



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

子どもと親	事業名	対 象	日 時 など	内容・持ち物など	照会先
	乳幼児健康診査	3・4か月児 (令和4年11月2日～11月30日生)	3/23(木) 第1子…午前9:00～9:30受付 第2子以降… 午前10:00～10:15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。 	保健予防課 ☎265-2261
		3・4か月児 (令和4年12月1日～ 令和5年1月3日生)	4/6(木) 第1子偶数日生・第2子以降… 午前9:00～9:15受付 第1子奇数日生… 午前9:45～10:00受付		
		1歳6か月児 (令和3年8月8日～8月31日生)	3/16(木) 偶数日生…午後1:00～1:15受付 奇数日生…午後2:00～2:15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検診 できます。	3/16(木) 前半…午前9:00～9:30受付 後半…午前10:00～10:30受付	内容:歯科検診、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) 持ち物:母子健康手帳、歯ブラシ、タオル	
	かむかむ教室 (予約制)	令和2年4月～令和4年3月生の お子さんと保護者 8組(申込先着順)	3/17(金)午後1:30～3:00 (午後1:15～1:30受付)	内容:「噛む」ことの大切さについて、口の動き の確認 持ち物:母子健康手帳 子どもの食事状況の撮影動画	
	モグモグ教室 (予約制)	生後7～8か月(令和4年7月・8月生) のお子さんと保護者 8組	3/22(水)午前10:00～11:00 (午前9:45～10:00受付)	内容:お口の発達について、離乳食の すすめ方、個別相談 持ち物:母子健康手帳 子どもの食事状況の撮影動画	
	マタニティ・クラス (予約制)	初めてののお子さんを妊娠中の方と その家族 各回16組(申込先着順) ※安定期に入った妊娠6～7か月頃 にご参加ください。	①3/14(火)、②4/5(水) ①②とも Aクラス:午後1:15～3:10 (午後1:00～1:15受付) Bクラス:午後1:45～3:35 (午後1:30～1:45受付)	内容:妊娠・出産・育児について、お世話体験、 妊婦体験、妊娠中の食事、お口の健康に ついてなど	
	母乳相談 (予約制)	母乳育児や卒乳についてお困りの方	4/10(月)午後1:15～3:15	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(祝日を除く) 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。 	子育て総合 相談窓口 (子育て世代 包括支援 センター) ☎269-7155

一般の方	事業名	対象・内容など	日 時 など	照会先
	こころの健康相談 (予約制)	匿名、精神科の医師による相談	毎週月曜日(祝日除く)午後2:00～3:00 ※第4月曜日は、うつ病患者の家族の相談優先	保健予防課 ☎265-2261
	HIV・梅毒検査 (予約制)	定員:20人 内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明 ※ウェブサイトで予約(電話では予約不可) 「名古屋市 HIV」で検索	毎週火曜日(祝日除く)午後1:45～2:30受付 ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止 することがあります。	保健予防課 ☎265-2262
	夜間 HIV検査 (予約制)	定員:30人 内容:即日検査実施、匿名 ※陰性結果は当日判明 ※ウェブサイトで予約(電話では予約不可) 「名古屋市 HIV」で検索	3/16(木)午後6:00～7:00受付 ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止 することがあります。	中保健センター (代表) ☎265-2250



令和5年度狂犬病予防集合注射(雨天決行)

保健管理課 ☎265-2257

生後91日以上の子犬は、登録と毎年1回の狂犬病予防注射が必要です。通知はがき(登録済みの場合)を持って、動物病院またはお近くの
会場で狂犬病予防注射を受け、注射済票交付などの手続きをしてください。(動物病院での注射料金は、会場での注射料金と異なる場合
があります。)

また、飼犬の死亡・転居・犬を譲り受けた場合は、保健センターへ届出が必要です。

※集合注射会場で「会場で注射を受けない犬への鑑札・注射済票の交付」、「鑑札・注射済票の再交付」は行えません。

料金 登録済みの飼犬:3,500円

(注射料2,950円、注射済票交付手数料550円)

