

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 ☎#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

みなと子育て
応援キャラクター
みなとん



事業名	日時	場所	対象・内容
ニューファミリーセミナー 【予約制】 保健センター ☎052-651-6537 分室☎052-302-8161 申し込み専用フォーム▶	③2/19(水) 13:20~15:00 (受付13:10~13:20) ②2/20(木) 13:20~14:20 (受付13:10~13:20) ①3/10(月) 13:20~15:00 (受付13:10~13:20)	南陽分室 港保健センター	区内在住のパパ・ママになる方 ※安定期に入った妊娠5カ月(16週)以降の方 ①赤ちゃんのお風呂の入れ方、出産の話、パパの妊婦体験など ②妊娠中に気を付けてもらいたい栄養と歯の話 ③赤ちゃんのお風呂の入れ方、出産の話、パパの妊婦体験、歯の話など 定員 10組(先着順) 申込 ①~3/7(金)②~2/19(水)③~2/18(火)
母乳相談【予約制】 保健センター ☎052-651-6539 分室☎052-302-8161	①2/17(月) ②3/10(月) 受付13:15~14:00 ③3/6(木) 受付13:00~15:15	南陽分室 港保健センター	妊娠中・授乳中の方、卒乳したい方 妊娠中の乳房の手入れ、授乳・卒乳相談 申込 ①~2/14(金)②~3/7(金)③~3/5(水)
お口育て教室【予約制】 ☎052-651-6537	3/17(月) 10:00~11:00ごろ (受付9:50~10:00)	港保健センター	R6年9月~12月生まれの子とその保護者 お口を育てる抱っこひもの付け方、離乳食スプーン の選び方、離乳食の進め方 定員 10組(先着順) 申込 3/3(月)~13(木)
もぐもぐ離乳食教室 【予約制】 ☎052-651-6537 申し込み専用フォーム▶	2/21(金) 10:00~11:15 (受付9:45~10:00)	港保健センター	離乳食が2回食の子(おおむね7~8カ月児)と その保護者 離乳食と歯の話 申込 2/12(水)~19(水)
歯っぴー教室【予約制】 ☎052-651-6537	2/13(木) 受付13:30~14:30	港保健センター	区内在住の1~3歳児(初めて参加する保護者の うち希望者は歯科健診あり) 歯科健診、フッ化物塗布(希望者のみ)料金720円 【免 申込 ~2/12(水)
はじめての歯みがき教室 【予約制】 ☎052-651-6537	3/10(月) 10:00~11:00ごろ (受付9:50~10:00)	港保健センター	令和6年1月~5月生まれの子とその保護者 虫歯予防の話、仕上げ磨きのポイント 定員 10組(先着順) 申込 2/25(火)~3/6(木)
子どものアレルギーと ぜんそく相談【予約制】 ☎052-651-6531	3/5(水) 受付13:30~14:30	港保健センター	15歳未満でぜんそくやアトピー性皮膚炎などで お悩みの方 専門医による個別相談と栄養などの相談 申込 ~3/4(火)

※上表の事業は、事前に電話または申し込み専用フォームから予約をしてください。

※母子健康手帳をお持ちください。

●乳幼児の健康診査

【港保健センター】南陽分室対象学区を除く方

	対象児の生年月日	実施日
3・4カ月児	R6.10.16~R6.10.31 R6.11.1~R6.11.15	2/18(火) 3/4(火)
受付時間	第1子=13:00~13:15 第2子以降=13:00~13:30	
1歳6カ月児	R5.7.3~R5.7.24 R5.7.25~R5.8.10	2/19(水) 3/5(水)
3歳児	R4.1.22~R4.2.7 R4.2.8~R4.2.25	2/14(金) 3/7(金)
受付時間	13:00~14:00	

【南陽分室】南陽・西福田・福田・福春学区の方

	対象児の生年月日	実施日
3・4カ月児	R6.10.1~R6.10.31	2/25(火)
受付時間	第1子=13:30~13:45 第2子以降=13:30~14:00	
1歳6カ月児	R5.6.10~R5.7.16	2/26(水)
受付時間	13:30~14:00	

