

保健センターだより

松原町1-23-1 中村区役所等複合庁舎2・3階
TEL：433-3005 FAX：483-1131
場所の記載のないものは保健センターで行います。
お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

中村区休日急病診療所 TEL：471-8311
救急医療情報センター TEL：263-1133
名古屋北歯科保健医療センター TEL：915-8844

申込・
問合せ先

保健
感染

保健感染症係
TEL 433-3092

感染症
対策

感染症対策等担当
TEL 433-3093

保健
看護

保健看護担当
TEL 433-3094

子育て
相談

子育て総合相談窓口
TEL 483-6811

※ **予約** は予約制

＊ 乳幼児健康診査

保健
感染

健診名	健診日	対象児の生年月日	受付時間 など
3(4) カ月児	8/22(火)	令和5.4.13～4.26生	第一子 午前8:50 ～9:10 第二子以降は 午前8:50 ～9:20
1歳6 カ月児	8/30(水)	令和4.1.17～1.30生	午後1:00 ～2:00
3歳児	8/24(木)	令和2.8.4～8.14生	持物： 歯ブラシ タオル
	9/7(木)	令和2.8.15～9.3生	

☆母子健康手帳をお持ちください。通知の届かない方、転入された方はお問い合わせください
☆1歳6カ月児健診・3歳児健診時に希望者にフッ化物塗布を実施します(費用720円。生活保護世帯減免あり。生活保護受給証明書をお持ちください)

＊ 乳幼児の予防接種

感染症
対策

☆各種予防接種は市内の指定医療機関で実施しています。接種の際は医師に相談してください



＊スマイリーママ ☆2日間コース

予約

保健
看護

日 程	内 容
1日目 9/11(月)	親子体操・子どもと一緒に楽しみながらリフレッシュ!
2日目 9/21(木)	親子遊び、交流会

時間 午前10:00～11:30 受付 午前9:50～10:00
対象 おおむね首がすわった頃～8カ月の乳児とその保護者、12組
申込 8月28日(月)午前9:00から先着順

＊健康元気クラブ ☆4日間コース

予約

感染症
対策

日 程	内 容
1日目 9/19(火)	医師の話(認知症・うつ予防)
2日目 9/26(火)	レクリエーション、栄養の話
3日目 10/3(火)	歯科の話、栄養の話
4日目 10/24(火)	運動指導、栄養の話

時間 午後1:45～3:20 受付 午後1:30～1:45
対象 区内在住の65歳以上の方で過去に受講していない方
申込 8月15日(火)午前9:00から電話で先着順

＊乳がん検診

予約

感染症
対策

内容 問診・マンモグラフィー(乳房X線撮影)
日程 10月6日(金)午後
☆予約時間の10分前までにはお越しください
対象 本年度40歳以上になる市内在住の女性
☆令和4年度に検診を受けていない方
☆ペースメーカー使用の方、妊娠中・妊娠の可能性のある方、授乳中・断乳して半年以内の方、豊胸手術の経験のある方はマンモグラフィーを受けられません

費用 500円 ☆費用減免制度あり
申込 9月15日(金)までに、
電話(集団検診予約受付センター:0570-041-758)
または名古屋市健診総合サイトで予約受け付け。先着順

【名古屋市健診総合サイト】



＊ えいよー！バランス教室

予約

感染症
対策

内容 元気を保つ食生活のポイント、簡単!美味しい!料理のコツ(講話と調理実演、試食)
日時 9月1日(金)午前10:00～11:30
受付 午前9:45～10:00
対象 区内在住の65歳以上の方
申込 8月17日(木)午前9:00から電話で先着順

＊ ロコモ予防教室☆2日間コース ～ロコモを知り、予防・対策に努めましょう～

予約

感染症
対策

内容 運動指導、予防のための講話など
日時 【1日目】9月14日(木) 午後1:30～3:35
【2日目】9月15日(金) 午後1:30～3:35
受付 午後1:15～1:30
対象 区内在住の20歳以上で運動に支障のない方、12人 ☆妊娠中・治療中の方を除く
申込 9月13日(水)まで電話で先着順