初めて登録する飼犬:6,500円

(登録料3,000円、注射料2,950円、注射済票交付手数料550円)

実施日時	会 場
4/10(月)午後1:15～2:15	白川公園(南東角)
4/11(火)午後1:15～2:45	東別院(南側)





イベント情報



なかっこBaby

758キッズステーション ☎262-2372 FAX262-2370

日時 4/12(水)午前10:45～午後0:15

対象 区内在住の1歳までの初めてのお子さんを持つパパ・ママ、初妊婦

定員 7組

内容 親同士でお話をしたり、親子でゆったり遊べます。

持ち物 パスタオルなど敷くもの(お子さん用、必要な方のみ)

申込 4/5(水)午前10:30～電話にて(先着順)



施設からのお知らせ



前津児童館

☎262-6299 FAX750-7020

◆まえづ☆ナイトタイム

日時 3/15～4/5の毎週水曜日
午後5:00～7:00

対象 中学生・高校生

※生徒手帳の提示など、手続きが必要です。

◆のびのびひろば

日時 3/17(金)午前9:30～正午

対象 乳幼児と保護者

◆バランスボール

日時 4/11(火)午前10:30～11:30

対象 0・1歳児と保護者

定員 10組

申込 3/28(火)午前10:00～先着順・電話可

◆えいごでおはなし会

日時 4/11(火)午後3:30～4:00

対象 2歳以上の未就学児と保護者

定員 6組

申込 3/28(火)午前10:00～先着順・電話可

◆ベビーマッサージ

日時 4/20(木)午前10:30～11:30

対象 3～12か月の子と保護者

定員 10組

申込 4/6(木)午前10:00～先着順・電話可



中スポーツセンター

☎232-2327 FAX232-2364

◆トレーニング室臨時休場のお知らせ

機器入れ替えに伴い、臨時休場とさせていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

期間 3/29(水)～4/5(水)



テラスポ鶴舞

昭和区鶴舞一丁目1-156 鶴舞公園内

Web <https://aifa-fc.com/> ☎745-8545 FAX745-1780

◆少年フットサル・少女サッカースクール参加者募集

期間 4/6(木)～翌年3/21(木) 全41回

(詳細は下表のとおり)

講師 少年フットサル…名古屋オーシャンズ所属スクールコーチ

少女サッカー…朝日インテック・ラブリッジ名古屋所属女性コーチ

料金 年会費2,000円、月会費6,600円

※少女サッカー週2回参加の場合8,800円

持ち物 飲み物、タオル、着替えなど

申込 ホームページの応募フォームまたは窓口にて
※1回のみ無料体験可

スクール名	曜日	時 間	対 象	定員
少年フットサル	火	午後4:00～5:00	年中・年長児	30人
		午後5:00～6:00	小学5・6年生	30人
	木	午後4:00～5:00	小学1・2年生	30人
		午後5:00～6:00	小学3・4年生	30人
少女サッカー	火	午後5:00～6:00	年長児～小学6年生	30人
	木	午後5:00～6:00	年長児～小学6年生	30人



鶴舞中央図書館

☎741-3131 FAX733-6337

◆みんなのおはなし会

日時 ①3/11(土)午前11:00～11:30

②3/15(水)午後3:30～4:00

③3/18(土)午前11:00～11:30

④3/18(土)午後2:00～2:30

⑤3/22(水)午後3:30～4:00

⑥4/1(土)午後2:00～2:30

⑦4/8(土)午前11:00～11:30

対象 幼児、小学生と保護者

(子どものみの参加可)

定員 各回5組

(当日先着順)

◆ちいさいひとのおはなし会

日時 4/5(水)、12(水)、19(水)、26(水)

