



中保健センターだより

●中保健センター 代表 ☎265-2250 FAX265-2259

保健センターは区役所3・4階です。場所の記載がないものは、健診フロア(区役所3階)で実施します。
料金の記載がないものは無料です。駐車場に限りがございますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

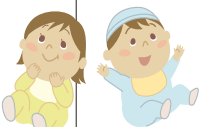
休日診療案内▶

●救急医療情報センター ☎263-1133

●名古屋北歯科保健医療センター ☎915-8844

子どもと親



事業名	対 象	日 時 など	内容・持ち物など	照会先
乳幼児健康診査	3・4か月児 (令和5年2月23日～3月19日生)	7/6(木) 第1子偶数日生・第2子以降… 午前9:00～9:15受付 第1子奇数日生… 午前9:45～10:00受付	持ち物:母子健康手帳、筆記用具 ※通知のない方、転入された方は、母子健康手帳を持って該当する健診日にご来所ください。 	保健予防課 ☎265-2261
	1歳6か月児 (令和3年10月25日～11月14日生)	6/15(木) 第2子以降…午後1:15～1:30受付 第1子…午後1:30～2:00受付		
	3歳児 (令和2年4月17日～5月11日生)	6/22(木) 第2子以降…午後1:15～1:30受付 第1子…午後1:30～2:00受付		
むし歯予防教室 (予約制)	小学校入学前のお子さんと保護者 ※同伴の保護者の方も歯科検診できます。	6/15(木)午前9:30～10:15受付	内容:歯科検診、フッ化物塗布(希望するお子さんのみ720円※生活保護世帯は減免制度あり)、栄養相談 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、タオル	子育て総合相談窓口 (子育て世代包括支援センター) ☎269-7155
モグモグ教室 (予約制)	生後7～8か月(令和4年10月・11月生)のお子さんと保護者 8組	6/14(水)午前10:00～11:00 (午前9:45～10:00受付)	内容:お口の発達やむし歯予防について、離乳食のすすめ方、個別相談 持ち物:母子健康手帳、子どもの食事状況の撮影動画	
パクパク教室 (予約制)	生後9～11か月(令和4年7～9月生)のお子さんと保護者 10組	6/23(金)午前9:45～11:15 (午前9:30～9:45受付)	内容:むし歯予防のポイントと歯のみがき方、離乳食のすすめ方と作り方など 持ち物:母子健康手帳、お使いの歯ブラシ、タオル	
赤ちゃんのための災害時の備え教室 (予約制)	0歳児と保護者 15組(申込先着順)	6/29(木)午後1:30～2:30 (午後1:15～1:30受付)	内容:災害時に赤ちゃんを守るための備え、平常時からの食の備えなど	保健予防課 ☎265-2264
プレ離乳食教室 (予約制)	妊娠中や産後の方とその家族	6/21(水)午後2:00～3:00 (午後1:45～2:00受付)	内容:妊娠中・産後の食事と離乳食について、離乳食体験(作り方実演と試食) 持ち物:母子健康手帳	
子どものアレルギーとぜん息相談(予約制)	15歳未満の方	6/19(月)午後1:30～2:45受付 申込期限:6/15(木)正午	内容:小児科専門医による相談・指導 持ち物:母子健康手帳	
多文化共生子育て教室～にじいろサロン～ (予約制)	区内在住の妊婦、0～6歳児と保護者 15組程度	7/4(火)午前10:00～11:30 (午前9:30～受付)	内容:妊娠中の生活について、育児・歯・栄養などの相談、多文化交流会(中国語・英語の通訳あり)	子育て総合相談窓口 (子育て世代包括支援センター) ☎269-7155
マタニティ・クラス (予約制)	初めてののお子さんを妊娠中の方とその家族 16組(申込先着順) ※安定期に入った妊娠6～7か月頃にご参加ください。	7/5(水) A…午後1:15～3:10 (午後1:00～1:15受付) B…午後1:45～3:35 (午後1:30～1:45受付)	内容:妊娠・出産・育児について、お世話体験、妊婦体験、妊娠中の食事、お口の健康についてなど 持ち物:母子健康手帳、筆記用具	
母乳相談 (予約制)	母乳育児や卒乳についてお困りの方	①6/12(月)、②7/10(月) ①②とも午後1:15～3:15	内容:1人15分程度の個別相談 ※乳房のマッサージは行いません。 持ち物:母子健康手帳、ビニール袋、タオル	
子育て総合相談	子育てに関してお悩みの方	月曜日～金曜日(祝休日除く) 電話相談:午前8:45～午後5:15 面接:午前9:00～午後4:30受付 場所:区役所4階	保健師などが相談を受け、解決の糸口を一緒に考えます。	

