

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

**食品
動物** 食品衛生・動物愛護担当
TEL 433-3036

**保健
看護** 保健看護担当
TEL 433-3094

※ **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	3/12(火)	令和5.11.1～11.15生	第一子は 午前8:50 ～9:10 第二子以降は 午前8:50 ～9:20
	3/26(火)	令和5.11.16～11.30生	
	4/9(火)	令和5.12.1～12.14生	
1歳6 カ月児	3/13(水)	令和4.8.18～8.31生	午後1:00 ～2:00
3歳児	3/21(木)	令和3.2.27～3.19生	持物: 歯ブラシ タオル

☆母子健康手帳を忘れずにお持ちください
☆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)
☆個別通知の届かない方は、保健感染症係まで
お問い合わせください

＊乳幼児の予防接種

**感染症
対策**

- ロタウイルス
- ヒブ(インフルエンザ菌b型)
- 小児肺炎球菌
- B型肝炎
- ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ
(4種混合ワクチン)
- BCG
- 麻しん・風しん(MRワクチン)
- 水痘
- 日本脳炎
- ジフテリア・破傷風(2種混合ワクチン)

☆母子健康手帳を忘れずにお持ちください
☆複数回接種する予防接種は、接種間隔を
守って接種しましょう 【市ウェブサイト】
☆予防接種についてのお尋ねは、
市ウェブサイトをご覧ください、
感染症対策等担当まで
お問い合わせください



＊狂犬病予防集合注射

**食品
動物**

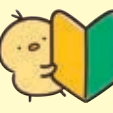
日 程	時 間	場 所
4/8(月)	午後2:00 ～3:00 ☆雨天決行	岩塚公園
4/9(火)		米野公園
4/10(水)		塩池公園
4/11(木)		稲葉地公園
4/12(金)		押木田公園

費用 登録済みの犬:3,550円
(注射料金3,000円
+注射済票交付手数料550円)
未登録の犬:6,550円
(上記料金3,550円+登録料3,000円)



☆詳しくは市ウェブサイトをご確認ください
☆生後91日以上の子犬は、登録と毎年1回狂犬病予防
注射が必要です
☆鑑札・注射済票の再交付および 【市ウェブサイト】
会場で注射を受けない犬への
鑑札・注射済票の交付はできません。
上記手続きについては保健センター
窓口にてお願いします
☆会場へは飼い犬を制御できる方がお連れください
☆ふん尿の始末は各自でお願いします



親と子の教室・相談	開催日時	内容・対象など
子どもの歯の 健康教室  予約 保健 感染	3月14日(木) 午前9:00～10:00	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
モグモグ相談 予約 保健 感染	3月14日(木) 午後1:00から	内容 赤ちゃんの食事に関する個別相談 持物 母子健康手帳 申込 3月12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	3月14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 (保健・栄養の相談) 対象 15歳未満の方(主に乳幼児)と その保護者、6組 申込 3月12日(火)まで予約受け付け
はじめての歯みがき教室  予約 保健 感染	3月19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、 むし歯菌チェック、栄養の話 対象 令和5年4月～6月生まれの乳児と その保護者 持物 母子健康手帳、筆記用具、 歯ブラシ、タオル 申込 3月11日(月)午前9:00から先着順
母乳相談 予約 保健 看護	3月19日(火) 午後1:10から	内容 助産師による相談 申込 3月18日(月)まで予約受け付け
お口すくすく講座 予約 保健 感染	3月21日(木) 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容 お口の発達や離乳食の始め方の話 対象 離乳食開始前の乳児(おおむね 5～6カ月児)とその保護者、16組 持物 母子健康手帳、筆記用具
離乳食教室  予約 保健 感染	3月22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、試食(乳児のみ)、個別相談 対象 令和5年7月～8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、 乳児用エプロン、乳児用スプーン 申込 3月15日(金)午前9:00から先着順
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:4月8日(月) 2日目:4月15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 【ウェブサイト】 対象 妊娠中の方とその配偶者 申込 ウェブサイトで4月1日(月) 午前10:00から先着順 

心と体の教室・相談	開催日時	内容・対象など
H I V 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。ウェブサイトで申し込み。 【ウェブサイト】 陰性結果は、採血後1時間程度 で書面にてお知らせします (判定保留の場合は1週間後) ☆証明書発行不可 ☆正確な結果を得るため、感染の機会から次の 期間以上経過してから検査を受けてください ◎HIV検査:3カ月 ◎梅毒検査:3週間 
梅毒検査 予約 感染症 対策		
うつ病家族相談日 予約 保健 感染	3月21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

中村消防署からのお知らせ

火災統計について

区内のおもな火災原因は、疑いを含む放火・こんろ・たばこが多くなっています。

また、令和 5 年の火災による死者は 2 人、負傷者は 11 人でした。



住宅用火災警報器についてのお願い

火災による死者をなくすため、住宅用火災警報器の設置をお願いします。既に設置されている場合は、点検を行い正常に作動するかを確認し、電池切れなどに注意しましょう。

◆点検のしかた
 ボタンを押す



引きひもを引く



or

☆メッセージまたは警報音が鳴れば正常です

問合せ 中村消防署
 TEL 481-0119 FAX 483-0119

PICK
UP!