※実施日の10日前までに通知が届かない方は、保健感染症担当までお申し出ください。

※1歳6カ月児および3歳児は、希望者にフッ化物塗布(料金720円【免)を実施します。おつりのないようお願いします。

※【免は生活保護世帯減免あり…港区役所・南陽支所発行の保護受給証明書をお持ちください。

問合 保健感染症担当 ☎052-651-6537



一般の方

【予約制】の事業は、事前に電話予約をしてください。

事業名	実施日	受付時間	場所	対象・内容
HIV・梅毒・ 性器クラミジア感染症検査 ☎052-651-6537	第2木曜日	9:30~10:30	港保健センター	感染に不安のある方。匿名可 ※採血・採尿あり。結果通知は1週間後以降
こころの健康相談【予約制】 ☎052-651-6509	毎週金曜日	10:00~	港保健センター	こころの健康などに関する相談 ※第3金曜日はうつ病またはうつ病の疑いのある方の家族相談
なんでも相談【予約制】 ☎052-302-8161	要相談	9:30~15:30	南陽分室	電話・面接による子育て・健康づくりの相談



春にむけて こころのセルフケア



これから春に向けて、寒暖差の大きい日が増えます。気温や気圧などの気候の変化は、自律神経の乱れやストレスを引き起こす原因となります。

ストレスを感じた時は、ストレスケアの一つである「ストレスコーピング」を実践しましょう。「ストレスコーピング」とは、ストレスを感じていることに気付き、自覚的に対処することです。

具体的な対処方法(温かいお茶を飲む、散歩をする、動画を観るなど)をできるだけたくさん書き出したコーピングリストを作成しておき、ストレスを感じた時は、コーピングリストから何か一つ実践しましょう。

右記「こころの絆創膏アプリ」の活用もおすすめです。



▲iOS版



▲Android版

問合 精神保健・健康づくり担当
☎052-651-6509

フレイルを予防して 健康な毎日を過ごしましょう！

「フレイル」とは、加齢により体や心の働き、社会的なつながりが弱くなった状態を言います。そのまま放置すると、介護が必要な状態になる可能性があります。

フレイルの三要素

身体的フレイル：低栄養、筋力・口腔機能低下
精神的フレイル：認知機能の低下、うつ
社会的フレイル：閉じこもり、孤立 など
市内在住の、健康長寿な皆さんの特長を参考に、フレイルを予防しましょう。

<名古屋の健康長寿な皆さんの5つの特長>

- ①月に1回以上、社会参加している。
(ボランティア、スポーツの会、趣味など)
- ②住んでいる地域に愛着がある。
- ③月に1回以上、本屋や書店を利用している。
- ④現在の健康状態が良いと感じる。
- ⑤この1カ月で、10人以上の知人・友人と会っている。



問合 精神保健・健康づくり担当 ▲詳細はこちら
☎052-651-6509

「妊婦のためのオリジナルファイル」 を作成しました！

区内在住の妊婦さんが、医療機関で「妊娠届出書」をもらう際、「妊婦のためのオリジナルファイル」をお渡ししています。

一人でも多くの妊婦さんが、安心して安全な出産ができるように地域全体で支援しています。妊娠中、困ったことや不安なことがあれば、「子育て総合相談窓口(☎052-655-8745)」にご相談ください。

「妊婦のためのオリジナルファイル」を医療機関で受け取っていない方には、港保健センターでお渡しします。

問合 保健看護担当 ☎052-651-6539



#ほけんし

港保健センター保健師の ほのぼのコラム

第11回「保健師寒さに負けず自転車をこぐ」の巻

パパママ、寒い中育児に家事にお仕事、お疲れさまです。保健師も、もこもこに厚着をして、日々自転車で活動しています。港区は風が強いので、大きな体重計を背負っていると倒れそうになることも(汗)

