

対象は名古屋市内在住の方に限ります。場所の記載のないものは天白保健センターで行います。費用の記載がないものは無料です。

# てんぱく保健センターだより

〒468-0056 天白区島田二丁目201 ☎807-3900(代表) FAX803-1251



- 天白区休日急病診療所 ☎801-0599
- 救急医療情報センター ☎263-1133
- 南歯科保健医療センター ☎611-8044

## 子どもと親

子育て総合相談窓口 ☎847-5981  
(相談)午前8:45~午後5:15 (面接)午前9:00~午後4:30

### ▼教室・相談

事業名	日程	受付時間	対象・内容など
ニューファミリーセミナー 2日間で1コース(予約制) ☎807-3910	6/12(水) 19(水)	午後1:00~1:15	<b>対象</b> 出産予定日が7/11(木)以降の方とその家族(1組2人まで)※初めての出産を控えた方のみ <b>内容</b> 1日目:妊娠・出産・育児の話、赤ちゃんのお風呂・妊婦ジャケットの体験、交流会 2日目:お口のケア・食生活・食品衛生の話 <b>持物</b> 母子健康手帳、筆記用具、水分補給の飲み物 <b>申込</b> 5/13(月)午前9:00~電話で受付・先着16組
母乳相談(予約制) ☎807-3913	6/5(水)	午前9:10~11:00	<b>対象</b> 母乳不足や上手に吸えない、卒乳についてなど、母乳育児でお悩みの方(原則1回のみ)
ママとベビーのカラダケア 教室(予約制) ☎807-3913	6/12(水)	午前10:00~11:30 (実施時間)	<b>対象</b> 2~5か月の乳児とその母親(原則1回のみ) <b>内容</b> 理学療法士による産後の体の変化と使い方・親子のふれあい遊び・交流会 <b>持物</b> 母子健康手帳、フェイスタオル、抱っこひも、水分補給の飲み物(母親は動きやすい服装) <b>申込</b> 5/29(水)午前9:00~電話で受付・先着13組
子どものアレルギーと ぜん息相談(予約制) ☎807-3910	5/21(火)	午前9:00~	<b>対象</b> 15歳未満で湿疹、アトピー性皮膚炎やぜんそくでお悩みの方と保護者 <b>内容</b> 専門医による相談など
子どものお口と歯の LESSON(予約制) ☎807-3910	6/19(水)	前半部 午前9:10~9:20 後半部 午前10:10~10:20	<b>対象</b> 生後5~8か月児とその保護者 <b>内容</b> 離乳食とお口の発達・歯みがきスタート <b>申込</b> 6/3(月)午前9:00~電話で受付・先着11組 <b>対象</b> 生後9か月~1歳1か月児とその保護者 <b>内容</b> 乳児の歯みがきの方法・幼児食にむけて <b>申込</b> 6/3(月)午前9:00~電話で受付・先着11組
むし歯予防教室(予約制) ☎807-3910	5/31(金)	午後1:10~2:15	<b>対象</b> 0~3歳児(4歳児以上はご相談ください) <b>内容</b> 歯科健診・歯みがき相談など。希望者にフッ化物塗布(費用720円、生活保護世帯に減免制度あり) <b>持物</b> 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
子どものお口相談室(予約制) ☎807-3910	5/28(火)	午前9:30~11:00 (1人15分)	<b>対象</b> 歯みがきや、お口のことで相談がある方 <b>内容</b> 個別相談(歯科健診・フッ化物塗布なし) <b>申込</b> 電話で受付・先着12組
離乳食幼児食相談(予約制) ☎807-3910	5/28(火)	午後1:15、1:45 2:15、2:45	<b>内容</b> お子さんの食事の個別相談
ごっくん離乳食教室(予約制) ☎807-3910	5/22(水)	午前10:00~11:00 (実施時間)	<b>対象</b> 離乳食開始の頃から離乳初期の乳児と保護者 <b>内容</b> 離乳初期の話・試食 <b>持物</b> 子ども用スプーン、エプロン <b>申込</b> 5/14(火)午前9:00~電話で受付・先着10組

## 一般の方

### ▼相談・検査

事業名	日程	受付時間	内容など
こころの健康相談(予約制) ☎807-3914	毎週水曜日	午後2:30~	心の悩みなどの個別相談(秘密厳守) ※第2水曜日に「うつ病家族相談日」を開設
性感感染症検査(予約不要) ☎807-3912	5/23(木) (第4木曜日)	午前9:00~10:00	HIV・梅毒・性器クラミジアの検査※1 匿名、無料(証明書が必要な場合は有料※2)

- ※1 HIV・梅毒は血液検査、性器クラミジアは尿検査を行います。検査前1時間は排尿をしないでください。検査結果は1週間後に天白保健センターでお渡しします。電話などでの回答は不可
- ※2 証明書(HIVのみ)が必要な場合は、予約が必要です。事前にお問い合わせください。