いけばな展を開催します

中村区華道連盟会員とその社中の皆さんによる作品が展示されます。太閤まつり協賛行事です。



日時 3月17日(日)
 午前10:00～午後4:00

場所 区役所 5 階 講堂

問合せ 区役所地域力推進室
 TEL 433-2747 FAX 433-2086

PICK
UP!

太閤花見茶会

桜が見ごろの中村公園で、呈茶(茶菓子付き)とステージ観覧をお楽しみください。

日時 3月31日(日)
 午前10:00～午後3:00

場所 桐蔭茶席、野外ステージ

費用 呈茶600円 ☆ステージ観覧は無料

主催 中村区商店街振興組合連合会
 中村公園振興会

共催 区役所

問合せ 近藤(午前9:00～午後4:00)
 TEL 411-0003



小学校の新入学に備えて交通安全もご準備を

小学校の入学式の前に、お子さんと保護者の方が一緒に通学路を歩いて、危険な箇所や交差点の渡り方などを確認しましょう。

問合せ 区役所地域力推進室
 TEL 433-2742 FAX 433-2086
 中村警察署 TEL 452-0110



「ふれあい入浴の日」に銭湯へ行こう！

名古屋市では、高齢者の方の親睦と健康増進を図るため、毎月 5 日・15 日を「ふれあい入浴の日」としています。市内在住の 65 歳以上の方は、200 円で入浴できます。



☆敬老優待カード(敬老手帳)を提示ください

施設名	所在地	施設名	所在地
地蔵湯	太閤5-18-19	テレビ温泉	牛田通1-35
宮裏温泉	荒輪井町2-5	楠湯	中村本町1-35
大黒湯	二ツ橋町2-58	日比津温泉	高道町6-4-16
松の湯	深川町1-36	炭の湯	亀島2-11-8
金時湯	竹橋町39-10		

問合せ 愛知県公衆浴場業生活衛生同業組合
 TEL 322-5735 FAX 321-2645
 健康福祉局高齢福祉課
 TEL 972-2544 FAX 955-3367

水道の使用中止・開始のご連絡はお早めに！

春は引っ越しが多い季節です。水道の使用を中止する場合や新たにお使いになる場合は、お早めにご連絡ください。

お客さま受付センター TEL 884-5959

時間 午前 8:00～午後 7:00
 ☆土曜日・日曜日・祝日は
 午後 5:15 まで



インターネット受付

上下水道局ウェブサイトから申し込みください。

上下水道局
ウェブサイト



問合せ 上下水道局中村営業所
 TEL 483-1411 FAX 483-1441

新規公園愛護会・街路樹愛護会の募集

地域の公園などで定期的に清掃活動を行っていただく、新規の公園愛護会・街路樹愛護会を募集しています。愛護会の活動に対しては名古屋市からの支援もありますので、詳しくは問い合わせ先へお尋ねください。



問合せ 中村土木事務所
 TEL 481-7191 FAX 481-1750

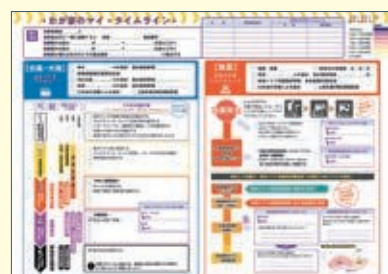
PICK
UP!

ハザードマップを確認して避難行動を考えましょう

自然災害の危険性や避難場所などをハザードマップで確認して、事前にどのような行動をするか**わが家のマイ・タイムライン**を使って考えましょう。

◆わが家のマイ・タイムラインとは

台風・大雨や地震などのときに「いつ」「誰が」「どのように行動するか」、時間の流れに沿って考えておくものです。



ウェブサイト▲

なごやハザードマップ防災ガイドブックは、大切に保管してください。ウェブサイトでも確認できます。

☆マイ・タイムラインは、なごやハザードマップ防災ガイドブックの巻末に入っています

◆避難場所について

●災害が発生またはその恐れがあり、自宅にとどまることが危険な場合

指定緊急避難場所(命を守るため、災害の危険からまずは逃げるためのところ)に避難します。



●災害の恐れがなくなった場合

自宅が浸水・倒壊などしておらず、住むことができれば帰宅します。

自宅が被災して帰宅できない場合は、**指定避難所**(一定期間、避難生活を送るためのところ)に避難します。



☆指定緊急避難場所・指定避難所は、各種ハザードマップおよび指定避難所マップでご確認ください

問合せ 区役所総務課
 TEL 433-2714 FAX 483-5137

PICK
UP!