皆さん、お子さんを自転車に乗せるときは、転倒しないように十分気をつけてくださいね！



子育ての相談は子育て総合相談窓口へ
☎052-655-8745

みなとくらしのガイド

●場所の表示がないものは問い合わせ先に開催します。●原則として記事の内容(開催日・申込期限など)が11日以降のものを掲載しています。

港区ウェブサイト
https://www.city.nagoya.jp/minato/



お知らせ

●個人市民税・県民税の申告

～郵送による提出にご協力ください～

日時 2/7(金)～3/17(月)
午前8時45分～正午、午後1時～5時15分
※土・日曜日、祝日は除く

場所 港区役所第6会議室(2階)
南陽支所税務窓口(1階)
中村区役所等複合庁舎集合会議室B(3階)
(中村区松原町1丁目23-1)

※駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

問合せ 本陣市税事務所 ☎052-433-4022

●全国一斉春の火災予防運動 3/1(土)～7(金)

2024年度 全国統一防火標語

「守りたい 未来があるから 火の用心」

次のことを守り、火災予防に努めましょう。

- 調理をしているときは、コンロから離れない
- 家の周りに燃えやすい物を置かない
- 地震発生時の出火防止対策(感震ブレーカー設置など)や発災時の行動確認など、大規模地震に備えた事前準備をする
- 住宅用火災警報器を設置し、定期的に作動確認をする(設置から10年が交換の目安)

▼作動確認の仕方



問合せ 港消防署
☎052-661-0119 FAX052-653-0119

●下水道に油を流さないでください

下水道は私たちの暮らしを守る大切な働きをしています。下水道に油を流すと、排水管や下水管が詰まる原因になります。

調理後のフライパンや食器についた油汚れは、キッチンペーパーなどで拭き取ってから洗いましょう。▲詳細はこちら

問合せ 上下水道局西部営業センター
☎052-352-2511 FAX052-352-2514

稲永スポーツセンター 全館休館のお知らせ

リニューアル改修工事により下記の期間、全館休館します。ご利用いただく皆さまにおかれましては、大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

期間 4月1日(火)～令和8年4月30日(木)※予定
問合せ 稲永スポーツセンター
☎052-384-0300 FAX052-384-0303



スポーツ

▼稲永スポーツセンターからのお知らせ ●水曜日レッスнтаイム

教室名	日 時	定員
イージーエアロLT3	2/12(水) 2/19(水)	9:30～10:30 各50人
アクティブエアロLT3	2/26(水) 3/5(水)	10:45～11:45 各40人

費用 1回につき300円※1回ごとの参加可

●木曜日レッスнтаイム

教室名	日 時	定員
かんたんシェイプダンス3	2/13(木) 2/20(木)	19:00～19:50 各40人
ボクシングスタイルアップエクササイズ3	2/27(木) 3/6(木)	20:00～20:50

費用 1回につき300円※1回ごとの参加可

●ネスパデーレッスнтаイム

教室名	日 時	定員
THE SLOW®リンパドレナージュLT	3/10(月)	9:15～10:15 各30人
スローエアロビックLT		10:30～11:30

費用 1回につき350円※1回ごとの参加可

※対象などの詳細は下記へ

申込 各開始15分前～先着順

問合せ 稲永スポーツセンター
☎052-384-0300 FAX052-384-0303

▼南陽プールからのお知らせ ●レッスнтаイム

教室名	日 時	定員
①朝のさわやかヨガ	2/18(火) 2/25(火)	9:15～10:15 各30人
②ビギナーエアロ	3/4(火)	10:30～11:30
③THE SLOW®リンパドレナージュ	2/21(金) 3/7(金)	9:30～10:30 各30人
④スローエアロビック		10:45～11:45

対象 中学生を除く15歳以上の方

費用 1回につき①②300円③④350円
※1回ごとの参加可

申込 各開始15分前～先着順

●春休み 短期小学生水泳教室

日時 3/25(火)・26(水)・27(木)・29(土)
午前9時～10時

対象 小学生

定員 20人(抽選)

費用 3,200円(全4回)

申込 3/10(月)までに往復はがき(教室名・住所・氏名・ふりがな・電話番号・年齢・性別・泳力を記入)にて下記または市電子申請サービス(⑧面くらしのガイド参照)から

