

保健センターだより

松原町1-23-1 中村区役所等複合庁舎2・3階
TEL：433-3005 FAX：483-1131
場所の記載のないものは保健センターで行います。
お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

中村区休日急病診療所 TEL：471-8311
救急医療情報センター TEL：263-1133
名古屋北歯科保健医療センター TEL：915-8844

申込・
問合せ先

**保健
感染** 保健感染症係
TEL 433-3092

**感染症
対策** 感染症対策等担当
TEL 433-3093

**保健
看護** 保健看護担当
TEL 433-3094

**子育て
相談** 子育て総合相談窓口
TEL 483-6811

※ **予約** は予約制

＊乳幼児健康診査

**保健
感染**

健診名	健診日	対象児の生年月日	受付時間 など
3（4） カ月児	12/12(火)	令和5.8.6～8.20生	第一子は 午前8:50 ～9:10 第二子以降は 午前8:50 ～9:20
	12/26(火)	令和5.8.21～9.3生	
1歳6 カ月児	12/13(水)	令和4.4.28～5.14生	午後1:00 ～2:00 持物: 歯ブラシ タオル
	12/20(水)	令和4.5.15～6.3生	
	1/10(水)	令和4.6.4～6.21生	
3歳児	12/21(木)	令和2.12.6～12.21生	

☆母子健康手帳を忘れずにお持ちください
☆1歳6カ月児健診・3歳児健診時に希望者にフッ化
物塗布を実施します(費用720円。生活保護世帯
減免あり。生活保護受給証明書をお持ちください)
☆個別通知の届かない方は、該当する健診日に
お越しください

＊乳幼児の予防接種

**感染症
対策**

- ロタウイルス
- ヒブ(インフルエンザ菌b型)
- 小児肺炎球菌
- B型肝炎
- ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ
(4種混合ワクチン)
- BCG
- 麻しん・風しん(MRワクチン)
- 水痘
- 日本脳炎
- ジフテリア・破傷風(2種混合ワクチン)

☆母子健康手帳を忘れずにお持ちください
☆複数回接種する予防接種は、接種間隔を
守って接種しましょう 【市ウェブサイト】
☆予防接種についてのお尋ねは、
市ウェブサイトをご覧ください、
感染症対策等担当まで
お問い合わせください



＊筋肉を衰えさせない筋トレ教室 正しく学んで筋力アップ☆2日間コース

**感染症
対策**

筋肉について正しく学んで、自分に
合った体力づくりを考えてみましょう

予約

日 程	内 容
1日目 1/15(月)	インストラクターの話と実技、 栄養の話
2日目 1/19(金)	トレーニングマシンの体験

時間 午後1:30～3:30 【ウェブサイト】
受付 午後1:15～1:30
場所 1日目:中村保健センター3階
2日目:中村スポーツセンター
対象 区内在住の65～74歳の男性、10人
費用 100円 ☆スポーツセンター利用料
持物 タオル ☆動きやすい服装と靴
申込 12月11日(月)午前9:00から電話または
ウェブサイトで先着順



