引越しのごみ出しは計画的に行いましょう！

瑞穂環境事業所 ☎882-5300 FAX882-5305

３月に引越しなどで一度に大量のごみを出されると収集できなくなる恐れがあります。特に不燃ごみ・粗大ごみの収集は月１回ですので、**ごみ出しは２月から計画的に行いましょう。**

●粗大ごみ（30cm角を超える大型ごみ）の収集【有料】
収集日の１週間前までに事前申し込みが必要

①電話での申し込み
粗大ごみ受付センター（土・日曜日を除く９:00～17:00）
県内の固定電話☎0120-758-530（フリーダイヤル）
携帯電話・県外☎052-950-2581（通話料有料）

②インターネットでの申し込み
名古屋市　粗大ごみ受付センター　検索
http://www.nagoya-sodaigomi.jp/gomi/

●自己搬入制度【有料：10kgあたり200円】
ご自分で排出したごみを、ご自身で処理施設まで持ち込む制度です。搬入時間や搬入可能なごみについては、事前にお問い合わせください。
①「可燃ごみ」と「不燃・粗大ごみ」に分別する。
②ごみを車両に積み込む。
③**ごみの発生した区の環境事業所**で受付時間内に申請手続きを行う。
④申請日当日に承認書を持って処理施設へ搬入し、処理手数料を支払う。
※処理施設が異なるため「可燃ごみ」と「不燃・粗大ごみ」を同時に運ぶことはできません。
※資源化可能な紙類（新聞・雑誌・段ボール・ＯＡ用紙など）や空きびん・空き缶・ペットボトル・危険物、家電リサイクル法対象機器、パソコン、産業廃棄物などは搬入できません。
名古屋市　自己搬入　検索

※引越しシーズンは電話がつながりにくくなります。期限に余裕を持ってご連絡をお願いします。

瑞穂保健センターだより

瑞穂保健センター
〒467-0027 田辺通3-45-2
☎(代)837-3241 FAX837-3291

●子育て総合相談窓口（子育て世代包括支援センター）…☎837-3285
●瑞穂区休日急病診療所（内科・小児科）……☎832-8001
●名古屋南歯科保健医療センター（歯科）……☎611-8044
●救急医療情報センター（救急医療）……☎263-1133

→ここから瑞穂区版→

乳幼児健康診査

▼３か月児

区分	診査日	対象児の生年月日
３か月児	２/15(水)	R４.10.16～10.31
	３/１(水)	R４.11.１～11.15
受付時間/第２子以降		8:50～9:00
第１子		9:10～9:20

▼１歳６か月児・３歳児

区分	診査日	対象児の生年月日
１歳６か月児	３/９(木)	R３.７.29～８.15
３歳児	２/21(火)	R２.１.29～２.13
	３/７(火)	R２.２.14～２.29
受付時間/第２子以降		13:10～13:20
第１子		13:20～14:00

★当日は入り口で体温測定します。
★同伴は避けて、**お子さま１人に保護者の方１人**とさせていただきます。保護者の方はマスク着用のうえお越しください。
★以下の場合には健診を控えてください。
・風邪の症状や37.5℃以上の発熱がある。
・新型コロナウイルス感染者と濃厚接触した。
・家族に感染疑いの方がいる。
★対象者へ個別通知します。通知が届かない方も、該当日時にお越しください。
★１歳６か月児および３歳児の希望者にフッ化物塗布（¥720円）を実施します。おつりのないようにお願いします。生活保護世帯（証明要）は免除あり。
★３か月児および１歳６か月児はタオルをお持ちください。身長などを測る時にお子さまの下に敷きます。

問合 保健感染症係（☎837-3267）

心・体の健康教室・相談

▼性感染症検査
日 ３/２（木）
9:30～10:30（受付時間）
↑感染の心配な方
▶ＨＩＶ・梅毒・性器クラミジア感染症の検査。
※匿名可。緊急時の連絡先のみ記載が必要。
※無料、結果は原則一週間後。
※性器クラミジア感染症検査は、１時間以上排尿を控えてご来所ください。
問合 感染症対策等担当
（☎837-3264）