問合せ 南陽プール(〒455-0855藤前四丁目701)
☎052-303-2015 FAX052-303-2016



講座・講習

▼港福社会館の講座・教室

①認知症予防リーダー養成講座

期間 4月～5月(全5回)
午後1時30分～3時30分

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 5人(先着順)

②認知症予防教室

期間 4月～9月(火・水・木のいずれかのクラスで週1回)午前10時～正午

対象 市内在住の65歳以上の方

定員 各クラス8人(抽選)

③令和7年度「南陽地区会館」出張講座

講座名	日 時	定 員
絵手紙	第3火曜日 10:00～11:30	15人(抽選)
コーラス	第2水曜日 10:30～12:00	30人(抽選)
3B体操	第2土曜日 13:00～14:30	30人(抽選)

期間 4月～令和8年3月(1年間)

場所 南陽地区会館

対象 市内在住の60歳以上の方

※港福社会館開催の同じ講座との重複申し込み不可

④「一坪菜園」利用者募集

期間 4月～令和8年3月

対象 市内在住の60歳以上の方

定員 15組(抽選)

申込 2/12(水)～28(金)に本人が来館して申し込み(はがき・電話不可)。詳細は下記へ

※①～③は材料費など実費負担あり

問合せ 港福社会館
☎052-382-7009 FAX052-381-2285

●名古屋市高齢者はつつ長寿推進事業

曜日	時 間	場 所	定 員
火	10:00～12:00	大手コミュニティセンター ※改修工事の進捗状況で変更となる場合があります	22人(抽選)
	13:30～15:30	成章コミュニティセンター	各24人(抽選)
水	9:45～11:45	高木コミュニティセンター	
	13:30～15:30	港区在宅サービスセンター	
木	10:00～12:00	当知コミュニティセンター	
	13:30～15:30	小碓コミュニティセンター	
金	10:00～12:00	南陽地区会館	22人(抽選)
	13:30～15:30	南陽台住宅集会所	

期間 4月～9月(6カ月間)、週1回

対象 市内在住の65歳以上の方(会場に自分で来られる方)

内容 介護予防や仲間づくり

申込 2/3(月)～28(金)に窓口もしくは電話にて下記へ

※材料費など実費負担あり

問合せ 港区社会福祉協議会
☎052-651-0305 FAX052-661-2940

引っ越しごみは計画的に出しましょう！

就職、転勤、進学などによる引っ越しに伴い、これからの季節は多くのごみが排出されます。特に以下のごみについては注意が必要です。排出方法を確認し、計画的にごみの処分をしましょう。

また、可燃・不燃ごみなどを一度に大量に処分する場合は、事前に港環境事業所にご相談ください。

●粗大ごみ(30cm角を超えるごみ)【有料】

◆市による収集

月1回、地域ごとに決められた日に収集します。収集日の7日前までに電話またはインターネットでお申し込みください。

粗大ごみ受付センター ☎0120-758-530
(携帯電話・県外からは ☎052-950-2581)

受付時間 午前9時～午後5時
(土・日曜日、年末年始を除く)

◆工場へ持ち込み(自己搬入)

事前に港環境事業所にお問い合わせください。※土・日曜日は搬入できません。

●家電リサイクル法対象品【有料】

[テレビ・エアコン・冷蔵(凍)庫・洗濯機・衣類乾燥機]
購入・買い替えの販売店または家電量販店にご相談ください。

また、ご自身で指定引取場所に搬入することもできます。

●パソコン[本体・ディスプレイ・ノート型]【一部有料】

各メーカーの受付窓口にお問い合わせください。メーカー不明の場合や自作のパソコンは、パソコン3R推進協会(☎03-5282-7685)にお問い合わせください。

※プリンターなどの周辺機器は粗大ごみです。

●小型家電(15×40×25cm以下の家電製品)