一般の方

事業名	対象・内容など	日 時 など	照会先
こころの健康相談 (予約制)	匿名、精神科の医師による相談	毎週月曜日(祝休日除く)午後2:00～3:00 ※第4月曜日は、うつ病患者の家族の相談優先	保健予防課 ☎265-2261
いきいき教室 男の筋トレ教室 (予約制・2日間)	対象:区内在住の65歳以上の男性の方 定員:20人(申込先着順、初参加の方優先) 内容:運動実技、男の魅力はお口から、アクティブシニアのための食事 	1日目:7/7(金)、2日目:7/31(月) いずれも午後1:15～1:30受付 午後3:30終了予定 申込受付中	保健予防課 ☎265-2262
出張健康相談	健康相談などを実施	6/23(金)午後2:00～3:30 マルエイガレリア2階無印良品店内	
HIV・梅毒検査 (予約制)	定員:30人 内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明 ※ウェブサイトで予約(電話不可)	毎週火曜日(祝休日除く)午後1:45～2:30受付	
夜間HIV検査 (予約制)	定員:30人 内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明 ※ウェブサイトで予約(電話不可)	6/15(木)午後6:00～7:00受付 	中保健センター (代表) ☎265-2250

蚊の退治は幼虫から

環境薬務室 ☎265-2256

蚊を減らすには、幼虫(ボウフラ)を発生させないことが大切です。ボウフラはたまり水の中で10日～2週間かけて成虫になるため、週1回は家の周りを点検し、たまり水をなくしましょう。

また、成虫は草むらなどに潜み、近づく人を吸血します。草刈を行い、風通しを良くしましょう。外出する時は、肌の露出の少ない服装を心がけ、必要に応じて虫よけ剤を使用しましょう。



施設からのお知らせ



自動車図書館

☎・FAX821-3364

- ・中文化センター南
6/23(金)午後2:00～4:30
- ・長岡公園 6/30(金)午前10:00～11:00



中スポーツセンター

☎232-2327 FAX232-2364

◆スポーツ教室などのご案内(当日先着順)

曜日	教室・講座名	開 講 日	時 間	対 象	定員	料金
火	ZUMBA® I	6/13～7/4 (全4回)	午後6:30～7:30	一般	30人	1回300円
	コア・シェイプ&ストレッチ I		午後7:45～8:45	一般	30人	1回300円
水	ボディメイク・ピラティス レッスンタイム I	6/14～7/5 (全4回)	午後6:30～7:30	一般	30人	1回300円
	ナイトヨガ レッスンタイム I		午後7:45～8:45	一般	30人	1回300円
木	アクアエクササイズ レッスンタイム I	6/15～7/6 (全4回)	午後1:30～2:30	一般	25人	1回640円
金	ポッチャ広場	6/23、7/7	午後6:00～8:00	どなたでも	10人程度	無料

◆臨時休場:軽運動室7/1(土)～7/31(月)

区内の子育てサロンや地域の遊び場、保育施設など子育てに役立つ情報は「ながっこ★ねっと」で検索！

中区版 令和5年6月号