親と子の教室・相談	開催日時	内容・対象など
子どもの歯の 健康教室  予約 保健 感染	12月14日(木) 午前9:00～10:00	内容 歯科検診、歯みがき指導、栄養相談 ☆希望者にフッ化物塗布 (費用720円。生活保護世帯減免あり。 生活保護受給証明書をお持ちください) 対象 就学前の乳幼児とその保護者 持物 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
モグモグ相談 予約 保健 感染	12月14日(木) 午後1:00から	内容 赤ちゃんの食事についての個別相談 申込 12月12日(火)まで予約受け付け 持物 母子健康手帳
子どものアレルギーと ぜん息相談 予約 保健 感染	12月14日(木) 午後2:00～3:00	内容 専門医による診察・相談と個別指導 (保健・栄養の相談) 対象 15歳未満の方(主に乳幼児)と その保護者、6組 申込 12月12日(火)まで予約受け付け
離乳食教室  予約 保健 感染	12月15日(金) 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容 離乳食中期(2回食)の話、赤ちゃんの 歯の話、試食(乳児のみ)、個別相談 対象 令和5年4月～5月生まれの乳児と その保護者、16組 持物 母子健康手帳、筆記用具、 乳児用エプロン、乳児用スプーン 申込 12月11日(月)午前9:00から先着順
双子ちゃんの会  予約 子育て 相談	12月19日(火) 午前10:00～11:30 受付:午前9:45～10:00	内容 双子(多胎児)を育てる楽しさ・大変さ などをおしゃべりします 対象 区内在住の3歳まで の双子(多胎児)とその 【ウェブサイト】 保護者、10組 ☆妊娠中の方とその家族 の方も可 申込 ウェブサイトで先着順 
母乳相談 予約 保健 看護	12月19日(火) 午後1:10から	内容 助産師による相談 申込 12月18日(月)まで予約受け付け
はじめての歯みがき教室 予約 保健 感染	12月22日(金) 午前10:15～11:30 受付:午前10:00～10:15	内容 むし歯予防や歯みがきの話、 むし歯菌チェック、栄養の話 対象 令和5年1月～3月生まれの乳児と その保護者 持物 母子健康手帳、筆記用具、 歯ブラシ、タオル 申込 12月15日(金)午前9:00から先着順

心と体の教室・相談	開催日時	内容・対象など
H I V 検査 予約 感染症 対策	毎週水曜日 午前9:00から (休日を除く)	無料。ウェブサイトで申し込み。 【ウェブサイト】 陰性結果は、採血後1時間程度 で書面にてお知らせします (判定保留の場合は1週間後) ☆証明書発行不可 ☆正確な結果を得るため、感染の機会から次の 期間以上経過してから検査を受けてください ◎HIV検査:3カ月 ◎梅毒検査:3週間 
梅毒検査 予約 感染症 対策		
うつ病家族相談日 予約 保健 感染	12月21日(木) 午後3:00から	対象 うつ病の悩みを抱える人の家族
こころの健康相談 予約 保健 感染	毎週木曜日(第3 木曜日、休日を除く) 午後3:00から	内容 心の病に関する相談に専門医が応じます

くらしのお知らせ

場所の記載がないものは、各施設で行います。
費用の記載がないものは、無料です。
申し込み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。

区からのお知らせ

年末の交通安全市民運動

期間 12月1日(金)～12月10日(日)
飲酒運転は運転手本人のみならず同乗者も罪に問われます。絶対にやめましょう。
問合せ 中村警察署 TEL 452-0110
区役所地域力推進室
TEL 433-2742 FAX 433-2085



歳末たすけあい募金にご協力ください

期間 12月1日(金)～12月31日(日)
ご協力いただいた募金は、区内の福祉活動に活かされています。身近な福祉を支えるために、ご理解とご協力をお願いします。
☆赤い羽根共同募金運動も実施中
問合せ 中村区共同募金委員会
(中村区社会福祉協議会内)
TEL 486-2131 FAX 483-3410



シルバー人材センター入会説明会

日程 12月26日(火)、1月23日(火)、
2月6日(火)、3月5日(火)
時間 午後2:00～3:45 ☆受け付けは午後1:45から
対象 市内在住の60歳以上で健康で働く意欲があり、現在常勤の仕事についていない方
申込 前日までに電話で申し込み
問合せ (公社)名古屋市シルバー人材センター西部支部
西区上名古屋2-26-15
TEL 524-2181 FAX 532-6058

PICK UP!

中村区民美術展・書道展 ～入選作品のご紹介～

中村区民美術展・書道展が開催されました。今回の作品は全部で134点でした。

市長賞作品一覧



『なかよし』



『Le ProCoPe』
～カフェ プロコップの店頭～



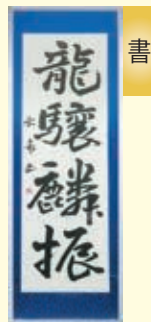
『春のさえずり』



『モーニング』

受賞者一覧(敬称略)

	日本画	洋画	工芸など	写真	書
市長賞	二階堂 都也子	大澤 勝弘	古橋 幸子	澤木 幸造	古村 水希
区長賞	伊井 のり子	岩塚 博美	平野 春吉	下谷 豊	堀 杏華
会長賞					金井 香花 橘 リサ
教委賞	鈴木 梨紗	田口 貢太郎	木佛寺 はるの	水谷 孝	原 久子
中日賞	伊藤 八重	杉戸 公恵	矢野 克明	齋田 明德	坪井 理紗子 金井 末美 山内 健司



『龍驤麟振』

PICK UP!