区役所や支所、環境事業所などに設置している小型家電回収ボックスで回収します。

●充電式家電

収集・処理時の火災の原因となるため、環境事業所の窓口で引き取りをしています。

●新聞・雑誌・段ボール・衣類・布類など

集団資源回収やリサイクルステーション、古紙リサイクルセンターに出してください。詳細は、港環境事業所にお問い合わせください。

問合せ 港環境事業所
☎052-382-3575 FAX052-384-0562

不法投棄は重大な犯罪です！

催し物

▼農業文化園・戸田川緑地の催し

●植物デッサン展

園内の植物を観察して、色鉛筆などでデッサンした作品を展示します。

期間 2/4(火)～3/2(日)

●花いろいろ写真展

園内などで撮影した花の写真や、花のある風景写真を展示します。

期間 3/4(火)～16(日)

●【展示】スパイスとハーブ

料理に加えることで、おいしくしたり食欲を増進させる、スパイスとハーブの世界をのぞいてみませんか？

期間 3/4(火)～4/20(日)

問合せ 戸田川緑地管理センター

☎052-302-5321 FAX052-303-6116

▼とだがわこどもランドの催し

●ちびっこ運動ひろば

日時 2/11(火・祝)①午前10時30分～11時
②午前11時30分～正午③午後2時～2時30分④午後3時～3時30分

対象 未就学児とその保護者

定員 各15組(先着順)

申込 各開始10分前～整理券配布

●個別子育て相談 子どもの相談(個室対応)

日時 2/15(土)午前10時～午後1時

対象 妊娠中の方・子育て中の方やその家族

定員 5組(先着順)

申込 事前に来館または電話にて下記へ

●人形劇であそぼう

日時 2/27(木)午前11時～11時30分
(開始15分前～開場)

対象 未就学児とその保護者

問合せ とだがわこどもランド

☎052-304-1500 FAX052-304-1501

▼港児童館の催し

●1・2歳児のおやこたいそう

日時 2/14(金)・28(金)午前10時15分～11時15分

対象 1・2歳児とその保護者

定員 各15組(先着順)

〈児童クラブ募集〉

①えいごくらぶ Fun Fun English(全6回)

日時 4/13(日)、5/25(日)、6/8(日)、
7/13(日)、9/7(日)・28(日)
午前10時30分～11時30分

対象 小学1～4年生

②将棋クラブ(全6回)

日時 4/19(土)、5/17(土)、6/21(土)、
7/19(土)、8/16(土)、9/20(土)
午前10時～11時30分

対象 小・中学生

定員 各15人(抽選)

費用 ①②500円(全6回)

申込 3/1(土)午前10時～16(日)午後5時
に下記へ

問合せ 港児童館 ☎・FAX052-384-4473

▼荒子川公園ガーデンプラザの催し

●ボタニカルアート荒子川展

期間 3/1(土)～16(日)

〈講座・講習〉

●簡単おしゃれなハンギングバスケット

日時 3/8(土)午後1時30分～4時

定員 22人(抽選)

費用 3,500円

●トロッケンクラッツ教室

「木の実で作る部屋飾り」

日時 3/15(土)午後1時30分～4時

定員 20人(抽選)

費用 3,000円

申込 2/1(土)～20(木)に往復はがきまたは市電子申請サービス(⑧面くらしのガイド参照)から

問合せ 荒子川公園ガーデンプラザ

(〒455-0055品川町2-1-1)
☎052-384-8787 FAX052-384-5664

●ふれあい親子体操教室

風呂敷遊びと忍者ランドで楽しく運動をしましょう！

日時 3/5(水)
午前10時30分～11時30分

対象 未就園児とその保護者

定員 20組(先着順)

申込 3/4(火)までに来館または電話にて下記へ

問合せ 南陽交流プラザ

☎052-303-2322 FAX052-303-2323

●みなとシネマ 石原裕次郎主演 「錆びたナイフ」

日時 3/12(水)午前10時30分～、午後2時～
(各開始30分前～開場)

定員 各300人(先着順・自由席)

