

- 場所の記載がないものは、各施設で行います。
- 料金の記載がないものは、無料です。
- 予約制の記載がないものは、予約不要です。
- 申込の記載がないものは、当日自由参加です。
- 越紙の際は、公共交通機関をご利用ください。
- 紙面の都合上、すべてのイベントを掲載できませんので、詳しくは各問合先にご確認ください。

◆【**男性限定**】自分で作る健康ごはん(予約制)

男性を対象とした料理の楽しさを学ぶ教室です。

日時 9/29(木)午後1:30～3:30
(受付 午後1:00～1:20)

場所 北保健センター 栄養指導室

対象 区内在住の65歳以上の男性 5人

内容 健康講話、「手作りうどんと簡単筑前煮」の実習(試食なし)

持物 エプロン、バンダナなど、手拭きタオル

申込 電話・窓口にて先着順

【問合】感染症対策等担当(☎917-6552)

健診名	実施日	受付	対象者
3(4)力月児	9/6(火)	午後 1:10 ～ 1:40	R 4. 5. 1 ～ 5. 31生
3歳児	9/2(金)	(第2子以降) 午後 1:10 ～ 1:30 (第1子) 午後 1:30 ～ 1:50	R 1. 7. 31 ～ 8. 31生

◆乳がん検診(予約制) ※自己負担金免除制度あり

日時	10/14(金)午前
場所	楠分室 / 料金 500円
対象	市内在住の40歳以上の女性(今年度中に40歳になる方を含む)で、昨年度中に本市の乳がん検診を受診していない方
内容	保健師による自己触診法講習、 検診(問診・マンモグラフィ) ※40～49歳は2方向撮影、50歳以上は1方向撮影
申込	8/14(日)～9/23(金・祝)に集団検診 予約受付センターまで
電話予約:	☎0570-041-758 ※祝日含む月～土曜日 午前9:00～午後8:00
ウェブ予約:	こちらからアクセス▶
【問合】	感染症対策等担当(☎917-6552)



【問合】感染症対策等担当(☎917-6552)

(子育て世代包括支援センター)

実施日 月～金曜日(祝日は除く)
時 間 電話 午前8:45～午後5:15
面接 午前9:00～午後4:30
場 所 北保健センター保健予防課
(19番窓口) ☎910-6815＜専用電話＞



北区まるとすまいる通信⑤



◆「KITA JAZZ！リズム＆ステップ vol.1ージャズのリズムを身体で楽しもうー」DVDを作成しました！

解説つきDVDがあるので、
見ながらすぐにジャズの
リズムを体感できます



KITA JAZZ!
リズム＆ステップ vol.1
ージャズのリズムを身体で楽しもうー

講師：Take The 'W' Train (A和事代付2.5)

講師：カイアキトン (音楽療法士・介護予防指導士)

北区で展開するKITA JAZZ！の取り組みを活用し、ジャズを用いた音楽療法と介護予防運動を組み合わせた楽しく取り組める介護予防プログラムを作成しました。ジャズのリズムを身体で楽しんでみませんか？

- DVDを区内の高齢者サロンやイベントで活用したい。
- KITA JAZZ！リズム＆ステップのイベントに参加したい。

などありましたら、下記問合せ先までご連絡ください。

DVDのダイジェスト版を「なごや動画館まるはっちゅーぶ」3chに掲載しております。以下の二次元コードからアクセスできますのでぜひご覧ください。▶



▲ DVDのジャケット写真

【問合せ】北区役所福祉課地域包括ケア推進担当

(☎917-6575・FAX914-2100

✉ a9176521@kita.city.nagoya.lg.jp)

キタッコだより

●場所の記載がないものは、各施設で行います。 ●料金の記載がないものは、無料です。 ●予約制の記載がないものは、予約不要です。
●申込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。
●紙面の都合上、すべてのイベントを掲載できませんので、詳しくは各問合先にご確認ください。

上飯田児童館 TEL916-7030 FAX916-7033

申込が必要なものは、申込開始日の午前10:00～先着順(電話の場合は午前10:30～)。

◆**わんだふるぱーく(当日先着順)**
日時 8/19(金)午前10:00～11:30
対象 未就園児とその保護者 16組

◆**ひよっこたいそう(当日先着順)**
日時 8/23(火)午前10:00～11:30
対象 歩行可能な10カ月児～1歳児とその保護者16組
持物 動きやすい服装、飲み物、タオル、親子ともに上靴(ない場合は裸足)