▼難病（神経・筋疾患）患者・家族のつどい
日 ３/２（木）13:30～15:30
↑難病（神経・筋疾患）と診断された方と家族
▶医師の個別相談。
受 ２/24（金）までに☎で申し込み。
申込・問合 保健看護担当
（☎837-3271）

▼こころの健康相談日
日 毎週水曜日 15:45～17:15
▶心の健康に関する相談。
受 前日までに☎で申し込み。
※秘密厳守。
※第４水曜日は「うつ病家族相談日」。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

歯の健康教室・相談

▼むし歯予防教室（予約制）
日 ２/14（火）13:15～14:15
３/９（木）９:00～10:00
（共に受付時間）
↑おおむね１歳児～未就学児
▶歯科検診、歯みがき・栄養相談、フッ化物塗布（¥720円）、保護者の歯科検診（１歳児の保護者の希望者）。
●持ち物/歯ブラシ、タオル、母子健康手帳
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

▼はじめての歯みがき教室（予約制）
日 ２/27（月）９:45～11:30
↑初参加の10～12か月程度の乳児
▶個別で説明。お悩み相談（歯、栄養）、むし歯予防の話など。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

フッ化物塗布をご希望の方は、おつりのないようにお願いします。生活保護世帯（証明要）は免除あり。

子育て教室・相談

▼子育て総合相談窓口
日 毎週月曜～金曜 ８:45～17:15
（面接相談は９:00～16:30まで）
▶子育ての悩みなどについて保健師が電話や面接で相談に応じます。
問合 子育て総合相談窓口
（☎837-3285）

▼離乳食講習会～マンマコース～
日 ①２/17 ②３/３（各金）
各10:00～11:30
↑３か月児健診を受診された児と保護者
席 各４組（先着順）
▶個別で説明。離乳開始から完了までの離乳食の話、お口の話、初期の離乳食の見本展示。
受 ①２/13（月）～②２/21（火）～☎で申し込み。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

▼離乳食講習会～モグモグコース～
日 ２/28（火）10:00～11:30
↑８～９か月児と保護者
席 ４組（先着順）
▶個別相談。１日２回食から３回食への進め方の話、お口の話、離乳食の見本展示。
受 ２/14（火）～☎で申し込み。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

▼母乳相談（予約制）
日 ２/20（月）13:05～15:00（受付時間）
↑卒乳希望の方、母乳でお困りの方
席 ６組（先着順）
▶個別相談。
●持ち物/母子健康手帳
申込・問合 子育て総合相談窓口
（☎837-3285）

▼パパママ教室３日間コース（予約制）
日 ①３/６（月）②３/16（木）
③３/24（金）各13:15～15:00
↑区内在住の妊婦とそのパートナー
席 ８組（先着順）
▶①妊娠中の過ごし方。
②食品の衛生・歯と栄養の話。
③沐浴・赤ちゃんの泣きへの対応。
●持ち物/母子健康手帳
申込・問合 子育て総合相談窓口
（☎837-3285）

▼マタニティクッキング（予約制）
日 ３/10（金）10:00～11:15
↑妊婦　席 ４人（先着順）
▶バランスのよい食事の話・簡単な調理実習（試食はありません）。
●持ち物/筆記用具・エプロン・手ふき
受 ２/16（木）～３/７（火）までに☎で申し込み。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267）

０歳児の「食べる」「話す」準備講座（オンライン）

日 ３/８（水）11:00～11:45　↑３～７か月程度の乳児と保護者
▶お口の成長や離乳食の食べさせ方の話、触れ合い遊びなど。
受 ３/６（月）までにメール（件名は【０歳児の食べる話す準備講座】、本文にお子さまの氏名と生年月日、電話番号を記載）で申し込み。
※教室開催の前日までに「ミーティングＩＤ」「パスコード」が届かない場合は、お手数ですがお電話にてお問い合わせください。
申込・問合 保健感染症係
（☎837-3267・✉a8373267@mizuho.city.nagoya.lg.jp）