親と子の教室・相談	開催日時	内容・対象など
離乳食教室 予約 保健感染	8月18日(金) 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容 離乳食中期(2回食)の話、赤ちゃんの歯の話 対象 ☆希望者に離乳食の試食あり(乳児のみ)令和4年12月～令和5年1月生まれの乳児とその保護者、16組 持物 母子健康手帳、筆記用具、乳児用スプーン、乳児用エプロン 申込 8月14日(月)午前9:00から先着順
子どもの歯の健康教室 予約 保健感染	8月23日(水) 午後1:15～2:15	内容 歯科検診、歯みがき指導、栄養相談 ☆希望者にフッ化物塗布(費用720円。生活保護世帯減免あり。生活保護受給証明書をお持ちください) 対象 就学前の乳幼児とその保護者 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 予約 保健感染	8月29日(火) 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容 むし歯予防や歯みがきの話、栄養の話、むし歯菌チェック 対象 令和4年9月～11月生まれの乳児とその保護者、16組 持物 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル、筆記用具 申込 8月21日(月)午前9:00から先着順
母乳相談 予約 保健看護	8月29日(火) 午後1:10から	内容 助産師による相談 申込 8月28日(月)まで予約受け付け
かるがも教室 ～イヤイヤ期応援教室～ 会場&オンラインハイブリッド開催 予約 保健看護	8月31日(木) 午前10:00～11:30 受付:午前9:45～10:00	内容 講話、親子遊び 対象 1歳10カ月～2歳3カ月の幼児とその保護者、12組 申込 オンライン(zoom)20組 8月11日(金・祝)から予約受け付け
モグモグ相談 予約 保健感染	8月31日(木) 午後1:00から	内容 赤ちゃんの食事に関してお困りの方への個別相談 持物 母子健康手帳 申込 8月29日(火)まで予約受け付け
子どものアレルギーとぜん息相談 予約 保健感染	8月31日(木) 午後2:00～3:00	内容 専門医による診察・相談と個別指導 対象 15歳未満の方(主に乳幼児)とその保護者、6組 申込 8月29日(火)まで予約受け付け
ニューファミリーセミナー ☆2日間コース (妊娠中のママ・パパ教室) 予約 保健感染	1日目:9月4日(月) 2日目:9月11日(月) 午後1:15～3:30 受付:午後1:00～1:15	内容 助産師による妊娠・出産の話、沐浴実演、妊娠期の食事の話、歯の話など 対象 妊娠中の方とその配偶者、14組 申込 8月28日(月)午前9:00から先着順
双子ちゃんの会 予約 子育て相談	9月5日(火) 午前10:00～11:30 受付:午前9:45～10:00	内容 双子(多胎児)を育てる楽しさ・大変さなどをおしゃべりします 【ウェブサイト】 対象 区内在住の3歳までの双子(多胎児)とその保護者、10組 ☆妊娠中の方とその家族も可 申込 ウェブサイトから予約受け付け

心と体の教室・相談	開催日時	内容・対象など
H I V 検査・梅毒検査 予約 感染症対策	毎週水曜日 午前9:00から(休日を除く)	無料。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。
うつ病家族相談日 予約 保健感染	8月17日(木) 午後3:00から	対象 うつ病の悩みを抱える人の家族
こころの健康相談 予約 保健感染	毎週木曜日(第3木曜日、休日を除く) 午後3:00から	内容 心の病に関する相談に専門医が応じます

くらしのお知らせ

場所の記載がないものは、各施設で行います。
 費用の記載がないものは、無料です。
 申し込みの記載がないものは当日自由参加です。
 お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

区からのお知らせ

「こどもの人権110番」強化週間

1人で悩まずに電話をしてください。相談内容の秘密は固く守られます。

相談専用電話(こどもの人権110番)
 フリーダイヤル 0120-007-110

8月23日(水)～8月29日(火)
 午前8:30～午後7:00

☆この期間は平日の受け付け時間を延長

☆土曜日・日曜日も午前10:00～午後5:00で受け付け

【問合せ】 名古屋法務局人権擁護部 TEL 952-8111

中村警察署からのお知らせ

交番の警察官は、皆さんの家庭を訪問する『巡回連絡』という活動を行っています。

巡回連絡でお伝えすること

- ・犯罪や事故の被害にあわないためのアドバイス
- ・身近な犯罪(空き巣・自転車盗難など)の予防方法や発生状況

【問合せ】 中村警察署 TEL 452-0110

紙ひこうきを作りながら人権について考えよう

【日時】 8月26日(土)午前10:00～11:30

【場所】 区役所5階講堂

【対象】 小学校1～3年生とその保護者、30組

【申込】 8月10日(木)から電話で先着順

【問合せ】 区役所総務課

TEL 433-2715 FAX 483-5137

Goふくし！ in the west！！

障害福祉の事業者紹介や授産製品の販売、クイズラリーやステージ企画などを行います。

【日時】 9月9日(土)午前10:00～午後2:30(予定)