令和 6 年「成人の日記念行事」のお知らせ

中村区では今年度、約1,000人が新たに20歳を迎えます。各学区では対象の皆さんをお祝いするため記念式典を開催します。ぜひご出席ください。

日程 令和 6 年 1 月 7 日(日) ☆牧野学区のみ
1 月 8 日(月・祝) ☆その他の学区
対象 区内在住で平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方
受付 式典開始時刻の30分前

☆現在お住まいの学区以外の式典に出席を希望される方は**ウェブサイト内の「出席会場変更・欠席連絡フォーム」**によりご連絡ください

☆案内状は12月上旬に発送予定です。
届かない場合は区役所までご連絡ください

問合せ 区役所地域力推進室
TEL 433-2746 FAX 433-2086



ウェブサイトはこちら▲

水道管の凍結にご注意ください

◆凍結防止対策
屋外で露出している水道管・蛇口に布などを巻く。
◆凍結した場合
蛇口を少し開け、タオルなどをかぶせ、ぬるま湯をゆっくりかける。
☆急に熱湯をかけると、水道管が破損する恐れがあります
問合せ お客さま受付センター TEL 884-5959
上下水道局中村営業所
TEL 483-1411 FAX 483-1441

客引き行為等の対策にご協力ください

名古屋駅周辺の禁止区域では、客引き行為等が条例により禁止されています。
客引き行為に応じないようにするなど、客引き行為等抑止への協力をお願いします。



問合せ スポーツ市民局地域安全推進課
TEL 972-3099 FAX 972-4823

陸海空自衛官を募集しています

詳しくはウェブサイトをご覧ください。
対象 18歳以上33歳未満の方
☆採用種目に応じて異なります
福利厚生 ◆宿舎費・食事は無料、被服や靴などの支給あり
◆土日・祝日、夏季・年末年始、年次休暇あり
◆昇給年1回、賞与年2回、各種手当あり
自衛隊愛知地方協力本部 名古屋出張所
中村区合同庁舎内3階(中村区名駅南4-1-22)
TEL 561-5657 FAX 561-5657



ウェブサイトはこちら▲

年末特別消防警戒

期間 12月26日(火)～12月29日(金)
冬は空気が乾燥し火災が起こりやすい季節です。消防署と消防団では、夜間の防火パトロールや広報などを実施します。皆さんも火災予防・放火されない環境づくりに努めましょう。
問合せ 中村消防署
TEL 481-0119 FAX 483-0119



【なかがわ JAZZ LIFE シリーズ】Full Band Jazz Night Part 2

ジャズドラマー小畑孝廣率いるフルバンド演奏で“ゴウジャス”なひとときをお楽しみください。
日時 12月16日(土) 午後5:30開演(午後4:30開場)
場所 中村文化小劇場(中村区字茶ノ木25)
対象 一般、350人 ☆未就学児の入場は不可
費用 【前売り】3,500円・【当日】4,000円
☆高校生以下の方【前売り・当日】1,000円
☆事業団友の会【前売りのみ】3,000円
☆障がい者手帳をお持ちの方【前売り・当日】3,000円
申込 中村文化小劇場および中川文化小劇場などの窓口で先着順
問合せ 中川文化小劇場
TEL 369-1845 FAX 369-1846

施設からのお知らせ

生涯学習センター

〒453-0044 鳥居通3-1-3
☎471-8121 ㊟471-8122

行政書士による無料相談会

日時 12月19日(火) 午後1:00～4:00
問合せ 愛知県行政書士会名古屋支部
相談受付ダイヤル TEL 990-2580

初心者・初級者のためのパソコン相談会

日時 12月20日(水) 午後1:30～2:20
午後2:30～3:20
対象 パソコン初心者・初級者、各回7人
申込 各回当日午後1:15までに窓口で受け付け。
定員超過の場合は抽選