令和４年度南ブロック地域密着企画事業「パパ・ママのための気をつけたい食事と薬」

日 ２/17（金）14:00～15:30　場 オンラインと保健センターにて同時開催
↑瑞穂、南、緑、天白区在住の妊婦や子育て中のご家族
席 15名（先着順）（オンラインは無制限）
▶精神科の先生による、妊娠中や産後に気をつけたい食事や薬についての講演。
受 ２/12（日）までに二次元コードまたはＵＲＬから申し込み。
ＵＲＬ　https://logoform.jp/f/ew09A
●講師/阪野 公一さん（南生協よってって横丁メンタルクリニックみなみ）
申込・問合 保健感染症係精神保健担当（☎837-3267）

みずほくらしの情報

令和５年度個人市民税・県民税申告会場

金山市税事務所市民税課個人市民税第一係　☎324-9804　FAX324-9825

日２/７（火）～３/15（水）まで８：45～12：00、13：00～17：15
※土・日曜日、祝日を除く。
場金山市税事務所１階、瑞穂区役所さくらルーム（２階）
※郵送による提出にご協力ください。
※申告会場にお越しになる場合はマスクを着用し、体調が優れない場合は来場をお控えください。

令和４年分確定申告会場

昭和税務署　☎881-8171（音声案内に従って「2」を選択してください）

日２/16（木）～３/15（水）９：15～17：00（**入場整理券の配付が終了した時点で受付終了となります。**）
※土・日曜日、祝日を除く。ただし、２/19・26（各日）は開設します。
場電気文化会館５階（中区栄２－２－５ 地下鉄伏見駅４番出口徒歩２分）
▶確定申告会場では、**基本的にご自身のスマートフォンで申告していただきます。**来場の際には、事前にマイナポータルアプリをインストールするほか、**源泉徴収票などの申告書作成に必要な書類、スマートフォンおよびマイナンバーカード**（マイナンバーカードの発行時に設定したパスワード（英数字６～16桁の署名用電子証明書と数字４桁の利用者証明用電子証明書））が必要になりますので、ご準備をお願いします。
●駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。
●上記期間中、税務署内に確定申告会場は設けておりません。
●入場には**「入場整理券」が必要です。**「入場整理券」は、当日会場配付とＬＩＮＥアプリによる事前発行があります。
●２/15（水）以前は、税務署での申告相談を行います。オンラインなどによる入場整理券が必要となります。
●令和４年分の確定申告は、スマートフォンとマイナンバーカードを利用した「ご自宅からのｅ－Ｔａｘ申告」をご利用ください。国税庁ウェブサイトの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って入力・操作することで、申告書や青色申告決算書・収支内訳書の作成・送信が可能です。
●税務署で発行したＩＤ・パスワードを利用してｅ－Ｔａｘで送信することもできますが、ＩＤ・パスワードによるｅ－Ｔａｘは暫定的な対応となりますので、お早めにマイナンバーカードを取得していただくようお願いします。

申告の作成方法は、YouTube動画でも紹介しています。

確定申告の相談はチャットボットをご利用ください。

【国税庁ウェブサイト】https://www.nta.go.jp

お出かけは　マスク戸締り　火の用心

春の火災予防運動３/１～３/７　瑞穂消防署　☎852-0119　FAX852-6223

住宅では、たばこ、ストーブ、コンロが原因となる火災により多くの方が亡くなっています。たばこの吸い殻は片付ける、寝たばこはしない、ストーブは火をつけたまま給油しない、コンロの周りに燃えやすいものを置かないなど、火の取り扱いに注意しましょう。