【場所】 区役所5階講堂・1階交流拠点スペース

【主催】 西ブロック自立支援連絡協議会

【問合せ】 熱田区障害者基幹相談支援センター

TEL 678-5505 FAX 681-7052

熱中症に気をつけましょう

熱中症患者の約半数は65歳以上の高齢者です

- ・室内に居る時でもなることがあります
- ・子どもも体温調節がうまくできないので気を付けましょう

こまめに水分補給をしましょう

- ・喉が渇いたときは、すでに熱中症となっている可能性があります
- ・水分は喉が渇いていなくてもこまめに摂りましょう

【問合せ】 中村消防署 TEL 481-0119 FAX 483-0119



中村区民書道展・美術展 作品募集

皆さんの力作をお待ちしています！

【書道展】

【日時】 10月7日(土)
 午前10:00～午後4:00
 10月8日(日)
 午前10:00～午後3:30

【出品規定】 屏風・額装・条幅・小品・ペン字など書に関する未発表のもの

【締切】 9月25日(月)必着

【美術展】

【日時】 10月20日(金)21日(土)
 午前10:00～午後4:00
 10月22日(日)
 午前10:00～午後3:30

【出品規定】 日本画・洋画(ともに50号まで)、彫刻・工芸・版画・デザイン、写真(A4以上ワイド4ツ切以内)で未発表のもの

【締切】 10月6日(金)必着

【場所】 区役所5階講堂

【対象】 区内在住・在勤・在学の方(中学生以下の方は除く)

【申込】 区役所・生涯学習センター・図書館などで配布する出品申込書に記入して、窓口・郵送・ファクスで申し込み

☆申込書は区ウェブサイトからもダウンロード可

【問合せ】 区役所地域力推進室 TEL 433-2746 FAX 433-2086



区ウェブサイトはこちら ▲

名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業「チャレンジクラブ」参加者募集

曜日	会場(午前10:00～正午)	会場(午後1:30～3:30)
月	中村区在宅サービスセンター	牧野コミュニティセンター
火	亀島ふれあいセンター	日比津コミュニティセンター
水	六反コミュニティセンター	
木	日吉コミュニティセンター	稲西コミュニティセンター
金		岩塚コミュニティセンター

【期間】 10月～令和6年3月

【対象】 市内在住の65歳以上の方

【定員】 各会場20人程度

【費用】 無料(別途、月200円程度の材料費必要)

【申込】 9月1日(金)必着。はがき・窓口・電話で①住所②氏名(ふりがな)③生年月日(年齢)④電話番号⑤希望会場(1人1会場)を伝えて申し込み。定員超過の場合は抽選

☆初めての方優先。抽選結果は郵送

【問合せ】 中村区社会福祉協議会

〒453-0024 名楽町4-7-18

TEL 486-2131 FAX 483-3410



施設からのお知らせ

生涯学習センター

〒453-0044 鳥居通3-1-3
 ☎ 471-8121 ☎ 471-8122

行政書士による無料相談会

【日時】 8月15日(火)午後1:00～4:00

【問合せ】 愛知県行政書士会名古屋支部

相談受付ダイヤル

TEL 990-2580 FAX 562-0086

初心者・初級者のためのパソコン相談会

【日時】 8月16日(水)午後1:30～2:20

午後2:30～3:20

【対象】 パソコン初心者・初級者、各回7人

【申込】 各回とも当日午後1:15までに窓口で受け付け。定員超過の場合は抽選

「食」は世界共通～食事から始める国際理解～

「食」を通じて、ネパールやベトナムのことを知しましょう。

【日時】 8月24日(木)午前10:00～正午

【対象】 一般、50人

【申込】 当日午前9:00から先着で整理券を配布

おもちゃ図書館(8月は実施しません)