◆**水遊びをしよう!マイ水鉄砲持ち込みOK!**
日時 8/30(火)午後3:00～4:30
対象 小学生～18歳未満児 16人
持物 着替え、替えの靴、水筒、タオル、帽子
申込 8/15(月)～

◆**人気キャラクターの工作をしよう!**
日時 8/31(水)午前10:30～11:30
対象 年中・年長児とその保護者 10組
申込 8/16(火)～

◆**ちびっこからだあそび(当日先着順)**
日時 9/1(木)午前10:30～11:30
対象 1歳6カ月児～未就園児とその保護者16組
持物 動きやすい服装、飲み物、汗拭きタオル

◆**移動児童館in光城学区**
日時 9/9(金)午前10:00～11:30
場所 光城コミュニティセンター
対象 未就園児とその保護者 10組
申込 8/25(木)～

◆**上飯田福祉会館なつまつり～福祉会館交流事業～「おはなし☆ミュージック」**
日時 9/10(土)午前10:30～11:00
対象 どなたでも 50人 ※未就学児は保護者同伴
申込 8/12(金)～

◆**さくらんぼ広場**
日時 9/8・22(木)午前10:00～11:00
対象 0歳児～未就園児とその保護者 各回12組
※どちらか1回のみ参加できます。
申込 8/20(土)～

◆**おやこdeヨガ**
日時 9/9(金)午前10:00～11:30
対象 首のすわった未就園児とその保護者12組
申込 8/24(水)～

◆**子ども将棋教室**
日時 9/10・24(土)午後1:00～2:00
※9/10は「福祉会館なつまつり」で高齢者と対局します。
対象 小学生以上 各回10人 ※家族の付添不可
申込 8/26(金)～

◆**令和4年度後期児童館クラブ員募集**
申込 8/12(金)～20(土)必着
希望のクラブ名(1人1クラブ)、子どもの氏名(ふりがな含)・性別・生年月日(西暦)・郵便番号・住所・電話番号・保護者氏名を明記の上、往復はがきにて(詳細は児童館ホームページ参照)。
〒462-0804上飯田南町1-45-4上飯田児童館まで
※応募者多数の場合は抽選
※多胎児はきょうだいで1枚
以下の●が募集中のクラブ(ともに料金1,000円)
●**わくわく遊び隊(10月～翌年3月)全8回**
日時 指定水曜日 午前10:00～11:30
対象 10/1(土)時点1歳児とその保護者15組
※クラブ員ではないきょうだいは一緒に参加できません。
●**親子体操(10月～翌年3月)全8回**
日時 指定火曜日 午前10:30～11:30
対象 10/1(土)時点2歳児～未就園児とその保護者15組

自動車図書館 TEL821-3364 FAX821-3364

◆**大曽根住宅**
日時 8/18(木)午後2:00～3:30
◆**上飯田第二団地**
日時 8/31(水)午前10:00～11:00

楠地区会館 TEL901-3301 FAX901-3301

◆**上飯田移動児童館**
日時 8/27(土)午前10:00～
対象 親子 10組 / 料金 無料
申込 8/12(金)午前10:00～電話・窓口にて先着順

黒川スポーツトレーニングセンター TEL982-2770 FAX982-2775

※★印の申込は、市電子申請サービス・往復はがきにて(6面参照)。各催しの必要事項は年齢。
〒462-0844清水四丁目17番17号黒川トレセンまで。はがき1枚につき1人のみ有効。定員を超えた場合は抽選。
※申込が当日のものは、すべて窓口にて先着順 ※すべて災害補償制度あり ※受講する際はマスクをご持参ください。