【なごやか市民教室】発酵食品「醸し隊」(3回連続講座)

日程 1月30日(火)、2月6日(火)、13日(火)
時間 午前10:00～正午
対象 一般、12人
費用 受講料 1,500円・教材費 1,500円
申込 12月14日(木)必着で、往復はがきまたは電子申請(市版㊟面参照)で申し込み。
定員超過の場合は抽選

名楽福祉会館

〒453-0024 名楽町4-7-18
☎481-8588 ㊟461-5667

各催しの申し込みには福祉会館利用証が必要

名楽福祉会館健康相談

日時 ①12月21日(木) 午後2:00～3:00
②1月4日(木) 午後2:00～3:00
対象 市内在住の60歳以上の方、5人
申込 ①12月18日(月)②12月28日(木)までに、窓口または電話で先着順

はじめての色鉛筆画講座 3回コース

日時 1月18日、2月15日、3月21日
各回木曜日 午前10:00～11:30
対象 市内在住の60歳以上の方
定員 20人 ☆初めての方優先
費用 300円(モチーフ代)
持物 色鉛筆
申込 12月11日(月)～16日(土)に、窓口またはウェブサイトで申し込み。
定員超過の場合は抽選



ウェブサイトはこちら▲

いきいき支援センター

北部 ☎ 486-2133 ☎ 486-2140
北部分室 ☎ 412-3030 ☎ 412-3110
南部 ☎ 483-6866 ☎ 483-6867

認知症の人を介護する家族支援事業
(要事前予約)

◆家族サロン

日時 【北部】12月20日(水)午後1:30～3:30
【南部】12月15日(金)午前10:00～11:30
午後2:00～3:30

☆時間変更の可能性あり

対象 認知症高齢者を介護している家族・認知症
介護経験者

◆家族教室

日時 【北部】12月27日(水)午後1:30～3:30
【南部】12月19日(火)午後1:30～3:30

対象 認知症高齢者を介護している家族

◆医師(もの忘れ相談医)による専門相談

日時 【北部】12月21日(木)午後2:00～3:30
【南部】12月21日(木)午後2:00～3:30

対象 区内在住の認知症高齢者を介護している
家族、3組

◆認知症サポーター養成講座

日時 【南部】12月26日(火)午後1:30～3:00

対象 認知症に関心のある方

図書館

〒453-0053 中村町字茶ノ木25
☎ 411-3651 ☎ 411-3645

ちいさなおはなし会

内 容	日程	曜日	時 間
①乳幼児 (赤ちゃん)向け	12/14 12/21 12/28	木	午前11:00～11:15 午前11:30～11:45 ☆同じ内容を 1日2回実施
②幼児・小学校 低学年向け	12/21 12/23	木 土	午後4:00～4:15 午後2:00～2:15

定員 ①5組②3組(当日先着順)

本のふくBOOKろ

中身が見えない本の『ふくBOOKろ』を貸し出します。
どんな本が出てくるかは楽しみです。

☆プレゼントが当たる「ふくみくじ」付き

期間 12月15日(金)～28日(木)

ストーリーテリングで“おはなし”を

日時 12月16日(土)午後2:00～2:30

対象 5歳以上の方

定員 6人(当日先着順)



新年特別企画

本をかりて、スタンプをあつめよう！

期間中に図書館で一度に4冊以上本を借りる、
または新規登録をした方に、スタンプ帳を配布し
ます。スタンプが3個貯まったら、プレゼントと
交換します。

☆スタンプが貯まった方は3月9日(土)と10日(日)に
開催する図書館バックヤードツアーにも応募可

期間 1月5日(金)～2月25日(日)

対象 3歳～18歳の方、300人(窓口で先着順)