住宅用火災警報器は火災の早期発見、素早い避難で命が助かります。定期的な点検を行いましょう。設置から10年を目安に機器ごと交換をしましょう。

瑞穂区いきいき支援センター

①東部 … ☎858-4008　FAX842-8122　住所：佐渡町３-18
②西部 … ☎872-1705　FAX872-1707　住所：堀田通１-18　シティアーク１階

▼認知症家族教室

日②２/21（火）
13：30～15：30
↑認知症の方を介護している家族
▶いろいろな制度について知ろう。

▼弁護士による無料法律相談（要予約）

日①２/28（火）13：30～16：30
↑高齢者　席５人（先着順）
▶高齢者に関する財産管理や相続、家族間の問題などを相談。
※１人30分程度。
受２/21（火）までに☎で申し込み。

▼もの忘れ相談医による専門相談

日①３/９（木）②２/22（水）
各13：30～15：00
↑もの忘れが気になる方やその家族
受各回**前日**までに☎で申し込み。

▼家族サロン

日①３/１（水）②２/16（木）
各13：30～15：30
↑認知症の方を介護している家族、経験のある方
▶不安や悩みを話し合える場、情報交換など。

子育てサロン「さくらひろば」

区役所民生子ども課　☎852-9392　FAX852-9375

日３/16（木）10：30～12：00　場パロマ瑞穂アリーナ（田辺通３－４）
↑区内在住の未就園児と保護者　席30組（定員を超えた場合は抽選）
▶スマートフォンアプリ「ＳＬＯＷ」を使ったぬり絵やペーパークラフトを行います。親子で撮影した写真をその場でプレゼントします。
●**持ち物**/室内シューズ
受２/13（月）～３/９（木）に☎または**電子申請**（７面参照）にて申し込み。☎の場合は、土・日曜日、祝日を除く９：00～17：00に限ります。

各種相談

☎・FAX各記事を参照

▼法律相談

日２/24、３/10（各金）13：00～16：00
↑市内在住・在勤・在学
席16人（先着順）
※相談は１人20分以内。
受各開催日の１週間前から**名古屋市公式ウェブサイト**または☎で申し込み。
申込・問合名古屋おしえてダイヤル
（☎953-7584）

▼行政相談（詳細は問合まで）

問合区役所地域力推進室
（☎852-9304・FAX852-9306）

▼内職相談

日２/17・24、３/３・10（各金）
10：00～12：00、13：00～15：00
↑市内在住
問合区役所民生子ども課
（☎852-9382・FAX852-9375）

公園愛護会・街路樹愛護会の募集

瑞穂土木事務所　☎831-6161　FAX831-8710

公園愛護会や街路樹愛護会は、公園や街路樹・街園をきれいに保てるよう、周辺の地域住民のみなさまのご協力をいただき管理するために設立される会です。区内では現在、25の公園愛護会と44の街路樹愛護会が活動しています。さらに活動の輪を広げたく、新規団体を随時募集しています。要件は５人以上で月１回以上の清掃・除草活動ができることなどです。市からは報奨金などの活動に対する支援があります。詳しくはお問い合わせください。

パロマ瑞穂スポーツパーク

☎・FAX　各記事を参照

▼大人のためのサッカーひろば

日３/７（火）17：30～20：00（受付時間：17：00～19：30）
場パロマ瑞穂ラグビー場（山下通５－４）
↑中学生を除く15歳以上　席60人（当日先着順）　¥530円
▶サッカー愛好家が集いサッカーを楽しむ広場です。
問合パロマ瑞穂スポーツパーク管理第１係（☎836-8200・FAX836-8206）

名古屋市体育館

☎872-6655　FAX872-6657　住所：熱田区六野２-５-３

▼ノルディックウォーキング体験会

日２/22、３/１・８（各水）10：00～11：15
↑中学生を除く15歳以上　席各10人（先着順）　¥各300円
▶ご自身のペースで効率的に有酸素運動をしていただけます。
受各回**窓口**または☎にて申し込み。空きがあれば**当日**申し込みも可。