教室名	日程	時間	対象	定員	料金	申込
かんたんエアロ&トレーニング	8/15、9/5(月)	午後2:10～3:10	中学生以上	各回20人	各回400円	当日午後1:50～
からだスッキリ!骨盤調整ヨガ		午後3:20～4:20		各回25人	各回400円	当日午後3:00～
ZUMBA		午後6:00～7:00		各回30人	各回400円	当日午後5:40～
美ボディレッスン		午後7:20～8:20		各回30人	各回400円	当日午後7:00～
パーソナルトレーニング	9/5・12(月)	午後4:30～5:30		各回1人もしくは2人1組	各回1人6,500円 2人なら11,000円	受講日の2週間前までに窓口にて
		午後5:30～6:30				
		午後7:50～8:50				
親子ふれあい遊び&ママエクササイズ	9/13～11/8(指定火曜日)	午前10:40～11:50	1歳児半～3歳児とその保護者	20組	4,400円(全8回)	★8/24(水)必着
ボディメイク・ピラティスⅡ	9/8～11/17(指定木曜日)	午後7:30～8:45	中学生以上	30人	3,300円(全10回)	★8/24(水)必着
ボディーケア・ピラティス	9/8(木)	午前10:45～11:45	中学生以上	28人	300円	当日午前10:30～
ボディーケア・ピラティス(託児付)	9/8～11/17(指定木曜日)	午前10:45～11:45	保護者と託児	2組	6,300円(全10回)	★8/24(水)必着
姿勢改善エクササイズ	9/8(木)	午前9:20～10:20	中学生以上	30人	300円	当日午前9:05～

北スポーツセンター TEL917-0501 FAX917-0510

※一般は15歳以上(中学生除く) ※☆印の申込は、市電子申請サービス・往復はがきにて(6面参照)。各催しの必要事項は性別と年齢。
〒462-0021成願寺1-6-12 北スポーツセンターまで。はがき1枚につき1人のみ有効。定員を超えた場合は抽選。

教室名	日程	時間	対象	定員	料金	申込
免疫ヨガ教室Ⅱ	9/14～11/16(指定水曜日)	午後1:00～2:30	一般	45人	3,300円(全10回)	☆8/23(火)必着
親子であそぼ!Ⅱ	9/29～11/17(指定木曜日)	午前9:15～10:15	満1～2歳児とその保護者	20組	3,850円(全7回)	☆9/14(水)必着
水泳(一般)教室Ⅱ	9/13～11/15(指定火曜日)	午後6:30～8:00	一般	25人	6,600円(全10回)	☆8/23(火)必着
親子水遊び教室Ⅱ	9/13～10/11(指定火曜日)	午前10:30～11:30	1歳6カ月以上の未就学児とその保護者	12組	3,900円(全5回)	☆8/23(火)必着
小学生水泳教室(火曜)Ⅱ	9/13～11/15(指定火曜日)	午後5:00～6:00	小学生	36人	5,000円(全10回)	☆8/23(火)必着
らくらく!アクアウォーク&エクササイズ教室Ⅱ	9/14～11/16(指定水曜日)	午後1:00～2:00	一般	20人	6,600円(全10回)	☆8/30(火)必着
キッズプリントスクール	9/17(土)	午後1:00～2:30	小学3～6年生	50人	無料	☆9/7(水)必着
ロコ予防で健康づくり	9/15・22(木)	午後1:15～2:45	一般	15人	1,000円(全2回)	☆9/8(木)必着
ベビーサイン体験会④	9/9(金)	午前10:30～11:30	6カ月～1歳6カ月の子とその保護者	10組	600円	☆8/24(水)必着
リラックスヨガ	8/22・29、9/5(月)	午前9:30～10:30	一般	各回20人	各回400円	開始時間の20分前から窓口にて先着順
骨盤エクササイズ		午前10:45～11:45	一般女性	各回20人	各回400円	
ヨガ&フィットネス	9/5(月)	午後7:00～8:00	一般	40人	300円	
エアロダンス	8/23・30、9/6(火)	午前10:45～11:45	一般	各回50人	各回300円	
フラダンス(ブルメリア)		午後0:40～1:40	一般女性	各回20人	各回400円	
フラダンス(ハイビスカス)		午後1:50～2:50	一般女性	各回20人	各回400円	
キッズダンス		午後7:00～8:00	小学生	各回20人	各回400円	
ファイティングエクササイズ	8/24・31、9/7(水)	午前10:45～11:45	一般	各回20人	各回400円	開始時間の15分前から窓口にて先着順
エアロピクス	8/25、9/1・8(木)	午前10:45～11:45	一般	各回50人	各回300円	
ベリーダンス		午後1:30～2:30	一般女性	各回20人	各回400円	
ZUMBA®(午後6:30の部)		午後6:30～7:30	一般	各回20人	各回400円	
ZUMBA®(午後7:45の部)		午後7:45～8:45	一般	各回20人	各回400円	
スポーツパーク(卓球・バドミントン)	9/7(水)	午後6:30～8:30	小学生以上※小学生は保護者の同伴が必要	50人	340円	