【日時】 9月9日(土)午前10:00～午後2:00

【対象】 乳幼児～小学生とその保護者

名楽福祉会館

〒453-0024 名楽町4-7-18

☎ 481-8588 ☎ 461-5667

各催しの申し込みには福祉会館利用証が必要
 「名楽祭」のみ福祉会館利用証不要

名楽福祉会館健康相談

【日時】 ①8月17日(木)午後2:00～3:00

②9月7日(木)午後2:00～3:00

【対象】 市内在住の60歳以上の方、5人

【申込】 ①8月14日(月)、②9月4日(月)までに窓口または電話で先着順

「名楽祭」～来て・見て・体験しよう～

体操・モルック・工作・健康相談などを行います。

【日時】 9月6日(水)午後1:00～4:00

【対象】 市内在住の60歳以上の方(自由参加)

認知症予防リーダー養成講座

【日程】 10月から11月の月曜日午前 ☆全9回

【対象】 市内在住の60歳以上の方、5人

【申込】 8月12日(土)～8月31日(木)に窓口または電話で先着順

令和5年度後期講座

講座名	曜日	時間
ゆったり体操	第1・3月	午前10:00～11:20
やさしい体操	第1・3木	午後2:00～3:20
ヨガ	第1・3金	午前10:00～11:30
健康体操	第2・4水	午後2:00～3:20

【対象】 市内在住の60歳以上の方、各講座15人

【申込】 8月31日(木)必着で、窓口またははがきで申し込み。①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を記入。定員超過の場合は抽選

☆9月13日(水)から当選者にのみ案内を送付

☆申し込みは1人1講座のみ

認知症予防教室

【日時】 10月から令和6年3月まで
 火曜日クラス 水曜日クラス
 木曜日クラス 各クラス午前9:30～11:30

【対象】 市内在住の65歳以上の方、1クラス12人

【費用】 無料(別途、材料費必要)

【申込】 8月12日(土)から8月31日(木)必着で、

はがきでのみ申し込み。①氏名(ふりがな)

②生年月日③性別④郵便番号⑤住所

⑥電話番号⑦希望の曜日(1つのみ)を記入。

定員超過の場合は抽選

☆他区との重複申し込みは不可

☆9月16日(土)から当選者にのみ案内を送付



中村区区民まつり 子ども武者行列参加者募集

【日時】 10月28日(土)午後0:20～3:00(予定) ☆パレード開始は午後1:40

【対象】 小学生～中学生、40人 ☆小学生は保護者同伴

☆グループでの申し込み可 ☆体の小さなお子さんは陣羽織での参加

【申込】 区役所などで配布する申込書に記入して、郵送・ファクス・メールで申し込み。8月31日(木)必着。定員超過の場合は抽選

☆申込書は区ウェブサイトからもダウンロード可

☆申込書が不達の場合の責任は負いません

【問合せ】 区民まつり実行委員会事務局(区役所企画経理室内)

TEL 433-2743 FAX 433-2085

☎ a4332759@nakamura.city.nagoya.lg.jp

☆郵送の宛先は「〒453-8501 中村区役所企画経理室」(住所不要)



区ウェブサイトはこちら ▲



【なごや環境大学講座】レイチェル・カーソンの思いをつないで

【日時】 8月12日(土)午後2:00～4:00

【場所】 名古屋国際センター

【対象】 一般、20人

【費用】 500円

【申込】 氏名、電話番号を記入してメールまたはファクスで申し込み

レイチェル・カーソン日本協会東海フォーラム

TEL 090-5112-8072 FAX 0594-84-7347 ☎ akirakato3@gmail.com

いきいき支援センター

北部 ☎ 486-2133 ☎ 486-2140
北部分室 ☎ 412-3030 ☎ 412-3110
南部 ☎ 483-6866 ☎ 483-6867

認知症の人を介護する家族支援事業
(要事前予約)

◆家族教室

日時 【北部】8月30日(水)午後1:30～3:30
【南部】8月8日(火)午後1:30～3:30

対象 認知症高齢者を介護している家族

◆医師(もの忘れ相談医)による専門相談

日時 【北部】8月24日(木)午後2:00～3:30
【南部】8月17日(木)午後2:00～3:30

対象 区内在住の認知症高齢者を介護している
家族、3組

◆家族サロン

日時 【北部】8月23日(水)午後1:30～3:30
【南部】8月18日(金)午前10:00～11:00、
午後1:00～2:00、午後2:30～3:30
☆時間が変更になる場合あり