瑞穂区社会福祉協議会

☎841-4063　FAX841-4080　住所：佐渡町３-18

▼高齢者はつらつ長寿推進事業（愛称：コスモス）参加者募集

健康寿命を延ばすフレイル予防に効果的な教室です！
↑市内在住の65歳以上（個別介護対応不可のため一人で通える方）
席各会場20人程度
▶健康づくり体操やレクリエーションなどさまざまなプログラムを通じて、楽しく介護予防について学び、仲間づくりを進めます。運営ボランティアも募集中。
受２/13（月）～３/３（金）に☎（平日のみ）またはFAX（希望会場、〒住所、氏名、電話・FAX番号、性別、生年月日を記載）で申し込み。定員を超えた場合は抽選。
※材料費など実費負担あり。

会場	曜日	時間
陽明コミュニティセンター	毎週月曜	午前
瑞穂区在宅サービスセンター		午後
弥富コミュニティセンター	毎週火曜	午前
井戸田コミュニティセンター		午後
仁所公民館	毎週水曜	午前
御剱コミュニティセンター		午後
穂波コミュニティセンター	毎週木曜	午前
堀田コミュニティセンター		午後

●開催期間/令和５年４月～９月
●開催時間/午前＝10：00～12：00
午後＝13：30～15：30
※市内全会場を含め１人１会場のみ申し込み可。各会場週１回の開催。

略記号の説明
日 日時　場 場所（記載のないものは各公所）
対象　席 定員　¥ 料金（記載のないものは無料）
内容　受 申し込み方法　申込 申し込み先
問合 問い合わせ先　☎ 電話番号　FAX ファクス番号

連絡先
瑞穂環境事業所 ☎882-5300
上下水道局瑞穂営業所 ☎841-7146
瑞穂土木事務所 ☎831-6161
瑞穂区社会福祉協議会 ☎841-4063
瑞穂消防署 ☎852-0119
瑞穂警察署 ☎842-0110
上下水道局「お客さま受付センター名水ダイヤル」 ☎884-5959

●公共交通機関の利用にご協力ください。●ここに掲載のないイベントを実施している施設もあります。詳しくはウェブサイトやチラシなどをご覧いただくか、施設にお問い合わせください。

瑞穂児童館

☎852-2229 FAX841-1348 住所：萩山町1-22

▼クラブ員募集（令和５年４月～令和６年３月開催）

クラブ名	曜日	時間	対象	定員	費用
ぞうさん（親子クラブ）	第２火曜	10:30～12:00	R２.４.２～R３.９.30生まれの幼児（１歳半～２歳児）と保護者	各15組	各1,500円
バンビ（親子クラブ）	第４木曜		R３.４.２～R４.４.１生まれの幼児（１歳児）と保護者		
ママといっしょ※	第１・３金曜	10:00～11:30	H31.４.２～R３.４.１生まれの幼児（２・３歳児）と保護者	15組	300円
造形クラブA※	第１・３土曜	10:00～12:00	令和５年度年長児クラス該当の幼児・小学１年生	12人	各3,000円
造形クラブB※		14:00～16:00	令和５年度小学２・３年生	16人	
将棋クラブ	第２・４土曜	10:00～12:00	令和５年度小学生～高校生	25人	300円
子ども卓球クラブ※	第２・４土曜	14:00～16:00	令和５年度小学３～６年生	12人	無料
母親卓球クラブ	第２・３木曜	10:00～12:00	他の卓球クラブに所属せず、児童館の行事にボランティアとして参加できる母親	30人	無料

●実施曜日は、都合により変更する場合があります。
※ママといっしょ、造形AB、子ども卓球は令和５年９月までの実施です。
●当選者は３/３（金）～３/10（金）９:00～16:45の間に窓口で入会手続きと入会費の支払いをしてください。費用無料のクラブも入会手続きは必要です。期限内に連絡・支払いがない場合は当選無効となります。
●辞退される場合は早めにご連絡ください。