記載されている行事などは、新型コロナウイルス感染症対策を講じた上で実施しますので、協力ををお願いします。なお、状況によっては中止や内容変更となる場合があります。最新情報は、各催しの担当部署にご確認ください。

上飯田福祉会館
TEL914-0831 FAX912-1308

記載のないものは市内在住の60歳以上の方が対象です(会館利用には利用証とマスクが必要)。

◆**無料健康相談(整形外科)**
日時 8/26(金)午後2:00～3:00 / 定員 4人
講師 整形外科医 林一成氏
申込 8/12(金)～25(木)電話・窓口にて先着順

◆**すこやか健康講座「フレイル予防」**
日時 9/6(火)午後1:00～2:00 / 定員 20人
申込 8/12(金)～9/5(月)電話・窓口にて先着順

◆**無料介護相談**
日時 9/6(火)午後2:00～3:00 / 定員 4人
申込 8/12(金)～9/5(月)電話・窓口にて先着順

◆**無料健康相談(内科)**
日時 9/9(金)午後2:00～3:00 / 定員 4人
講師 内科医 新居敬弘氏
申込 8/12(金)～9/8(木)電話・窓口にて先着順

◆**認知症予防教室参加者募集**
日時 10月～翌年3月の6カ月間 午前10:00～正午
毎週火曜・水曜・木曜の3クラス
対象 市内在住の65歳以上の方
定員 各クラス12人(応募者多数の場合は抽選)
申込 8/12(金)～31(水)まで(抽選日は9/12(月))
※本人が来館のうえ申込が必要

◆**認知症予防リーダー養成講座参加者募集**
日時 10/3・17・24、11/7・14(月)(他4日間)
午前10:00～正午

定員 5人
申込 8/12(金)～31(水)電話・窓口にて先着順

◆**夏まつり(要予約)**
日時 9/10(土)午前10:30～午後3:00
内容 eスポーツ大会やパラスポーツ体験会など。
申込 8/12(金)～31(水)電話・窓口にて先着順

北図書館
TEL912-8111 FAX912-8135

◆**乳幼児向けおはなし会**
日時 8/12・26、9/9(金)午前11:00～11:20
対象 0～2歳児の乳幼児とその保護者 各回5組

◆**おはなし会**
日時 8/13・27、9/10(土)午後2:00～2:30
8/17・24・31、9/7(水)午後3:30～4:00
対象 3歳以上の幼児・小学生(家族の付き添い可) 各回10人

◆**ストーリー・テリング(語り)のおはなし会**
日時 9/3(土)午前11:00～11:30
対象 5歳以上 15人
※上記◆の申込は全て当日午前9:30～電話・窓口にて先着順

◆**おもちゃ病院**
日時 8/14(日)午前10:00～午後3:00

◆**「なごやっ子読書ノート」で図書館お仕事体験**
日時 9/17、10/15、11/19(土)午前10:30～11:30
対象 区内在住の小学生で「なごやっ子読書ノート2022年度版」を完成した人 各回4人
申込 8/31(水)までに北図書館カウンターにて受付。応募者多数の場合は抽選。

楠図書館
TEL903-8653 FAX903-8652

◆**ちいさい子のおはなし会(当日先着順)**
日時 8/25、9/8(木)午前11:00～11:20
対象 乳幼児とその保護者 各回4組

◆**おはなし会(当日先着順)**
日時 8/13・27、9/10(土)午後2:30～2:50
9/10(土)午前11:00～11:20
対象 幼児・小学生とその保護者 各回8人

◆**夏のこわいおはなし会**
日時 8/17(水)午前11:00～11:25
対象 6歳以上のお子さん 10人

◆**北高校英語のおはなし会**
日時 8/20(土)①午前10:00～10:30
②午前11:00～11:30
対象 4歳～小学生とその保護者 各回4組
申込 8/11(木・祝)午前9:30～電話・窓口にて先着順

◆**「なごやっ子読書ノート」で図書館お仕事体験**
日時 9/3・17(土)①午前10:00～11:00
②午後2:00～3:00
対象 区内在住の小学生で「なごやっ子読書ノート2022年度版」を完成した人 各回4人
申込 8/31(水)までに楠図書館カウンターにて受付。応募者多数の場合は抽選。