地域女性団体連絡協議会の活動について



中村区女性会とは？

区内の 13 学区が加盟しており、「地域いきいき世話やきおばさん」として、子どもたちの見守り活動、赤い羽根共同募金活動など、様々な活動をしています。昨年 11 月 5 日(日)に開催した「環境バザー」では、売り上げの一部を中村区社会福祉協議会へ寄付しました。

中村区女性会
会長からの一言

女性会の活動が、少しでも社会の役に立てれば嬉しいです。皆さんも一緒に活動してみませんか。学区の女性会会長、または区役所地域力推進室へお問い合わせください。

問合せ 区役所地域力推進室 TEL 433-2747 FAX 433-2086



「環境バザー」売り上げ金贈呈式の様子

施設からのお知らせ

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)

- ◆医師(もの忘れ相談医)による専門相談
日時 【北部】3月7日(木)午後2:00～3:30
【南部】3月7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】3月27日(水)午後1:30～3:30
【南部】3月15日(金)午前10:00～11:30
午後2:00～3:30
☆時間変更の可能性あり
- 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 【北部】3月21日(木)午前10:00～11:30
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
①乳幼児 (赤ちゃん)向け	3/14 3/21 3/28 4/4	木	午前11:00～11:15 午前11:30～11:45 ☆同じ内容を 1日2回実施
②幼児・小学校 低学年向け	3/21 4/4	木	午後4:00～4:15
	3/23	土	午後2:00～2:15

定員 ①5組 ②3組(当日先着順)

ストーリーテリングで“おはなし”を

- 日時** 3月16日(土)午後2:00～2:30
対象 5歳以上の方
定員 6人(当日先着順)

工作教室 つくってあそぼう

- 日時** 3月28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)

フェルトで花かごをつくろう！

- 日時** 4月21日(日)午前10:00～11:30
対象 小学生以上の方 ☆低学年は保護者同伴
定員 12人
費用 200円
持物 フェルトを切るハサミ
申込 3月23日(土)午前9:30から
窓口または電話で先着順

【伍月会シリーズ 1】 くるくるレインボーをつくろう！

- 第5月曜日に講座を開きます。第1回目は
工作教室です。
日時 4月29日(月・祝)午後2:00～3:00
対象 小学生以上の方 ☆低学年は保護者同伴
定員 10人
申込 4月6日(土)午前9:30から窓口または
電話で先着順

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 など
ちびっこ	3/14	木	午前10:00 ～11:30	乳幼児とその保護者	ホールでの自由遊びのため申し込み不要 ☆午前11:00～あそぼうタイムを行います
うんどう	3/21	木	午前10:30 ～11:30	1人で歩ける子～おもに2歳 の幼児とその保護者、10組	3/14(木)午前10:30から電話で先着順 持物：室内靴 ☆幼児とその保護者
おはなし	4/17	水	午前10:30 ～11:00	乳幼児とその保護者、10組	4/3(水)午前10:30から電話で先着順

春のお楽しみ会

児童館が映画館に変身します。

- 日時** 4月6日(土)
①午後1:30～2:30
②午後2:45～4:30
対象 ①幼児とその保護者
②小学生以上の方



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

名楽福祉会館健康相談

健康に関する疑問や悩み、不安など小さなこと
でもお気軽にご相談ください。

- 日時** ①3月21日(木)午後2:00～3:00
②4月4日(木)午後2:00～3:00
対象 市内在住の60歳以上の方
定員 各回5人
申込 ①3月18日(月)
②4月1日(月)までに、
窓口または電話で先着順



体幹トレーニング体操体験講座

- 日時** 3月26日(火)午前10:00～11:30
対象 市内在住の60歳以上の方
定員 15人
持物 動きやすい服装・タオル・補給用水分
申込 3月11日(月)午前9:15から電話で先着順



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** 3月19日(火)午後1:00～4:00
問合 愛知県行政書士会名古屋支部
相談受付ダイヤル TEL 990-2580

子育て・ほっと・ひろば

交流・仲間づくり・子育て・孫育てについての
相談ができます。

- 日時** 3月20日(水・祝)午前10:00～正午
対象 乳幼児とその保護者

初心者・初級者のためのパソコン相談会

パソコンの起動・終了方法から、ワードやエクセルの
操作に関する簡単な質問にお答えします。

- ☆ノートパソコン持ち込み可
日時 3月20日(水・祝)午後1:30～2:20
午後2:30～3:20
対象 パソコン初心者・初級者
定員 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