対象 認知症高齢者を介護している家族・認知症
介護経験者

◆認知症サポーター養成講座

日時 【南部】8月22日(火)午後1:30～3:00

対象 認知症に関心のある方

図書館

〒453-0053 中村町字茶ノ木25
☎ 411-3651 ☎ 411-3645

ちいさなおはなし会

内 容	日 程	曜 日	時 間	定 員
乳幼児 (赤ちゃん)向け	8/17 8/24 8/31 9/7	木	午前11:00～11:15 午前11:30～11:45 ☆同じ内容を 1日2回実施	5組
幼児・小学校 低学年向け	8/12 8/26	土	午後2:00～2:15	3組
	8/17 9/7	木	午後4:00～4:15	

申込 当日先着順

ストーリーテリングで“おはなし”を

日時 8月19日(土)午後2:00～2:30
対象 5歳以上の方、6人(当日先着順)

工作教室 つくってあそぼう

日時 8月24日(木)午後3:45～4:15
対象 幼児～小学校低学年、12人(当日先着順)

折り紙でつくろう！かわいいハロウィン飾り

日時 10月1日(日)①午前10:00～11:30
②午後1:30～3:00
対象 ①一般②小学生 ☆低学年は保護者同伴
定員 各回10人 費用 100円
申込 9月2日(土)午前9:30から窓口または電話
で先着順

きみも子ども司書になろう！

日程 10月8日(日)、9日(月・祝)、15日(日)
☆日時の指定はできません
対象 小学生～中学生、20人
申込 8月11日(金・祝)～9月10日(日)に窓口で
申し込み。定員超過の場合は抽選

文化小劇場

〒453-0053 中村町字茶ノ木25
☎ 411-4565 ☎ 411-3253

九の市シネマ「異動辞令は音楽隊！」

日時 9月9日(土)
午前10:30から ☆午前10:00開場
午後2:00から ☆午後1:30開場
対象 一般、各回350人
申込 窓口で先着順
費用 500円 ☆障がい者とその同伴者は450円

自動車図書館

☎ 821-3364 ☎ 821-3364

場 所	日 程	時 間
塩池公園	8/23(水)	午後2:00～3:30
中村区休日 急病診療所	8/31(木)	午後2:00～3:00

名古屋国際センター

〒450-0001 那古野一丁目47-1
☎ 581-0100 ☎ 571-4673

絵本のひろば

食べ物に関する絵本の読み聞かせを
行います。 詳しくは ▶

日程 8月27日(日)
対象 一般、20人(当日先着順)



児童館

〒453-0809 上米野町3-7 ☎ 451-5162 ☎ 451-5163

自由参加クラブ「ひろば」

ひろば	日 程	曜 日	時 間	対 象(対象年齢は参加日時点)	申 込
リズム	9/15	金	午前10:30 ～11:10	首のすわった子～歩く前の乳児 とその保護者、10組	9/8(金)午前10:30から電話で先着順
			午前11:20 ～正午	1人で歩ける子～2歳0カ月まで の乳幼児とその保護者、10組	

つくっちゃお！夏休み企画

段ボールブロックでパズルを作ります。

日時 8月17日(木)午後1:30～3:30
対象 小学生、10人
申込 8月10日(木)午前10:30から電話で先着順

おりがみ教室

日時 8月23日(水)午後1:30～2:30
対象 小学生、10人
申込 8月16日(水)午前10:30から電話で先着順

こどもまつり

日時 9月3日(日)午前10:30～11:30、
午後1:00～2:00、午後2:00～3:00
対象 乳幼児～高校生、各回30人
☆乳幼児は保護者同伴
申込 8月15日(火)午前10:30から電話で先着順