北文化小劇場
TEL910-3366 FAX910-3367

◆**朝っぱら！コンサート「午後までモーニングジャズ」**
日時 9/17(土)午前10:30～11:30(午前10:00開場)
午後2:30～3:30(午後2:00開場)

定員 各回245人 ※未就学児入場不可
出演 伊藤寛哲(ギター)
塚本奈可(サクソックス&ヴォーカル)
坂崎拓也(ベース)
内容 朝からジャズを楽しむことができるコンサートです
料金 1,500円 〈時間指定・全指定席〉
※チケットは同劇場ほかで販売

◆**北区の伝統工芸工房 親子で学ぶ「からくり人形」の世界**
日時 8/23(火)午後2:00開演(午後1:30開場)
対象 小学生とその保護者 30組(1組4人まで)
出演 九代玉屋庄兵衛
料金 無料
申込 メールフォームにて先着順
スマートフォンはこちら▶

北区社会福祉協議会
TEL915-7435 FAX915-2640

◆**高齢者はつつつ長寿推進事業(フレンドリークラブ)参加者募集**

曜日	会場	
	午前10:00～正午	午後1:45～3:45
月	辻コミュニティセンター	六郷コミュニティセンター
火	楠地区会館	楠西コミュニティセンター
水	川中コミュニティセンター	
木	金城コミュニティセンター	東志賀コミュニティセンター
金	大杉コミュニティセンター	

期間 令和4年10月～令和5年3月まで
対象 市内在住65歳以上の方で会場までおひとりで通える方
内容 健康体操、創作活動、脳トレなど
申込 8/31(水)まで電話にて
※詳細は北区社会福祉協議会までお問い合わせください。

◆**第4次地域福祉活動計画関連事業 地域生活支援ボランティア養成講座 傾聴とはどんなこと？～聴き上手になるために～**

日時 10/26～11/16(水)午前10:00～正午(全3回講座)
場所 市総合社会福祉会館 7階
対象 区内在住・在勤または在学中で、3回目とも参加可能かつ受講後ボランティア活動に参加できる方 20人

料金 500円(資料代、保険料など)
申込 8/31(水)まで(応募者多数の場合は抽選)

◆**出張プチサロンふくちゃん・きたちゃん～ふくしがきた～を開催します**

日時 8/22(月)午前11:00～午後2:00
場所 楠地区会館
内容 障がい者が心をこめて作った自主製品の販売など

いきいき支援センター
東部 TEL991-5432 FAX991-3501
西部 TEL915-7545 FAX915-2641

◆**認知症の人を介護する家族支援事業**
対象 区内在住の認知症の人を介護するご家族
ご希望の方は、担当のいきいき支援センターまで。

申込先	北区東部いきいき支援センター	北区西部いきいき支援センター
対象学区	六郷、六郷北、飯田、宮前、名北、辻、杉村、東志賀、城北	大杉、清水、金城、光城、川中、味鏡、西味鏡、楠、如意、楠西
家族教室(認知症の講話・交流会)	8/25(木)午後1:30～3:30 北区東部いきいき支援センター会議室	8/17(水)午後1:30～3:30 北区在宅サービスセンター研修室
医師の専門相談(予約制3人まで)	8/17(水)午後2:00～3:30 場所 同上	8/24(水)午後2:00～3:30 北区在宅サービスセンター連絡調整室
家族サロン(介護の悩み相談)	8/18(木)午後1:30～3:30 場所 同上	8/24(水)午後1:30～3:30 北区在宅サービスセンター研修室

北区役所
TEL911-3131(代表) FAX914-5752

◆**第36回北区剣道大会中止のお知らせ**
今年度の北区剣道大会は、新型コロナウイルス感染症拡大を防止するため、中止いたします。
【問合せ】地域力推進室(生涯学習担当)
(☎917-6437～6439・FAX914-5752)

上下水道局北営業所
TEL981-2556 FAX981-2558

◆**雨水ますの清掃にご協力**
近年、局地的な集中豪雨による浸水被害が発生しています。大雨が降ると大量の雨水が下水管に流れ込みます。その際、「雨水ます」に落ち葉やごみが詰まっていると雨水があふれてしまいます。「雨水ます」が詰まらないように、地域の皆さまには普段から意識していただき、清掃していただくようご協力をお願いします。