費用 500円※チケット発売中。詳細は下記へ

問合せ 港文化小劇場

☎052-654-8214 FAX052-654-8215

相談

●名古屋市認知症高齢者家族支援事業

事業名	場所	①港区在宅サービスセンター	②港区西部いきいき支援センター
認知症の家族教室【予約制】		2/13(木) 13:30～15:30	2/18(火) 13:30～15:30
認知症の家族サロン		2/20(木) 13:30～15:30	2/25(火) 13:30～15:30
医師(もの忘れ相談医)の専門相談【予約制】		2/20(木) 13:45～15:15 定員 各3組(先着順) 申込 2/12(水)～	

※対象・申込などの詳細は下記へ

問合せ ①港区東部いきいき支援センター

☎052-651-0568 FAX052-651-1167

②港区西部いきいき支援センター

☎052-381-3260 FAX052-381-3261

●パソコン相談室

日時 2/21(金)、3/7(金)

午前10時～正午(午前11時30分受付終了)

問合せ 港生涯学習センター

☎052-653-5171 FAX052-653-5172

港防災センター ソナ・エルの防災やってる？

防災用品は、いざというときに使えないと意味がありません。非常時に迷わず使うことができるように、試せるものは一度使っておきましょう。

問合せ 港防災センター

☎052-651-1100 FAX052-651-6220

港けいさつ安心安全通信

特殊詐欺は、次のようなキーワードに注意しましょう！

- 女性を妊娠させてしまい、示談金が必要になったためお金を用意してほしい
- 医療費の還付金がある
- キャッシュカードが古いので、カードを交換する
- 未納料金があり、このままだと全ての通信を止める
- あなたに逮捕状が出ている
- あなた名義の携帯電話から大量の不正メールが送られているので、このままだと逮捕される

電話相手からこんなキーワードが出たら…
詐欺を疑う！今すぐ電話を切る！
警察や家族に相談を！

問合せ 港警察署

☎052-661-0110 FAX052-654-0199

キャッシュカードをすり替えて盗む手口が多発しています。
「キャッシュカード預かります」は詐欺！

図書館

●自動車図書館 巡回日程

日 時			場 所
2月	18 火	13:45～14:45	明德小学校南
	20 木	10:00～11:00	みなと荘
	20 木	13:40～14:40	東築地学区防災センター
	27 木	10:00～11:00	高木コミュニティセンター
3月	6 木	13:45～14:45	宝神荘
	6 木	15:00～16:00	新稲永荘
	8 土	13:30～15:00	当知住宅
	8 土	15:20～16:20	新泰明荘

問合せ 自動車図書館 ☎・FAX052-821-3364

●おはなし会

対 象	日 時		場 所
乳幼児	2/12(水) 2/19(水) 2/26(水) 3/5(水)	11:00	港図書館
	2/13(木) 2/27(木)	11:20	南陽図書館
幼児・小学生	2/15(土)		港図書館 南陽図書館

問合せ 港図書館

☎052-651-9249 FAX052-651-9250

南陽図書館

☎052-301-2116 FAX052-301-2117

●心身すっきりストレッチ

日時 2/27(木)午後2時～3時

定員 10人(先着順)

申込 2/13(木)午前9時30分～下記

または下記ウェブサイトから

問合せ 南陽図書館

☎052-301-2116 FAX052-301-2117

●Let's インテリアワークショップ 「ケーキ箱のお部屋づくり」

日時 3/15(土)午後1時～3時

対象 小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴)

定員 16人(先着順)

申込 2/22(土)午前9時30分～下記

または下記ウェブサイトから

問合せ 港図書館

☎052-651-9249 FAX052-651-9250

司書さん おすすめの本 ～図書館の本から～

日本での「積ん読」の言葉の歴史は古く、明治にまでさかのぼり、今では世界中で「TSUNDOKU」が使われているそうです。この本は、日々本が積み上がっていくという書評家の著者による、大量の本と暮らし12人へのインタビュー集。実際の「積ん読」の写真に圧倒されます。「何か絶望を感じる」「積まなくてどうする」「読めたかどうかは気にする必要がない」など、「積ん読」への姿勢はさまざまで、「積ん読の悩み相談Q & A」も添えられています。