受往復はがき（往信裏面に希望クラブ名、〒住所、お子さまの氏名（ふりがな）、電話番号、性別、４月からの新学年、生年月日、返信表面に〒住所、氏名を記載）にて２/12（日）～２/18（土）必着で申し込み。定員を超えた場合は抽選。１人１クラブ、１人１通（多胎児はきょうだいで１通）のみ申し込み可。結果は申込者全員に３/１（水）ごろに発送。

▼みずほじどうかんまつり

日２/19（日）９:30～15:30
↑乳幼児と保護者、小学生～高校生
▶ゲームコーナーなどのお楽しみや、世界的マジシャン中村龍平さんによるスペシャルマジックショーの開催。
※一部有料コーナーあり。

▼名古屋市児童館交流ボッチャ大会出場者募集

日２/26（日）13:30～15:45ごろ
場中スポーツセンター（中区栄１-30-10）
↑小学生～高校生（幼児親子も可）
席４人（先着順）
▶ボッチャを楽しもう。
受２/12（日）14:00～窓口、14:30～☎で申し込み。

▼名古屋女子大学共催事業「うごくおもちゃづくり」

日３/５（日）13:30～15:00
↑年少児（保護者同伴）～小学生
席10組（先着順）
▶ゴムの動力でユニークな動きをするおもちゃを作ってみよう。
受２/12（日）10:00～窓口、10:30～☎で申し込み。

▼瑞穂文化小劇場共催事業「親子で作ろう！段ボールカホンワークショップ」

日３/18（土）14:00～15:30
↑小学１～３年生と保護者
席10組（先着順）
▶作った楽器を使ってみんなで音楽を楽しもう。
●講師/ＰＵＥＮＴＥさん
受３/４（土）10:00～窓口、10:30～☎で申し込み。

瑞穂図書館

☎853-0450 FAX853-0451 住所：豊岡通3-29

▼瑞穂文化小劇場共催まちなかアーティスト「バルーンアートであそぼう☆」

日２/25（土）13:15～14:15、14:45～15:45
↑小学生（親子で参加可）　席各25人（先着順）
●講師/バルーンパフォーマーＨＩＲＯさん
受２/11（祝・土）10:00～☎で申し込み。

▼英語でおはなし会

日２/15（水）11:00～11:30
↑乳幼児～　席６組（先着順）
受当日10:00～☎で申し込み。

▼ストーリーテリングおはなし会

日２/18（土）11:00～11:30
↑５歳以上　席６組（当日先着順）

▼みんなのおはなし会

日２/25（土）11:00～11:30
↑幼児・小学生
席６組（当日先着順）

▼ちいさいひとむけおはなし会

日３/９（木）11:00～11:20
↑乳幼児
席６組（先着順）
受当日10:00～☎で申し込み。

▼ちくちく手づくりの会

日３/10（金）10:00～12:00
席12人（当日先着順）
¥500円程度
●持ち物/もめん糸、針、はさみ

瑞穂福祉会館

☎841-3113 FAX841-1348 住所：萩山町1-22

▼趣味講座受講者募集（令和５年４月～令和６年３月開催）

講座名	曜日	時間	回数	定員
健康体操１☆	第１金曜	13:00～14:00	12	45人
健康体操２☆	第４月曜			
機能訓練☆	第２木曜	10:00～11:00		30人
リズム体操☆	第３木曜	９:30～10:30		45人
陶芸１★	第１・３月曜	A９:30～11:30 B12:30～14:30	15	A９人 B９人
陶芸２★	第２・４月曜			
囲碁	第１火曜	13:30～15:30	12	24人
民踊	第１水曜	10:00～12:00		40人
将棋	第２月曜	13:00～15:00		24人
詩吟	第２火曜			40人
民謡	第２水曜	12:40～14:40		
華道	第２木曜	13:00～14:00		
着付け	第３木曜	13:00～15:00		
健康マージャン	第４月曜	９:30～11:30		16人
コーラス	第４月曜	10:00～11:30		40人
書道	第４金曜	９:30～11:30		45人