北土木事務所
TEL911-8165 FAX913-3986

◆**8月は道路ふれあい月間です**
道路上に自転車や自動車を放置したり、看板やのぼり、商品などを置いたりすることは禁止されています。道路はみんなのものです。一人一人がマナーを守り、よりよい道路環境をつくりましょう。

北消防署
TEL981-0119 FAX915-0119

◆**9月9日は「救急の日」救急車を上手に使いましょう**
限られた資源である救急車を本当に必要とされる方のために、救急車の上手な利用をお願いします。なお、「意識がない」、「突然の激しい頭痛、胸痛、手足の突然のしびれ」、「ろれつが回りにくい」など、いつもと違う場合や様子がおかしい場合は、ためらわずに119番通報をしてください。また、最寄りの診てもらえる病院・診療所を調べたい場合は、愛知県救急医療情報センター(☎263-1133、24時間対応)までお問い合わせください。

その他

◆**北区親支援講座「子どものイヤ！が楽しみになる 親のための学習会」**
日時 10/13・27、11/17(木)(全3回の連続講座)
午前10:00～正午
場所 北生涯学習センター
対象 区内在住の0～3歳児の子を育児中の親 14人
託児受入 10人(講座初回時の月齢により不可の場合あり)
申込 8/29(月)☎/26(月)までHPにて受付。
応募者多数の場合は抽選。

【問合せ】北区子育て応援拠点 遊モア柳原
(☎908-1841・HP <https://mamekko.org/>)

◆**長期休暇中のドロボウ被害に注意！**
長期休暇中は住人の外出時を狙った空き巣被害が多発するおそれがあります。自宅を不在にする場合は対策をしましょう。

①まずは確実な施錠！窓には補助錠でツーロックを
②留守を悟られないため、室内灯は常時点灯
③行動や自己資産の情報をSNSでタイムリーに発信しない
④防犯カメラの設置や機械警備の導入
【問合せ】北警察署生活安全課(☎981-0110)

各種相談

◆**法律相談(予約制)** ※面談時間は20分
日時 8/22、9/12(月)午後1:00～4:00
申込 名古屋おしえてダイヤル(☎953-7584)開催日の1週間前から電話またはウェブサイトにて先着順

◆**行政相談(予約不要)**
日時 8/17(水)午後1:30～3:30
【問合せ】北区役所地域力推進室(☎917-6435)

◆**人権相談(予約不要)**
日時 8/17(水)午後1:30～3:30
【問合せ】北区役所総務課庶務係(☎917-6416)
※上記◆の場所は全て北区役所3階相談室

◆**北区福祉地域相談の開催**
生活に困っている方やそのご家族など、どんなでもお気軽にご利用ください。障害者手帳の有無は問いません。
日時 9/10(土)午後1:00～3:00
場所 六郷コミュニティセンター(大曾根3-15-90)
【問合せ】北区障害者基幹相談支援センター
(☎910-3133・FAX916-3665)

広報なごや

KITA-KU

北区版 8月号

北区マスコット
キャラクター
「キタッコ」楠地区マスコットキャラクター
「くすのっち」編集 | 北区役所 地域力推進室
〒462-8511 北区清水四丁目17番1号
☎911-3131 FAX914-5752

北区ウェブサイト

名古屋市北区役所 検索



地震災害に備えていますか？



事前準備

ハザードマップや各学区の震災避難行動マップを確認し、災害時にどのような行動をするべきか事前に確認しておきましょう。

ハザードマップが新しくなりました

地震や風水害などすべての災害を掲載した「新しいハザードマップ」と防災情報や日頃からの備えなどをまとめた「なごやハザードマップ防災ガイドブック」が市公式ウェブサイトで公開中です。なお、令和5年3月に全戸配布される予定です。

震災避難
行動マップ
はこちら▶ハザード
マップは
こちら▶

備蓄品、非常持ち出し品の準備

大災害が発生すると、物流が止まり、支援物資が届くまでに日数がかかる場合があります。備蓄物資は、7日分程度、家族の人数も考慮して用意しましょう。

ローリングストックのすすめ

いつも食べているものを「ちょっと多く買って備える」ローリングストックをすると、食品を無駄にすることなく、効率よく備えることができます。また、主食（おにぎりやパンなど）以外のものを備えておくと、よりバランスの取れた食事になり、健康を保つことができます。