問合せ 港図書館
☎052-651-9249 FAX052-651-9250

どろんと泥信 『公園愛護会について』

公園愛護会は、公園の近隣にお住まいの方5名以上で設立できる地域のボランティア団体です。公園の除草・清掃の他、公園施設の異常を発見したときに、土木事務所への通報を行っていただいています。愛護会の皆さまの活動のおかげで、身近な公園が安全できれいに保たれ、安心して利用することができます。

愛護会の活動内容や加入・設立などについては、港土木事務所までお問い合わせください。

問合せ 港土木事務所

☎052-661-1581 FAX052-661-9154

2



広報なごや港区版

みなぴいレタユ

港区役所公式
Instagram

編集：港区役所

〒455-8520 港明一丁目12番20号

☎052-651-3251(代) FAX052-651-6179

名古屋市 地域支えあい事業

地域支えあい事業は、住み慣れた地域でいつまでも暮らし続けられる地域づくりを目指し、地域住民による支えあい・助け合いの活動を推進する事業です。

ご高齢の方などのちょっとした生活の困り事を、ご近所の方のボランティア活動によって解決します。

窓ふき



草取り



ごみ出し



電球の交換



など

一人では
難しいけれど、
どこに相談
すればいいの？



生活の困り事は

地域支えあい窓口

にご相談ください！

相談・活動は無料！

※実費負担が必要な場合あり

実施学区内で、
一緒にボランティア活動をする
仲間も募集しています！

問合 名古屋市港区社会福祉協議会

☎052-651-0305 FAX052-661-2940

※実施学区の窓口をご案内します。

実施学区以外の方については、相談可能な関係機関をご案内します。

実施学区

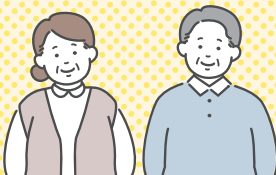
大手・港西・小碓・正保・港楽・神宮寺・南陽・西福田・福田・福春

相談受付から 活動までの流れ (イメージ)

学区内に、地域住民からの相談を受け付ける住民相談窓口を設置しています。
(原則週2日以上、一日2時間程度開設)

生活の困り事について
相談を受けます。

住民相談窓口

活動できるボランティアを
調整・派遣します。

ご近所ボランティア

ご自宅などに
伺って活動します。

活動

地域支えあい窓口の
開設場所・日時などの
詳細はこちらお気軽に
ご相談
ください！

港区広報キャラクター みなぴい

参加
無料

みなと・花・フェス

～いきいき高齢者プロジェクト交流会～

当日
自由参加
予約不要

日時 2月27日(木) 午前10時～正午 ※開始30分前～開場

場所 港区役所講堂 主催 港区役所福祉課

講演会

おがさわら

せい

小笠原 誓 氏(名古屋園芸(株)代表取締役)

NHK
「趣味の園芸」
「あさイチ」に
出演！

「江戸の園芸と令和の園芸」

江戸時代、日本は世界的に見ても極めて高度な「花文化」を築いてきました。令和の時代も江戸時代からの伝統を受け継いだ「花文化」があります。二つの時代の「花文化」を、広くご案内します。

講演会の他、地域で行っている「いきいき高齢者プロジェクト」のムービー鑑賞会もあります。花が好きな方や地域の仲間と活動することが好きな方は、是非ご参加ください！

詳細はこちら▶



介護や認知症の困り事は いきいき支援センターを ご利用ください！

ご高齢の方やご家族が抱える困り事について相談をお聞きし、悩みに応じた相談機関や専門チームと協力して対応します。

例えば

いつまでも
健康で過ご
したいな…最近
もの忘れが多
くなってきたな…介護保険の
制度を
知りたいな…

など

ご相談・お問い合わせはこちらへ

港区東部いきいき支援センター

TEL 052-651-0568 FAX 052-651-1167

港区西部いきいき支援センター

TEL 052-381-3260 FAX 052-381-3261

港区西部いきいき支援センター分室

TEL 052-309-7411 FAX 052-309-7412