【伍月会シリーズ 4】はじめての切り絵

日時 1月29日(月)午前10:00～11:30

対象 一般、10人 **費用** 300円

持物 カッターナイフ、スティックのり、
カッティングボード、ホチキス

申込 1月6日(土)から窓口または電話で先着順

スノードームをつくろう

日時 2月4日(日)午前10:30～正午

対象 小学生以上の方

定員 12人 ☆低学年は保護者同伴

費用 200円

持物 小瓶に入るプラスチック製の小物1～2個

申込 1月6日(土)から窓口または電話で先着順



スポーツセンター

〒453-0053 中村町字待屋43-1 ☎ 413-8021 ☎ 413-8023

定期スポーツ教室のご案内

教 室 名	対 象	曜日	期 間	時 間	回数	定 員	費 用
親子ふれあい(幼児)	2～3歳の幼児と その保護者(2人1組)	火	1/9～3/12	午前9:45～10:45	10	20組	5,500円
親子ふれあい(赤ちゃん)	2カ月～12カ月の乳児と その保護者(2人1組)	火	1/9～3/12	午前11:00～11:45	10	25組	5,500円
疲労回復！リラックスヨガ	一般	火	1/9～3/12	午後7:40～9:00	10	40人	3,300円
体操(プレキッズ)	4～6歳の幼児 (年少～年長)	水	1/10～3/6	午後3:40～4:30	9	年少7人 年中13人 年長15人	4,500円
体操(キッズ)	小学1～3年生	水	1/10～3/6	午後4:45～5:45	9	40人	4,500円
The Slow リンパドレナージュ講座	一般	木	1/11～2/8	午後7:00～8:00	5	20人	1,650円
朝いちヨガ	一般	木	1/11～3/14	午前9:05～10:20	10	70人	3,300円
朝ヨガ	一般	木	1/11～3/14	午前10:30～11:50	10	65人	3,300円
朝ヨガ(託児付き)	一般 (1歳以上の未就園児)	木	1/11～3/14	午前10:30～11:50	10	5組	6,600円
水泳(幼児)A※	4～6歳の幼児 (年少～年長)	木	1/11～3/14	午後4:00～5:00	10	20人	7,000円
水泳(小学生)A※	小学1～3年生	木	1/11～3/14	午後5:10～6:10	10	30人	7,000円
健康体操A※	一般	金	1/12～3/22	午前9:05～10:25	10	60人	3,300円
健康体操B※	一般	金	1/12～3/22	午前10:35～11:55	10	60人	3,300円
水泳(小学生)B※	小学1～3年生	土	1/13～3/16	午前10:10～11:10	10	30人	7,000円
水泳(幼児)B※	4～6歳の幼児 (年少～年長)	土	1/13～3/16	午前11:20～12:20	10	20人	7,000円
発達がゆっくりな子のための にじいろ教室	乳幼児とその保護者(2人1組)	木	2/1～2/29	午前10:00～11:00	5	10組	無 料

※朝いちヨガと朝ヨガ、健康体操・水泳教室(幼児)・水泳教室(小学生)のAとBは、両方の申し込み不可

申込 12月13日(水)必着で、往復はがきまたは電子申請(市版7面参照)で申し込み。

教室名、氏名・ふりがな、年齢・学年、〒住所、電話番号、泳力(水泳教室のみ)

保護者名(親子・幼児対象の教室のみ)を記入。定員超過の場合は抽選

☆傷害補償制度あり ☆定員に満たない場合は随時受け付け

☆納入された費用は原則返金不可 ☆対象年齢は教室初日時点

レッスнтаイム

レッスнтаイム	日程	曜日	時 間	定員	費用
みんなで DanceMix	12/11	月	午後6:30 ～7:30	30人	300円
美Body エクササイズ	12/25	月	午後7:45 ～8:45	30人	
エアロビクス スタンダードの部	12/13	水	午前9:30 ～10:30	35人	
エアロビクス ストレッチの部	12/20	水	午前10:45 ～11:45	35人	
やさしいエアロ	1/9	火	午後6:20 ～7:20		

対象 中学生以上の方

申込 開始30分前から先着順

☆都合の良い時だけ参加可 ☆傷害補償制度あり

児 童 館

〒453-0809 上米野町3-7 ☎ 451-5162 ☎ 451-5163

自由参加クラブ「ひろば」

ひろば	日程	曜日	時間	対 象 (対象年齢は参加日時点)	申込など
おはなし	12/20	水	午前10:30 ～11:00	乳幼児とその保護者、10組	12/13(水)午前10:30から電話で先着順
うんどう	12/21	木	午前10:30 ～11:30	1人で歩ける子～おもに2歳 の幼児とその保護者、10組	12/14(木)午前10:30から電話で先着順