午前11:00～11:30

※4/26(水)はえいごのおはなし会

対象 乳幼児と保護者

定員 各日7組

申込 3/16(木)午前10:00～

電話(741-9811)にて

(先着順)

◆ビブリオバトル(参加自由)

日時 3/18(土)午後2:00～4:00

対象 一般

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止
や先着順に変更する場合があります。

◆ストーリーテリングで“おはなしを”

日時 3/25(土)午前11:00～11:30

対象 小学生以上

定員 5組(当日先着順)

◆ききにおいでよ!ストーリーテリング

日時 3/29(水)①午後2:00～2:30

②午後2:45～3:15

対象 5歳以上

定員 各回15人(当日先着順)

内容 素話(語り)のおはなし会

◆ぼちぼちいこう会

日時 4/7(金)午前10:15～正午

対象 一般 **定員** 20人(当日先着順)

内容 年間計画を立てます。



自動車図書館

☎・FAX821-3364

・中文化センター南 3/24(金)午後2:00～4:30

・長岡公園 4/7(金)午前10:00～11:00



前津福祉会館

60歳以上で福祉会館利用
証をお持ちの方が対象

☎262-1869 FAX242-5761

◆きてみて木曜体操

①元気体操

日時 4/6(木)午後2:00～3:30

講師 株式会社あい愛マインド 社員

定員 40人

持ち物 手ぬぐい

②ゆったりストレッチ

日時 4/13(木)午後2:00～3:30

講師 株式会社あい愛マインド 社員

定員 40人

③やさしい健康体操

日時 4/20(木)午後2:00～3:30

講師 いづみニコニコ体操会 会員

定員 40人

【①②③共通】

申込 3/23(木)午前8:45～電話にて(いずれか
1つ、先着順)

◆きてみて土曜体操

①楽楽体操

日時 4/8(土)①午後2:00～2:50

②午後3:10～4:00

講師 ^{よこがわた まき}横川珠姫

定員 各回40人

②男性の体力づくり

日時 4/22(土)午後2:00～3:30

講師 ^{さかい みえし}酒井美枝子

定員 40人(男性限定)

【①②共通】

申込 3/25(土)午前8:45～電話にて(いずれか
1つ、先着順)



中区いきいき支援センター

☎331-9674 FAX331-9953

分室☎262-2265 FAX262-2275

◆認知症おしゃべりカフェ(予約不要)

日時 3/16(木)午後1:30～3:30

対象 認知症の人のご家族、関心のある方など

内容 認知症に関する情報交換など

◆もの忘れ相談医による専門相談(予約制)

日時 3/16(木)午後2:30～4:00

対象 もの忘れが気になる方、
認知症の人のご家族など

定員 3組

※いずれも場所は中区在宅サービスセンター
(上前津二丁目12-23)



青少年文化センター

☎265-2088 FAX265-2187

◆ホールなど休館のお知らせ

天井脱落対策工事のため、利用を休止させていただきます。ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。

期間 令和5年4月1日～令和6年8月31日

対象施設 アートピアホール、リハーサル室、
第1～5研修室

※8階及び7階エリアにつきましては、工事期間
間中も引き続きご利用いただけます。た
だし、工事音が聞こえる場合がありますので、
あらかじめご了承ください。

※詳細はウェブサイトにて



中学生涯学習センター

☎321-5511 FAX321-5512

◆小さいお子さま向け人形劇

日時 3/9(木)午前10:30～正午

対象 乳幼児と保護者

定員 20組

申込 事前申込不要、午前9:30～整理券配布

◆パソコン相談会

日時 3/17(金)午後1:30～3:30

(午後1:15～3:00受付)

対象 パソコン初心者の方
(1人1時間まで、当日先着順)