### ▼各種検診

事業名	日程	対象・内容など	申込
乳がん検診 (予約制)	7/31(水) 午前	<b>対象</b> 40歳以上の女性 (2年度に1回) <b>定員</b> 先着40人 <b>費用</b> 500円 <b>内容</b> 問診、マンモグラフィ	集団健診予約受付センター ☎0570-041-758 (原則、6/1(土)から検診実施日の3週間前まで) ※ウェブサイトからも予約できます。 <a href="#">名古屋市健診(検診)総合サイト</a>

市内協力医療機関で受診できます 胃がん(エックス線検査または内視鏡検査)、大腸がん、肺がん・結核、子宮がん、乳がん、前立腺がんの各検診。胃がん検診は、内視鏡検査を市内協力医療機関で実施しています(対象は50歳以上、2年度に1度、胃部エックス線検査と選択制)。

各種検診料金免除制度 市民税非課税世帯の方などは、費用が無料になる制度があります(事前に手続きが必要です)。詳しくはお問い合わせください。

## てんぱくヘルスカレッジ

### ▼①たくさん笑って口腔機能アップ(予約制)

**日時** 5/29(水)午後1:30~3:30(1:15~受付)  
**場所** 区役所講堂  
**対象** 区内在住のおおむね65歳以上  
**定員** 先着20人  
**持物** 水分補給の飲み物、シニアグラス、筆記用具

①②の申込 5/13(月)午前9:00~電話、区ウェブサイト、窓口で受付  
①②の問合せ 保健予防課 精神保健・健康づくり担当☎807-3917

### ▼②お口の機能を保っておいしく食べましょう! (予約制)

**日時** 6/25(火)午後1:30~3:30(1:15~受付)  
**場所** 区役所講堂  
**対象** 区内在住のおおむね65歳以上  
**定員** 先着20人  
**持物** 水分補給の飲み物、シニアグラス、筆記用具

### ▼乳幼児健康診査(個別通知)

都合が悪い場合はご相談ください。連絡なく来所されない場合は、確認の連絡をすることがあります。**持物** 母子健康手帳、アンケート

対象	日程	対象児の生年月日
3か月児	5/17(金)	R5/12/24~R6/1/4
	5/24(金)	R6/1/5~1/15
	5/31(金)	R6/1/16~1/26

**受付** 第1子 午前8:50~9:10  
第2子以降 午前9:10~9:30

※第1子の方には集団でのお話を実施  
※健診終了後、絵本の読み聞かせなどを行うブックスタート事業を実施。絵本を1冊プレゼントします。

対象	日程	対象児の生年月日
1歳 6か月児	5/16(木)	R4/9/29~10/8
	5/23(木)	R4/10/9~10/20
	5/30(木)	R4/10/21~10/30

対象	日程	対象児の生年月日
3歳児 (検尿実施)	5/14(火)	R3/4/13~4/23
	5/21(火)	R3/4/24~5/1
	6/4(火)	R3/5/2~5/11

**受付** 第2子以降 午後1:00~1:20  
第1子 午後1:30~2:00

※希望者にフッ化物塗布を実施  
(費用720円、生活保護世帯に減免制度あり)  
※1歳6か月児健診終了後、図書館ボランティアによる絵本の読み聞かせなどを午後2:00~2:45(最終受付2:40)に行います。

問合せ 保健予防課 保健感染症担当 ☎807-3910

### ▼発達障害のお子さんを育てるご家族のための交流会(予約制)

お子さんが発達障害と診断を受けて、心配や困ったことなどをお話ししませんか。

**日時** 6/13(木)午前10:00~11:30

**対象** 区内在住の未就学児の家族(託児は先着4人)

**申込** 5/30(木)午前9:00~電話で受付

**問合せ** 保健予防課 保健看護担当 ☎807-3913

### ▼ゴキブリ防除講習会(予約制)

**日時** 5/29(水)午後2:00~3:00

**定員** 先着25人

**内容** 防除に関する話とホウ酸だんごづくり

**申込** 5/16(木)~電話、FAXで受付

**問合せ** 南保健センター環境業務課  
☎614-2862 FAX614-2818

### ▼難病のつらい(予約制)

療養生活について皆さんでお話ししませんか。

**日時** 6/10(月)午後1:30~3:00(1:10~受付)

**対象** 区内在住で指定難病(神経・筋疾患)の診断を受けた方、家族

**定員** 先着8組

**内容** 神経内科医による神経・筋疾患患者の療養生活についての講話・個別相談(要予約)、交流会

**申込** 随時受付中

**問合せ** 保健予防課 保健看護担当 ☎807-3913

### ▼有毒植物の食中毒に注意してください

食用植物と確実に判断できない場合は、

①採らない②食べない③売らない④人にあげないようにしてください。

※庭に植えた覚えのない植物が生えた際は、むやみに食べないでください。

※家庭菜園や畑などで、野菜と観賞植物を一緒に栽培しないでください。

食用と間違えやすい有毒植物の例

ニラ(食用)



スイセン(有毒植物)



ニラの葉はもむと特有の強い臭いがありますが、スイセンの葉は弱く青臭い臭いがします。

**問合せ** 健康安全課 食品衛生・動物愛護等担当  
☎807-3907