●開催曜日・時間は、都合により変更する場合があります。
●講座により教材費、教本代などが別途必要です。
☆健康体操１・２、リズム体操、機能訓練は重複申し込みできません。
★陶芸１・２は重複申し込みできません。

↑市内在住の60歳以上
受２/18（土）までに福祉会館利用証を持参し、本人が直接申し込み。定員を超えた場合は抽選。現在受講中の方も申し込みが必要。１人２講座まで申し込み可。３/６（月）抽選結果発表。

▼講座・教室

★認知症予防リーダー養成講座
日４～５月の原則金曜日開催（全９回）13:30～15:30
↑市内在住の60歳以上　席５人
▶認知症予防のための知識や技術を地域に広めるリーダーの養成講座。

★認知症予防教室
日４～９月の火・水・木いずれか週１回10:00～12:00
↑市内在住の65歳以上　席各12人
▶健康体操やレクリエーションなどさまざまなプログラムで認知症を予防しましょう。

共通事項
受２/13（月）～２/28（火）に窓口または☎で本人が直接申し込み。
※定員を超えた場合は抽選。抽選日は３/10（金）。結果は全員に通知。

▼認知症予防事業お試し体験会

日２/20（月）10:00～12:00
↑市内在住の60歳以上　席30人
▶体操、脳トレなど。
受２/13（月）９:00～窓口または☎で本人が直接申し込み。

▼みずほ標語コンテスト　作品募集中

↑市内在住の60歳以上
▶瑞穂福祉会館の標語を募集します。川柳、俳句、短歌、キャッチコピーなんでもＯＫです。参加者全員にお楽しみプレゼントがあります。
受３/13（月）までに窓口の応募ポストまたは郵送へ標語、〒住所、氏名（ふりがな）、年齢、電話番号を記載のうえ申し込み。

自動車図書館

☎・FAX 共通 821-3364

▼巡回日程

日３/10（金）10:00～11:00
場総合リハビリテーションセンター
福祉スポーツセンター玄関前（弥富町字密柑山１－２）

瑞穂生涯学習センター

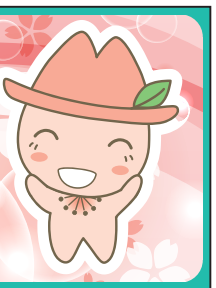
☎871-2255 FAX871-2256 住所：惣作町2-27-3

▼パソコン初心者教室

日２/22、３/８（各水）10:00～12:00
席12人（当日先着順）
▶①初心者体験コース（２時間/３回で終了）。②相談コース（自由時間）。

広報なごや瑞穂区版 広報みずほっぺ 2月号

瑞穂区マスコットキャラクター みずほっぺ



編集 瑞穂区役所　〒467-8531　瑞穂通3-32　☎(代)841-1521　FAX 852-9306　HP https://www.city.nagoya.jp/mizuho/

新型コロナウイルス感染症の影響により、掲載の行事などは中止または変更になる場合があります。各行事の担当部署へ確認いただくか、名古屋市公式ウェブサイトを確認してください。

いっしょに楽しもう！さくらスポーツフェスタ 体験参加者募集！

フェスタで実施する、普段経験できないスポーツ体験やランニング教室などの参加者を募集します！

日時 3/18(土)10:00～13:00　場所 パロマ瑞穂レクリエーション広場(萩山町４－１)

事前申込・参加無料

第１部

コースA 子ども“なわとび”教室

持ち方などの基本から、二重跳びなどの練習のコツまで学べるよ！

定員　10名
対象　区内在住の小学生
時間　10:10～11:00(受付9:40～)

コースB ファミリーふれあいランニング教室

誰でもすぐに実践できる正しい走り“型”のコツを知ろう！

定員　25名
対象　区内在住の小学１～３年生と保護者
※１組４名まで申込可能
時間　10:10～10:40(受付9:45～)