北区総合防災訓練

日時 9/4(日)
午前9:30

場所 名古屋市立
志賀中学校

金城・光城・川中学区の住民の皆さまと各防災関係機関、ボランティアなどが総合防災訓練を実施いたします。

なお、新型コロナウイルス感染症対策を講じた上での開催に向けて準備をしておりますが、訓練当日に本市にまん延防止等重点措置または愛知県に緊急事態措置が適用されている場合は当日の訓練を中止いたします。

訓練当日は、広報車が区内を巡回し、広報訓練を行いますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

問合 北区役所総務課(☎917-6414・FAX914-5752)

地震発生時の避難方法(北区の場合)

地震発生!

(津波のおそれなし)

余震が続き、避難が必要

YES

安全な場所に住んでいて、身を寄せられる親戚や知人がいる

NO

自宅にとどまる

周囲の状況、行政からの情報などに十分に注意してください。

NO

指定緊急避難場所へ避難

- 公立小・中・一部の高等学校などのグラウンド
- 広域避難場所
- 一時避難場所

YES

親戚・知人宅などへ



余震など災害のおそれなくなる

自宅が被災して、帰宅できない

YES

指定避難所へ避難

NO

自宅へ帰宅

※親戚・知人宅などへの避難の場合は、各市町村の公式ウェブサイトなどでハザードマップを確認しましょう。

北区美術展 作品募集

応募作品の全てを展示します。また、審査の上、優秀作品の表彰を行います。出品料は無料です。

事前
申込

申込期間 8/29(月)~9/12(月)

受付時間 午前9:00~午後5:15 ※土日・祝日を除く

対象 区内在住、在勤、在学の方(中学生以下は除く)

申込方法 出品申込票・作品預り証・添付票の全てにご記入の上、問合窓口まで。FAX・郵送可(電子メール、電話不可)

※詳細は、「作品募集要項」(北区役所などに配布・北区公式ウェブサイトに掲載)をご覧ください。

事前申込
が必要です!出品
規定

日本画 6~30号以内で額装・軸装のこと。

洋画 50号以内で額装のこと。

彫刻・工芸 そのまま展示できるようにすること。市販の手工芸品は除く。

書 小画仙全紙の2分の1以内で表装のこと。(巻物・帖は不可)

写真 4ツ切以上半切まで。またはA4以上A3ノビまで。

カラー・モノクロ自由。パネル張りか額装のこと。

※各部門1人1点、未発表の創作作品に限りです。

※ガラス入り額は不可。アクリル製など破損のおそれのないものを使用してください。また、そのまま展示できるよう額の裏につり紐を装着してください。

作品
搬入

日時 10/3(月)午後3:00~7:00

10/4(火)午前9:00~11:00

場所 北区役所2階 講堂

展示
開催

日時 10/7(金)~9(日)午前10:00~午後4:00

場所 北区役所2階 講堂

※不測の事故および美術展終了後に残された作品については責任を負いません。

問合 北区役所地域力推進室

〒462-8511 北区清水四丁目17番1号
(☎917-6437~6439・FAX914-5752)ウェブサイト
はこちら▶

令和4年度



じどうかんまつり

小学生以上向けのじどうかんまつりを開催します!

日時 9/4(日) 第一部 午後0:30~2:00
第二部 午後2:30~4:00

参加
無料

※どちらか1回のみ参加できます。

場所 上飯田児童館 4階ホール

対象 小学生~18歳未満児 各回30人

※申込をしていないきょうだいや保護者が入場することはできません。所定の場所でお待ちください。

内容 ※ゲームコーナー(キッズボランティア・なかよしクラブ(学童)・なごや北区子ども会ボランティアサークルこぐま会)

※おじいちゃんおばあちゃんと交流できるコーナー(いきいき支援センター)

※スーパーボールすくい

※思い出写真コーナー

など、楽しいことがもりだくさん!

スタンプラリーも開催するよ! みんな参加してね!

持物 カバン、飲み物、タオル

申込 8/19(金)~先着順 ※休館日は除く

[窓口]午前10:00~ [電話]午前10:30~

●マスクの着用をお願いいたします。

●模擬店コーナーはありません。

●飲食はできません。※水分補給のみ可

●内容は都合により変更となる場合がございます。

問合 上飯田児童館(☎916-7030・FAX916-7033)