弁護士による法律相談

申込 名古屋おしえてダイヤル
☎953-7584 予約制

日時 3/20(月)、4/3(月) 午後1:00～4:00
※各相談日の1週間前から先着順受付



ウェブ
予約は
こちら

区からのお知らせ

ヘルメット着用が努力義務化されます！

中警察署 ☎241-0110

道路交通法の改正により、4月から子どもだけでなくすべての年代で自転車利用時のヘルメット着用が努力義務化されます。

自転車利用時の事故の致命傷の約7割が頭部です。自転車を利用する際は、ヘルメットを正しく着用し、信号を守る、一時停止で止まる、左側通行するなど、交通ルールを守り交通事故防止に努めましょう。



地震に備えて

中消防署 ☎231-0119

東日本大震災から3月11日で12年が経ちます。地震への対策はしっかりできていますか。

この地方でも南海トラフ地震の発生が危惧されています。中区の想定最大震度は6弱～6強で、大きな家具は転倒し、あなたの命を脅かす凶器になります。地震から命を守るために、特に「寝室にある家具の転倒防止」をしましょう。

家具の転倒防止の方法などについては、お気軽にご相談・お問い合わせください。



水道の使用開始・中止のお届けはお早めに

上下水道局東部営業センター ☎722-8750 FAX722-8756

3月は引っ越しが大変多い月です。水道の使用開始・中止のお届けは、引っ越しが決まったら、お早めに下記へご連絡ください。

なお、上下水道局ウェブサイトからのお届けも受け付けています。

上下水道局お客さま受付センター(名水ダイヤル)

☎884-5959 FAX872-1296

受付時間(年中無休)

平日…午前8:00～午後7:00

土・日曜、祝休日…午前8:00～午後5:15



保険年金課の窓口の受付待ち人数がわかります

区役所保険年金課 ☎265-2243 FAX265-2249

3月は転勤・就職・入学などで引っ越す方が増え、保険年金課の窓口が大変混雑します。特に午前11:30～午後2:00、午後4:00～5:15は混雑が予想されます。

受付窓口の待ち人数が手持ちのスマートフォンから確認いただけます。時間に余裕を持って窓口へお越しください。



令和4年度共同募金の実績報告

中区共同募金委員会 ☎331-9951 FAX331-9953

●赤い羽根共同募金 7,113,153円

●歳末たすけあい募金 91,286円

これらの募金は、地域のさまざまな福祉活動に役立てさせていただきます。皆さまのあたたかいご協力ありがとうございました。



「健康入浴の日」は公衆浴場をご利用ください

名古屋浴場商業協同組合 ☎322-5735 FAX321-2645
健康福祉局高齢福祉課 ☎972-2544 FAX955-3367

高齢者の方に入浴と集いの場を提供し、相互の親睦と心身の健康増進を図るため、「健康入浴の日」を設けています。

日にち 毎月5・15日(公衆浴場が休業日の場合は翌営業日)

場所 仁王門湯(大須三丁目37-20)

永楽湯(大須一丁目19-2)

養老温泉(新栄一丁目32-5)

対象 市内在住の65歳以上の方

料金 200円

敬老手帳(敬老優待カード)の提示が必要



なかよしマーケット

原則第2・4火曜日

日時 3/14(火)、28(火)
午前11:00～午後1:00

障害のある方が作った製品を
区役所1Fロビーで販売します。



～伝えたい中区の魅力を絵で表現しよう～

令和4年度中区ワークショップ開催結果

区役所企画経理室 ☎265-2309 FAX261-0535

若者が考える「伝えたい中区の魅力」を絵で表現してもらうワークショップを開催し、区内の専門学校生にご参加いただき、中区の魅力について話し合うとともに、広報なごや中区版の表紙イラストをデザインしていただきました。

選考の結果、広告デザイン専門学校の田口早織さん、毛利七瀬さん、名古屋デザイナー学院の山本菜々恵さんの作品が「区長賞」に選ばれました。

「区長賞」の作品は令和5年9月号、10月号、11月号の表紙デザインに起用されます。受賞者の皆さんの力作をぜひご覧ください。



受賞者の皆さん(左から山本さん、区長、毛利さん、田口さん)

