

# 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? 救急車を呼ぶ? 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
母乳相談【予約制】 保健センター ☎052-651-6539 分室☎052-302-8161	7/22(月) 受付13:15~14:00	南陽分室	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
	8/1(木) 受付13:00~15:15	港保健センター	
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▶	7/31(水) 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 7/12(金)~29(月)
歯っぴー教室【予約制】 保健センター ☎052-651-6537 分室☎052-302-8161	7/18(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 <sup>免</sup>
	7/25(木) 受付13:30~14:30	南陽分室	
はじめての歯みがき教室【予約制】 ☎052-651-6537	7/22(月) 10:00~11:00ごろ (受付9:50~10:00)	港保健センター	令和5年5月~9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 6組(先着順) 申込 7/8(月)~18(木)

※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	R6.3.16~R6.3.31	7/23(火)
	R6.4.1~R6.4.15	8/6(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	R4.11.19~R4.12.6	7/17(水)
	R4.12.7~R4.12.28	8/7(水)
3歳児	R3.6.26~R3.7.11	7/12(金)
	R3.7.12~R3.7.26	8/2(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	R6.3.1~R6.3.31	7/30(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	R4.11.20~R5.1.5	7/24(水)
3歳児	R3.6.15~R3.7.19	7/26(金)
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<sup>免</sup>)を実施します。おつりのないようお願いします。

※<sup>免</sup>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。

問合せ 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

## ●乳がん検診【予約制】

日時 ①8/1(木)午後 ②9/2(月)午後  
場所 ①南陽分室 ②港保健センター  
対象 40歳以上の女性市民(令和6年度中に40歳になる方を含む)  
※受診は2年度に1回  
定員 各40人(先着順)  
内容 マンモグラフィ検査、問診  
費用 500円  
※免除制度あり。詳細は下記へ  
申込 ①7/11(木)②8/12(月・休)までに電話(☎0570-041758)または名古屋健康(検診)総合サイトから  
問合せ 精神保健・健康づくり担当 ☎052-651-6509

## 環境デー なごや2024 自由研究応援企画!

### なごやに降る雨を調べてみよう【予約制】

身近な液体を酸性・中性・アルカリ性に分ける実験をしながら、名古屋の雨の性質を調べます。実験のまとめ方のコツもお伝えします。  
日時 7/27(土) 午前10時30分~正午  
場所 港保健センター  
対象 小学生とその保護者  
定員 20組(先着順)  
申込 7/11(木)午前9時~電話またはメール(参加者全員の氏名・子の学年・電話番号・参加人数を記入)にて下記へ  
問合せ 公害対策課 ☎052-651-6493  
a6516471-06@minato.city.nagoya.lg.jp

## 食中毒を防ぎましょう

食中毒菌は、温度・栄養分・水分の3条件がそろくと、食べ物の中で増殖していきます。

夏は気温や湿度が高くなるため、特に注意が必要です。

食中毒予防の3原則を守り、食中毒を防ぎましょう!

### ＜食中毒予防の3原則＞

- ①菌を付けない  
・手をしっかり洗う  
・肉や魚、そのまま食べる食品などによって、まな板や包丁を使い分ける
- ②菌を増やさない  
・肉や魚、冷凍保存のものはできるだけ早く冷蔵庫に入れる  
・調理後は早めに食べる
- ③菌をやっつける  
・十分に加熱する

問合せ 食品衛生・動物愛護等担当 ☎052-651-6486

## 暑い夏を乗り切ろう!

### 熱中症を予防しましょう

熱中症は室内でも多く発生しています。また夜間も注意が必要です。特に高齢者は熱中症になりやすい傾向があります。予防対策ができているか、以下の項目をチェックしてみましょう!

- ☑小まめに水分を補給する
  - ☑夜間も手元に水分を用意する
  - ☑部屋の温度・湿度を測る
  - ☑エアコンや扇風機で、温度・湿度を調整する
  - ☑外出時は日傘や帽子を使用する
  - ☑外出時はなるべく涼しい場所や施設を利用する
- 問合せ 保健看護担当 ☎052-651-6539

## 犬の飼い主さんへのお願い ~夏場の犬の飼い方について~

◎屋外で犬を飼われている方  
時間帯によっては、大変暑くなります。犬が熱中症にならないように、直射日光が当たらない風通しが良く涼しい場所で飼い、いつでもきれいな水が飲めるようにしておきましょう。

◎屋内で犬を飼われている方  
窓の開放により、犬の鳴き声が近隣に響き、苦情の原因になることがあります。窓を開ける際は、十分な配慮をお願いします。

問合せ 食品衛生・動物愛護等担当 ☎052-651-6486

## #ほけんし 港保健センター保健師のほのぼのコラム

### 第4回 「保健師、道に迷う」の巻

保健師は地域や各家庭を自転車で回っていますが、実は方向音痴な保健師もいます(小声)。訪問先のお家が見つけれず、道に迷ってしまうことも。

お家に無事に着いて、皆さんの顔を見られたときには、内心とってもほっとしています。

子育ての相談は子育て総合相談窓口へ ☎052-655-8745