



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

電話相談窓口

●救急安心センターなごや ☎#7119

子どもと親

事業名	対 象	日 時 など	内容・持ち物など	問合先
乳幼児健康診査	3・4か月児 (令和7年3月8日～3月31日生)	7/17(木) 第1子…午後1:15～1:30受付 第2子以降…午後1:30～1:45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。	
	3・4か月児 (令和7年4月1日～4月25日生)	8/7(木) 第1子…午後1:15～1:30受付 第2子以降…午後1:30～1:45受付		
	1歳6か月児 (令和5年12月12日～12月31日生)	7/24(木)午後1:15～2:00受付		
	3歳児 (令和4年7月7日～7月31日生)	7/31(木)午後1:15～2:00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健診できます。	7/24(木)午前9:30～10:15受付 申込:電話または 予約専用フォーム	内容:歯科健診、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	保健予防課 ☎265-2261
モグモグ教室 (予約制)	令和6年11月・12月生のお子さん と保護者 12組(申込先着順)	7/23(水)午前10:00～11:20 (午前9:45～受付) 申込:7/11(金)午前9:00～ 予約専用フォーム	内容:お口の発達やむし歯予防について、 離乳中期のすすめ方、試食、個別相談など 持ち物:母子健康手帳、赤ちゃんのエプロン・スプーン、筆記用具	
子育て家庭のための 災害時の食の備え教室 (予約制)	小学校入学前のお子さんと保護者 6組	7/30(水)午前10:15～11:30 (午前10:00～受付) 申込:電話または 予約専用フォーム	内容:講話「今日から始める防災術」、実 演見学、簡単な調理体験、試食など 持ち物:筆記用具	
Hello Baby Class (予約制・2日間)	初めてのお子さんを妊娠中の方と その家族 12組 ※安定期に入った妊娠6～7か月 頃にご参加ください。	1日目…8/6(水)午後1:15～3:30 2日目…8/22(金)午後1:15～3:15 (いずれも午後1:00～受付) 申込:電話または 予約専用フォーム	内容:1日目…妊娠・出産・育児について、 お世話体験、妊婦体験 2日目…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	
離乳食前から始める お口育て (予約制)	令和7年1月～4月生のお子さんと 保護者 15組	7/11(金)午前10:00～11:00 (午前9:50～受付) 申込:電話または 予約専用フォーム	内容:離乳食の食べさせ方や姿勢、お口 のお手入れ方法など 持ち物:母子健康手帳、敷物(バスタオル)	子育て総合 相談窓口 ☎269-7155
母乳相談 (予約制)	母乳育児や卒乳についてお困りの方	7/14(月)、8/4(月) 両日とも午後1:15～2:45	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	問合先
こころの健康相談 (予約制)	内容:精神科の医師による相談、匿名	毎週火曜日(祝休日除く)午後2:00～3:30 ※第4火曜日は、うつ病患者の家族の相談優先	保健予防課 ☎265-2264
HIV・梅毒検査 (予約制)	内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明	毎週火曜日(祝休日除く) 午後1:45～2:30受付 申込:ウェブサイト(電話不可)	保健予防課 ☎265-2262
夜間 HIV・梅毒検査 (予約制)		7/17(木)午後6:00～6:45受付 申込:ウェブサイト(電話不可)	中保健センター (代表) ☎265-2250

夏は細菌性食中毒にご注意を！

保健管理課 ☎265-2257

夏は細菌性食中毒が起こりやすい季節です。家庭では、以下のポイントを守り、食中毒を予防しましょう。

- 調理する前、トイレの後は必ず手をしっかり洗いましょう。
- 冷蔵品や冷凍品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫へ入れましょう。
- 加熱する食品は、中心までしっかり加熱しましょう。
- 調理後の食品は、早めに食べましょう。

※毎年、市内では加熱不足の鶏肉を食べたことによるカンピロバクター食中毒が起きています。鶏肉は中心部までしっかり加熱しましょう。

また、テイクアウト(持ち帰り)、デリバリー(配達・出前)を利用して購入した食品も適切な温度で保管し、早めに食べましょう。



健康げんき食講座～実践編～

保健予防課 ☎265-2264

日時 9/4(木)午前10:00～11:30(午前9:45～受付)

対象 区内在住の65歳以上の方

定員 8人

内容 講話「元気を保つ食生活について」、調理実習、試食

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、手拭きタオル、食器や調理器具を拭くふきん、筆記用具、飲み物

申込 7/15(火)午前9:00～電話または予約専用フォーム(先着順)



子育て家庭のための食育セミナー

保健予防課 ☎265-2264

日時 9/5(金)午前10:00～11:30(午前9:30～受付)

対象 就学前のお子さんと保護者(区内在住の方優先)

定員 15組

内容 講話「おいしくカルシウム摂取!」、ラッシー作り体験(レモン果汁と牛乳を使用)、推定野菜摂取量の測定など

持ち物 筆記用具、飲み物

共催 ポッカサッポロフード&ビバレッジ株式会社

申込 7/22(火)午前9:00～電話または予約専用フォーム(先着順)