第２部

コースC カバディ＆ハンドボール体験

カバディではルールを覚えてミニゲームを、ハンドボールではシュートゲームを楽しもう！

定員　24名
対象　区内在住の小・中学生
時間　11:45～13:00(受付11:00～)

コースD ラグビー＆車いすソフトボール体験

ラグビーではパス、キック、タックルなどのプレー体験を、車いすソフトボールではキャッチボールやバッティングを楽しめます！

定員　24名
対象　区内在住の小・中学生
時間　11:45～13:00(受付11:00～)

申込

●ウェブフォーム
お手軽にお申込みいただけます！

●はがき または FAX
記入事項▶
- 希望のコース番号(A・B・C・D)
※第１部、第２部それぞれ第２希望まで記載可能。
- 応募者全員の氏名(ふりがな)、学年(学生以外は年齢)
- 代表者(保護者)の住所、氏名、電話番号

2/22(水)必着

【注意事項】
※申し込みに不備があった場合は、無効となります。
※第１部、第２部を同時に申し込みできます。それぞれ第２希望まで申し込みできます。第１部のみ、第２部のみの申し込みも可能です。
※複数で申し込みをされた場合で、一部の方が対象外の場合は、対象外の方のみ無効とします。(例：第１部コースB、第２部コースCに小学３年生１名と保護者１名で申し込んだ場合、第１部は２名、第２部は小学３年生の１名の申し込みとします。)
※定員を超えた場合は第１部、第２部それぞれ抽選とし、**当選者にのみ３/３(金)までに案内を発送します。**

1月号お年玉クイズの答え

答えは、「たこあげ」でした!!
皆さまからいただいた貴重なご意見は、紙面づくりの参考にさせていただきます。
ご応募ありがとうございました。

申込・問合 区役所地域力推進室　〒467－8531(住所不要)　☎852－9303　FAX852－9306

瑞穂区地域包括ケアシステムを知っていますか？

～いつまでも住み慣れた地域で暮らし続けるために～

地域包括ケアシステムとは、高齢者ができる限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、医療・介護・福祉が連携して必要とされるサービスを、切れ目なく提供していく仕組みのことです。

めざせ！！ 見守られ上手さん

健康で長生きするためには「人とのつながり」がとても大切です。いきいき支援センターでは、「めざせ！！見守られ上手さん」と題したチラシを作成して、高齢者の孤立防止の取り組みを行っています。

認知症の人にやさしい店 交流会開催

認知症サポーターが従業員にいるなどの要件を満たした瑞穂区内の店舗などが、「認知症の人にやさしい店」として登録しています。

認知症の人へのよりよい対応方法について情報交換し、親睦を深めるために交流会を開催しました。

いきいき支援センターの活動を広く知っていただくために、公式LINEを開設しました！二次元コードから読み取って友達登録をすると、センターからの最新情報が届きます。

問合
瑞穂区東部いきいき支援センター
☎858－4008　FAX842－8122
瑞穂区東部いきいき支援センター分室
☎851－0400　FAX851－0410
瑞穂区西部いきいき支援センター
☎872－1705　FAX872－1707

「地域包括ケア」出前講座を聞いてみませんか？

区役所の職員がサロンや会合の場に出向き、地域包括ケアシステムや介護予防についての講話などを行います。

内容 講話、ＤＶＤ上演など。
申込・問合 区役所福祉課☎852－9366　FAX851－1350

こんにちは！瑞穂区はち丸在宅支援センターです。

◇ご案内
病気を抱えながらご自宅などで生活をされている、また、これから家で生活をしたいという市民の皆様の在宅療養に関するご相談に、看護師・医療ソーシャルワーカーが応じています。

◇在宅療養の普及啓発動画「いつまでも自分らしく生きるために」
医療と介護の専門職のサポートを受けながら、自宅での療養生活をどのように送ることができるのかお伝えします。

問合 瑞穂区はち丸在宅支援センター (運営：一般社団法人 名古屋市医師会)
☎852－0874　FAX852－0875