| 1歳6か月児 | 11/20(金) | 令和7年5/4～11 |
| | 12/4(金) | 令和7年5/12～6/2 |
| | 受付　午後1:00～2:00 | |
| 3歳児 ※検尿も実施 | 11/12(木) | 令和5年10/26～11/9 |
| | 12/3(木) | 令和5年11/10～26 |
| | 12/10(木) | 令和5年11/27～12/8 |
| | 受付　午後1:00～2:00 | |

持母子健康手帳
※対象者には個別通知します。実施日の10日前までに通知が届かない方は、ご連絡ください
【問合】保健予防課 ☎778-3112

### 子育て総合相談窓口

妊娠中のことや子育てについて気になることがあれば、お気軽にご相談ください。
【相談専用】☎769-6288

### ▽教室・相談など(予約制)

| 事業名 | 日時 | 内容・対象など | 申込・問合 |
|---|---|---|---|
| 親子のむし歯予防教室 | 11/11(水)・25(水)・12/2(水)<br>午後1:00～2:00 | 歯科健診、相談、フッ化物塗布(500円)<br>※生活保護世帯のみ減免制度あり<br>就学前の乳幼児と保護者<br>持母子健康手帳、歯ブラシ、タオル<br>申申し込みフォームで 申し込みフォーム | 保健予防課 ☎778-3113 |
| お口育て教室 | 12/14(月)<br>午前10:00～11:00<br>受付<br>午前9:45～ | よく噛めるお口の育て方・ケアのお話、実習<br>令和8年6～8月生まれの子どもと保護者、先着15組<br>持母子健康手帳、バスタオル<br>申11/11(水)～申し込みフォームで 申し込みフォーム | |
| すくすく離乳食教室 | 12/17(木)<br>午前10:00～11:00<br>受付<br>午前9:45～ | 離乳食とお口の育ち・歯みがきの話、個別相談、試食<br>令和8年2～4月生まれの子どもと保護者、先着10組<br>持母子健康手帳、離乳食用スプーン<br>申11/11(水)～申し込みフォームで 申し込みフォーム | |
| はじめての歯みがき教室 | 12/21(月)<br>午前10:00～11:00<br>受付<br>午前9:45～ | 歯のお手入れの話、実習<br>令和7年12月～令和8年2月生まれの子どもと保護者、先着10組<br>申11/11(水)～申し込みフォームで 申し込みフォーム | |
| 幼児食教室 | 令和9年1/20(水)<br>午前10:30～正午<br>受付<br>午前10:15～ | 幼児期の食事のお話、調理実演、試食、個別相談<br>おおむね1歳6カ月～3歳の子どもの食事に関してお困りの方、先着6組程度<br>持母子健康手帳、食事用エプロン<br>申11/20(金)～申し込みフォームで 申し込みフォーム | |
| 子どものアレルギーとぜん息相談 | 12/15(火)<br>午前9:00～10:00<br>受付<br>午前9:00～9:30 | アレルギー専門医・管理栄養士・保健師による個別相談<br>ぜん息やアトピー性皮膚炎などでお悩みの15歳未満の子どもと保護者、先着4組<br>申電話で | 保健予防課 ☎778-3114 |
| 母乳相談 | 11/18(水)<br>午後1:30～3:00 | 母乳不足などでお困りの方<br>申電話で | 保健予防課 ☎778-3115 |

## 一般の方

### 11・12月はネズミ防除運動期間

ネズミは何でもかじって衣食住に被害を与えます。また、病原菌や寄生虫を媒介して人に病気を広げる恐れがあります。ネズミの習性をよく知って効果的な防除をしましょう。
○食品類はふたつき容器で保管し、生ごみはふたつき容器へ入れる
○排水口・通気口などは金網などで入り込めない構造とし、すき間・壁の穴はふさぐ
○巣の材料となる紙や布類などを整理し、押し入れや床下・下水周辺・物置などを定期的に清掃する
【問合】千種保健センター環境薬務課
☎753-1973 FAX751-3545

### 食中毒を防ぐため、しっかり手洗いをしましょう

○細菌やウイルスの付着した手で食品に触れると、食品が汚染され、食中毒の原因となります。調理前やトイレの利用後、オムツ交換後、吐物の処理後は、特に念入りに手を洗いましょう
○生の肉・魚を触った後は、手や包丁、まな板に細菌などが残るため、十分な手洗い・器具の洗浄・消毒をしましょう
○手洗い後、消毒用アルコールを使う際は、ペーパータオルなどでしっかり水分をふき取ってから使用しましょう
○症状がなくてもノロウイルスなどに感染している場合があります。日頃から手洗いをしっかり行い、食品の汚染や他の人への感染を防ぎましょう




【問合】健康安全課 ☎778-3107

### ▽検査・相談など(予約制)

| 事業名 | 日時 | 内容・対象など | 申込・問合 |
|---|---|---|---|
| うつ病家族相談 | 第1木曜日<br>午後2:00～3:30 | うつ病、またはうつ病の疑いのある方の家族<br>申電話で | 保健予防課 ☎778-3112 |
| こころの健康相談 | 第1を除く木曜日<br>午後2:00～3:30 | 心の健康に関することでお困りの方<br>申電話で | |
| まるっと!健幸アップセミナー(バランスボール編) | 12/11(金)<br>午後1:30～3:00<br>受付<br>午後1:10～ | バランスボールを使用した運動<br>区役所訓練室<br>区内在住の60歳以上の方、先着8人<br>申11/11(水)午前9:00～申し込みフォームか電話で 申し込みフォーム | |
| まるっと!健幸アップセミナー(歯科・栄養講話編) | 12/15(火)<br>午後1:30～3:00<br>受付<br>午後1:15～ | お口の健康・栄養講話<br>区内在住の60歳以上の方、先着15人<br>申11/11(水)午前9:00～申し込みフォームか電話で 申し込みフォーム | |
| 乳がん検診 | 令和9年1/15(金)<br>午前<br>(時間は予約した方に個別通知) | 40歳以上の女性市民(令和8年度40歳になる方を含む)、先着40人<br>¥500円　※費用免除制度あり。詳細はウェブサイトで<br>申11/13(金)～12/25(金)にウェブサイトか電話で<br>集団健診予約受付センター☎211-8655 ウェブサイト | |

### ▽検査・相談など(予約不要)

| 事業名 | 日時 | 内容・対象など | 問合 |
|---|---|---|---|
| HIV抗体検査 | 11/20(金)<br>受付<br>午前9:30～10:30 | すべて匿名可。無料<br>11/27(金)の同時間内に検査結果を通知<br>※性器クラミジア検査は尿検査で行うため、検査前の1時間は排尿しないでください | 保健予防課 ☎778-3114 |
| 梅毒検査 | | | |
| 性器クラミジア検査 | | | |

### 神経難病患者と家族のつどい【予約制】

障害者スポーツセンター施設見学、レクリエーション体験
12/7(月)午後1:40～3:30(午後1:10～1:30受付)
障害者スポーツセンター
神経難病患者(パーキンソン病など)、家族
申電話で
【申込・問合】保健予防課 ☎778-3115

### フレポ見守りアプリ講座

「名古屋市フレイル予防ポイント&見守りアプリ」の操作方法などを、講師が詳しく説明します。
12/14(月)午後1:30～3:30　区役所第8会議室
区内在住の60歳以上の方、先着16人
申11/11(水)午前9:00～申し込みフォームか電話で 申し込みフォーム
【申込・問合】保健予防課 ☎778-3112

お願い　区役所・保健センターへご来庁の際には、公共交通機関をご利用ください。駐車場が狭いためご協力をお願いします。