ママロビクス

日時 12月22日(金)午前10:30～11:30

対象 乳幼児とその保護者

定員 10組

持物 室内靴 ☆動きやすい服装でお越しください

申込 12月15日(金)午前10:30から電話で先着順

中村公園事務所

〒453-0053 中村町字高畑68
☎ 413-5525 ☎ 485-7163

公園所長による植栽管理講座【剪定編】

実際に公園の樹木を剪定します。

日時 12月21日(木)
午前10:00～11:30、午後1:30～3:00

対象 一般、各回8人

持物 剪定ばさみ、作業手袋、作業着、筆記用具

申込 12月20日(水)までに窓口または電話で先着順

水泳ワンポイントアドバイス

日時 12月13日(水)、20日(水)、27日(水)
午前11:00～正午
1月10日(水)午後1:00～2:00

対象 一般、各回10人

申込 当日開始30分前から窓口で先着順



【ブラッシュアップ講座】
親子クリスマスフラワーアレンジ

日時 12月25日(月)午前10:00～正午
☆受け付けは午前9:45から

対象 4歳～小学6年生とその保護者

定員 12組 **費用** 1,500円(材料費込)

持物 花切ばさみ、持ち帰り用の袋

申込 窓口・電話・ファクスで先着順

ボッチャであそぼう！

2月25日(日)開催の名古屋市児童館交流ボッチャ
大会の選考会です。
日時 1月14日(日)午前10:30～11:30
対象 小学生～高校生
定員 10人
申込 1月7日(日)午前10:30から電話で先着順

自動車図書館

☎ 821-3364 ☎ 821-3364

場 所	日 程	時 間
中村住宅	12/13(水)	午前10:00～11:00
塩池公園	12/26(火)	午後2:00～3:30



2023
12

広報なごや中村区版

なかむらだより

NAKAMURA NEWS

編集
中村区役所

松原町 1-23-1
TEL(代): 483-8161
FAX: 483-5137

ウェブ
サイト



X
(旧 Twitter)



次期中村区将来ビジョンを (令和6~10年度) 策定しています!

将来ビジョンとは

地域の課題解決やまちづくりに取り組むため、
基本目標として中村区を目指す
まちのすがたを示す中長期計画です。

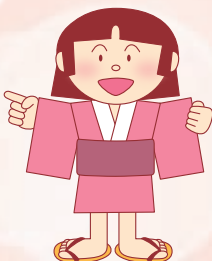
中村区役所
マスコット
キャラクター
日吉丸



基本目標

誰もがいきいきとすごせるまち 中村

中村区役所
マスコット
キャラクター
旭姫



「次期中村区将来 ビジョン(素案)」に 関する意見募集!

『次期中村区将来ビジョン(素案)』を作成しましたので、皆様の意見を募集します。

【募集期間】令和6年1月10日(水)まで

資料は区役所や区内の施設で入手できます。応募方法などの詳細については、区ウェブサイトをご確認ください。

区ウェブサイトはこちら▶



表紙デザイン大募集!

中村区では、区将来ビジョンをリーフレットとして発行し、区民の皆様に配布する予定です。そこで、関心を持ち、計画を知ってもらえるようなリーフレットの表紙デザインを募集します!是非ご応募ください。

採用者1人

次点の方1人

賞金5千円

賞金2万円

抽選で5人

クオカード1千円分

【募集期間】令和6年1月10日(水)まで

募集要項は区役所や区内の施設で入手できます。応募方法などの詳細については、区ウェブサイトをご確認ください。

区ウェブサイトはこちら▶



問合・申込先

区役所企画経理室 〒453-8501(住所記載不要)

TEL433-2758 FAX433-2085 ✉ a4332759@nakamura.city.nagoya.lg.jp

「尾張中村めし」のレシピを募集中!

「れんこん、ごぼう、赤味噌」のいずれかの食材を使ったオリジナルレシピを募集しています。詳しくは区ウェブサイトをご確認ください。

問合 中村めし開発実行委員会(区役所地域力推進室内)

TEL 433-2746 FAX 433-2086

区ウェブサイトはこちら▶