中区の犯罪発生状況

中警察署 ☎241-0110

令和4年中の区内の刑法犯認知件数は2,836件で、前年より174件増加しました。

なかでも、自転車盗の被害が大幅に増加しました。自転車を駐輪する際は、短時間でも鍵を2つかけましょう。

【区内で被害が多い窃盗犯罪種】

・自転車盗	830件 (前年比 +195件)
・万引き	352件 (前年比 -53件)
・侵入盗	74件 (前年比 +24件)
・車上ねらい	54件 (前年比 -2件)
・置引き	52件 (前年比 -30件)
・自動車盗	27件 (前年比 +5件)



公園を利用される皆さまへ

中土木事務所 ☎261-6641 FAX252-0742

公園は、誰もが利用できる憩いの場所です。ごみのポイ捨て、ペットのふんの放置、喫煙、音響機器や楽器などで大きな音を出すことは、他の利用者や近所の方に大変迷惑をかけることになります。気持ちよく楽しむことができるよう、マナーを守って利用しましょう。

また、公園で盆踊りやお祭りなどのイベントを行う場合には、許可が必要となりますので、お問い合わせください。

区まちづくり基金のご案内

区役所企画経理室 ☎265-2309 FAX261-0535

区まちづくり基金は、区民の皆さまや区にゆかりのある皆さまの区のまちづくりへの想いを生かして、皆さまとともにまちづくりを進めていくための基金です。

基金の趣旨をご理解いただき、ぜひ皆さまのご協力をお願いいたします。

寄附のお申し出はいつでも受け付けています。納付書による銀行などでの振り込みのほか、インターネットを利用したクレジット決済、コンビニエンスストア払い、ペイジー決済もご利用いただけます。

※詳細は市ウェブサイトにて



区役所に「ごみ案内所」を開設します

中環境事業所 ☎251-1735 FAX251-1736

資源やごみの分け方・出し方などをご案内します。お気軽にご相談ください。

開設期間 3/23(木)～4/10(月)※土曜日、4/9(日)を除く

場所 区役所2階市民情報コーナー付近



●中区の人口と世帯数(令和5年2月1日現在)
 人口: 97,009人 世帯数: 67,739世帯

- ▶料金の記載がないものは無料です。▶敬称略
- ▶申込の記載がないものは予約不要です。
- ▶場所の記載がないものは各施設で行います。
- ▶お越しの際は公共交通機関をご利用ください。

●中区ウェブサイトもご覧ください。

名古屋市中区 検索
 名古屋市の市外局番は「052」です。
 編集: 中区役所
 〒460-8447 栄四丁目1番8号
 代表 ☎241-3601 FAX261-0535

イラスト: 広告デザイン専門学校 森川知佳子
 (令和3年度 中区ワークショップ区長賞受賞作品)



3月は引っ越しが多い時期です。住所変更などの手続きは忘れずに!

3月・4月は、区役所の窓口が非常に混雑します。窓口の混雑が予想される日は避けていただくなど、混雑緩和にご協力ください。

時間に余裕をもって窓口へお越しください。

市民課窓口混雑予想カレンダー

3月							4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4							1
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29
							30						

▲ 非常に混雑 △ 混雑

- 平日の午前8:45～午後5:15のうち、午前11:30～午後2:00、午後4:30～5:15は窓口が特に混雑すると予想されます。
- 例年の混雑状況をもとに予想しています。天候などにより混雑の度合いが変わる場合があります。

3・4月の区役所日曜窓口

実施日 [3月] 5日、19日、26日 [4月] 2日、23日

実施時間 午前8:45～正午 ※3/26、4/2は午後2:00まで一部お取り扱いできない業務があります。

詳しくは▶名古屋市中区 検索

市民課の受付待ち人数がわかります

- 受付窓口における現在の待ち人数・現在の呼出番号
 - お渡し窓口における現在の呼出番号
- 受付後にお待ちいただいている人数は含まれません。手続き終了までの所要時間を示すものではありません。