スポーツセンター

〒453-0053 中村町字待屋43-1 ☎ 413-8021 ☎ 413-8023

定期スポーツ教室のご案内

教 室 名	対 象	曜 日	期 間	時 間	回数	定 員	費 用
水泳(幼児)A※	4～6歳の幼児 (年少～年長)	木	9/7～11/9	午後4:00～5:00	10	20人	7,000円
水泳(小学生)A※	小学1年生～3年生	木	9/7～11/9	午後5:10～6:10	10	30人	7,000円
親子ジャブジャブ水遊び	1～3歳の幼児と その保護者(2人1組)	金	9/8～10/27	午前11:00～正午	8	15組	6,240円
健康体操A※	一般	金	9/8～12/1	午前9:05～10:25	10	60人	3,300円
健康体操B※	一般	金	9/8～12/1	午前10:35～11:55	10	60人	3,300円
水泳(小学生)B※	小学1年生～3年生	土	9/9～11/25	午前10:00～11:00	10	30人	7,000円
水泳(幼児)B※	4～6歳の幼児 (年少～年長)	土	9/9～11/25	午前11:10～午後0:10	10	20人	7,000円
弓道	中学生以上の方	土	9/9～11/25	午後1:00～3:00	10	25人	5,500円
親子ふれあい(幼児)	2～3歳の幼児と その保護者(2人1組)	火	9/12～11/14	午前9:45～10:45	10	20組	5,500円
親子ふれあい(赤ちゃん)	2カ月～12カ月の乳児と その保護者(2人1組)	火	9/12～11/14	午前11:00～11:45	10	25組	5,500円
疲労回復！リラクソヨガ	一般	火	9/12～11/14	午後7:40～9:00	10	40人	3,300円
体操(プレキッズ)	4～6歳の幼児 (年少～年長)	水	9/13～11/15	午後3:40～4:30	10	年少7人 年中13人 年長15人	5,000円
体操(キッズ)	小学1年生～3年生	水	9/13～11/15	午後4:45～5:45	10	40人	5,000円
親子ヨガ	10カ月～2歳の乳幼児と その保護者(2人1組)	木	9/14～11/16	午前9:20～10:20	10	30組	5,500円
朝ヨガ	一般	木	9/14～11/16	午前10:30～11:50	10	65人	3,300円
朝ヨガ(託児付き)	一般 (1歳以上の未就園児)	木	9/14～11/16	午前10:30～11:50	10	5組	6,600円

※水泳教室(幼児)、水泳教室(小学生)、健康体操教室はA・B両方の申し込み不可

申込 往復はがきまたは電子申請(市版⑦面参照)で申し込み。教室名、氏名・ふりがな、
年齢・学年、郵便番号・住所、電話番号、泳力(水泳教室のみ)
保護者名(親子・幼児対象の教室のみ)を記入。8月16日(水)必着。定員超過の場合は抽選
☆定員に満たない場合は随時受け付け ☆対象年齢は教室初日時点
☆災害補償制度あり ☆納入された費用は原則返金不可

レッスнтаイム

レッスнтаイム	日 程	曜 日	時 間	定 員	費 用
みんなで DanceMix	8/14 8/28	月	午後6:30 ～7:30	30人	300円
美Body エクササイズ			午後7:45 ～8:45		
アクアフィット	9/7	木	午後7:00 ～8:00	20人	640円

対象 中学生以上の方 申込 開始30分前から先着順
☆都合が良い時だけ参加可。災害補償制度あり

中村公園事務所

〒453-0053 中村町字高畑68
☎ 413-5525 ☎ 485-7163

手造り水鉄砲を飛ばす会

日時 8月25日(金)午前10:00から1時間程度
場所 中村公園記念館 費用 500円
対象 幼児～小学生とその保護者、15組
申込 8月18日(金)まで窓口または電話で先着順

おもちゃ病院

日時 9月10日(日)午前10:00～午後3:00
申込 当日先着順
☆修理代は無料、部品代は有料
☆ICゲーム機類は受け付け不可

ベビーマッサージ

日時 9月12日、10月24日、11月14日
いずれも火曜日 ☆全3回
①午前10:00～10:50②午前11:00～11:50
対象 ①首のすわった子(生後2カ月～5カ月の
乳児)とその保護者、10組
②生後6カ月～8カ月の乳児と
その保護者、10組
費用 600円(初回に持参)
申込 9月5日(火)午前10:30から電話で先着順



2023
8

広報なごや中村区版

なごやむらだより

NAKAMURA NEWS

編集

中村区役所

松原町1-23-1

TEL(代): 483-8161

FAX: 483-5137

ウェブ
サイト

Twitter



地震、台風、集中豪雨…。
災害はいつ身に降りかかって
くるかわかりません。
いま一度ハザードマップ
などで確認しましょう。

市ウェブサイト

はこちら▼



いざというときのために備えましょう

備蓄物資は、7日分程度、家族
の人数も考慮して用意しましょう。

〈ローリングストックのすすめ〉

いつも食べているものを「ちょっと多く
買って備える」ローリングストックをす
ると、食品を無駄にすることなく、効
率よく備えることができます。また、
主食(おにぎりやパンなど)以外のものを備えておくと、よりバ
ランスの取れた食事になり、健康を保つことができます。



災害発生

自宅で命が守れるか?