産後ママ向け 「バランスボール・エクササイズ！」

- 日時** 4月16日(火)午前10:30～11:30
対象 0歳の乳児とその保護者
定員 12組
申込 4月2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

レッスнтайм

レッスнтаイム	日程	曜日	時 間	定員	費用
みんなで DanceMix	3/11 3/25 4/8	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		
やさしいエアロ	3/12	火	午後 6:20 ～ 7:20	35人	
エアロピクス スタンダードの部	3/13 3/27 4/10	水	午前 9:30 ～ 10:30		
エアロピクス ストレッチの部			午前 10:45 ～ 11:45		
やさしいアクア	3/14	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

水泳ワンポイントアドバイス

- 日時** 3月13日(水)、27日(水)
午後1:00～2:00
4月3日(水)、10日(水)
午前11:00～正午
対象 一般、各回10人
申込 開始30分前から先着順



スポーツフェスタ in 中村 (施設無料開放)

軽運動室(卓球台利用可)・弓道練習場・プール・
トレーニング室など

- 日時** 3月20日(水・祝)午後6:00～9:00
☆プールは午後8:30まで
対象 一般 ☆トレーニング室は中学生以上の方
持物 動きやすい服装・室内靴・水着など
申込 当日窓口で受け付け

自動車図書館

☎ 821-3364 ☎ 821-3364

場 所	日 程	時 間
米野公園	3/19(火)	午前10:00～11:00
中村住宅	4/5(金)	午前10:00～11:00

- 自動車図書館では、1人当たり
◆本や雑誌を8冊
◆CDなどの視聴覚資料を3点
◆紙芝居を4組
次の巡回日まで、借りることができます



2024
3

広報なごや中村区版

な が む ら だ よ り

NAKAMURA NEWS

編集
中村区役所

松原町 1-23-1
TEL(代) : 483-8161
F A X : 483-5137

ウェブ
サイト



X
(旧 Twitter)



こんな手続き方法ご存じですか？



3月・4月の区役所窓口は大混雑！

毎年3月～4月にかけて、引っ越しなどに伴う手続きのため
窓口が非常に混雑し、**長時間**お待たせしてしまうことがあります。
そこで！区役所以外でもできる手続きなどをご紹介！
時間を有効活用するためにも、是非ご利用ください。

今日は
2時間以上
待つらしい…



転出手続きはオンライン申請が便利！

☆申請にはマイナンバーカードが必要です ☆国外への転出手続きの際は、来庁が必要です



転入・転居先
だけに行けば
OK

オンラインで
完結する手続き

- 転出
- 国民健康保険の脱退
(市外転出など)

来庁が必要な
手続き

- 転入・転居
- 転入・転居届の事前作成(署名以外)は、
オンラインでできます。

3月・4月は日曜窓口を増やします！

実施日 3月3日・24日・31日、4月7日・14日

実施時間 午前8：45～正午

☆3月31日、4月7日は午後2：00まで



窓口の混雑状況 が確認できます！

現在の待ち人数、
受付番号の確認が
できます。



住民票の写しなどの受け取り手続き

郵送での受け取り

請求先

証明書交付センター
〒456-8502
熱田区神宮三丁目1番15号
TEL 683-9532

☆一部各区役所あてにご請求いただくものがあります。

請求に必要な書類などについて

住民票▼



戸籍▼



1 栄サービスセンターでの申請・受け取り

☆即時交付ができない時間帯があります。事前にご確認ください

時 間

午前8：00～午後7：00

☆日曜日・祝休日、年末年始を除く

場 所

栄地下街 名鉄瀬戸線「栄町」駅
改札口南



2 地下鉄駅長室(駅情報コーナー)取次ぎサービス

☆即時交付はできません。事前にご確認ください

時 間

午前8：00～午後8：30

☆年末年始を除く

取 扱 駅

名古屋駅(東山線に限る)、
太閤通駅を含む30駅



土 日 土日の受け取り

事前にウェブサイトから予約をすることで、
土日受け取ることができるサービスです。
☆予約件数には限りがあります



国民健康保険の手続きも、オンラインが便利

国民健康保険の 脱退手続き



勤め先などの社会保険に加入したと
きにご利用いただけます。

限度額適用認定証 などの交付申請



医療費の自己負担額が高額になりそ
うなときにご利用いただけます。
☆郵送にて受け取り

口座振替の 申し込み



納付書での支払いから変更できます。

問合 区役所市民課 TEL 433-2819 / 区役所保険年金課 TEL 433-2890

駐車場は大変混雑します。公共交通機関をご利用ください。