スマートフォンで確認できます



区役所での手続きなどのお問い合わせに

名古屋おしえてダイヤル

をご活用ください

☎953-7584 FAX 971-4894

年中無休(午前8:00～午後9:00)

ウェブサイトでは、よくあるお問い合わせと回答を公開しています



証明書の交付は区役所以外でもできます

栄サービスセンター ☎951-0361 詳しくは▶名古屋市中区 検索

場所 栄地下街・名鉄瀬戸線「栄町」駅改札口南

時間 午前8:00～午後7:00(日曜・祝休日、年末年始を除く)

	午前8:00	午前9:00	午後5:00 (土曜日は午後3:00)	午後7:00
住民票の写し、印鑑登録証明書	取次ぎ※1	即時交付	取次ぎ※2	取次ぎ※2
戸籍全部・個人事項証明書	—	即時交付(土曜は取次ぎ※2)	—	—

※1 当日の午後1:00以降に交付 ※2 直後の開所日の午後1:00以降に交付

お持ちいただくものがございまして、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

地下鉄駅長室取次ぎサービス

駅長室(駅情報コーナー)で住民票の写し、印鑑登録証明書の申請および交付の取次ぎをいたします。

- 中区内の取次ぎ駅(8駅): 伏見、金山、上前津、矢場町、久屋大通、名古屋城、丸の内、鶴舞
- 時間: 午前8:00～午後8:30(年末年始を除く)

詳しくは▶名古屋市中区 取次ぎサービス 検索

住所変更(住民票の異動)に伴う市民課での手続き

内容	引っ越し前の手続き (引っ越し日まで)	引っ越し後の手続き (引っ越しの日から14日以内)
中区から市外へ	中区へ転出届	新住所地の役所に転入届
市中他区へ	手続きは不要	新住所区へ転入届
中区内での引っ越し	手続きは不要	中区へ転居届
中区に転入	前住所地の役所に転出届	中区へ転入届 (前住所の転出証明書などが必要)
市中他区から	手続きは不要	中区へ転入届

※印鑑登録は市外へ引っ越しすると廃止されます。(市内では継続)
 ※転出届のみ郵送での手続きができます。

住所変更(住民票の異動)の届出に必要なもの

●本人確認ができるもの

1つの提示で可

運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、住民基本台帳カード(写真付き)、在留カード、特別永住者証明書など



2つの提示で可

各種健康保険被保険者証、介護保険被保険者証、年金手帳、敬老手帳、社員証(写真付き)、学生証(写真付き)など

- 前住所地発行の転出証明書(市外から中区へ引っ越しした場合)
- 委任状(代理人が届出する場合)
- 引っ越しする方全員のものが必要なもの(それぞれお持ちの方のみ)

マイナンバーカード、在留カード、特別永住者証明書、住民基本台帳カード

※マイナンバーカードをお持ちの方は、住所変更の手続きに加えてカードの記載内容の変更などの手続きにも時間がかかりますので、ご了承ください。

あわせて必要な手続き

住民票の異動とあわせて手続きが必要な場合があります。

手続きを要する主な事例	担当窓口
国民健康保険証	保険年金課 保険係
後期高齢者医療、各種医療助成	保険年金課 管理係
国民年金第1号被保険者	民生子ども課 民生子ども係
児童手当、児童扶養手当	福祉課 高齢福祉係
介護保険証	福祉課 障害福祉係
敬老手帳、敬老パス	福祉課 障害福祉係
身体障害者手帳、愛護手帳	保健センター 保健管理課
精神障害者保健福祉手帳	保健センター 保健管理課
飼育犬の登録事項変更	保健センター 保健管理課