↓ 守れる

自宅にとどまる

↓ 守れない

指定緊急避難場所
または親戚知人宅など

災害のおそれがなくなる

↓ 自宅に住める

自宅で生活

↓ 自宅に住めない

指定避難所
または親戚知人宅など

問合 区役所総務課 TEL 433-2714 FAX 483-5137

考えよう!

災害時のトイレ対策

家庭や職場に簡易パック式の携帯トイレを備蓄する

避難先で下水道直結式仮設トイレなどを組み立てられ
るように、**組み立て方法を確認する**

☆下水道直結式仮設トイレの設置可能な下水道は、黄色で「震災
用」と表示されたマンホールのふたが目印です



下水道直結式仮設トイレ



震災用マンホール

組み立て方
の動画は
こちら▼

問合 中村環境事業所

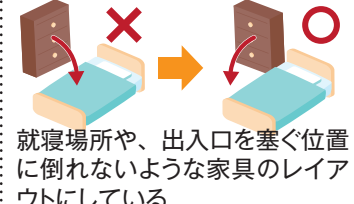
TEL 481-5391 FAX 471-5043

大規模災害から命を守るために

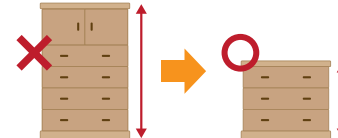


命を守る! 家具などの転倒防止対策

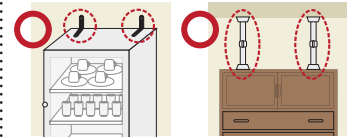
寝室などの家具の配置を見直し、背の低い家具への変更
や固定など、転倒防止対策を行いましょう。

家具を置か
ないように
している

就寝場所や、出入口を塞ぐ位置
に倒れないような家具のレイア
ウトにしている



背の高い家具は
置かないようにしている



家具の転倒による負傷を防ぐた
め、家具を固定している

家具転倒防止ボランティア

自力で家具転倒防止をすることが困難な世帯
への支援として、「家具転倒防止ボランティア」
の派遣を行っています。詳しくは、各区の消防
署総務課までお問い合わせください。

派遣依頼は

こちら▼



問合 中村消防署 TEL 481-0119 FAX 483-0119

いざと
いうとき!

水はここにあります!

災害時に断水した場合、次の施設で飲料水を確
保できます。ご自宅近くの施設をご確認ください。

市ウェブサイトはこちら▶



応急給水施設

災害時には仮設給水栓を設置し、
市民の皆さんへ給水します。

この看板が
目印です!区内応急
給水施設
(10カ所)

- 中村公園
- 庄内緑地一帯
- 大正橋緑地
- 亀島公園
- 八社小学校
- 稲葉地公園
- 柳公園
- 米野公園
- 押木田公園
- 西柳公園

地下式給水栓

地域の皆さん自ら操作していただくもので、区内全ての小
学校・中学校はじめ**25カ所**に設置されています。操作器
具は小学校・中学校の防災倉庫などに保管してあります。

問合 上下水道局中村営業所

TEL 483-1411 FAX 483-1441

中村区総合防災訓練のお知らせ

9月3日(日) 午前中

場所 亀島ふれあいセンター

対象学区 亀島学区

内容 避難訓練、避難所運営訓練、
関係機関における災害時の対応など

問合 区役所総務課 TEL 433-2714 FAX 483-5137

※訓練当日は同報無線が何度か鳴ります

市バス沿線フォトコンテスト「中村区編」開催中!

募集 「バス停から半径800メートル

市バスで行ってみたいくなる場所」をテーマにした写真
区内の見どころを写真に撮って応募しよう!

募集期間 8月31日(木)まで

応募方法 詳細はウェブサイトにて

問合 交通局乗客誘致推進課企画係

TEL 972-3928 FAX 972-3817

ウェブサイト
はこちら▼

「尾張中村めし」のレシピを募集中!



「れんこん、ごぼう、赤味噌」のい
ずれかの食材を使ったオリジナルレシ
ピを募集しています。詳しくは区ウェ
ブサイトをご確認ください。

区ウェブサイト
はこちら▼

問合 中村めし開発実行委員会(区役所地域力推進室内)
TEL 433-2746 FAX 433-2086