

千種区版

保健センターだより

- 場所指定のないものは保健センターで実施します。
- 駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。
- 費用の記載の無いものは無料です。

◆ 料金免除制度 ◆
本市が実施するがん検診などで、右の①～⑥の方は無料です。当日証明するものをご持参ください。

保健センター ☎753-1951 〒464-8618 星が丘山手 103
救急医療情報センター ☎263-1133
千種区休日急病診療所(内科・小児科) ☎733-1191
今池五丁目4-15
北歯科保健医療センター ☎915-8844
北区平手町1-1(クオリティライフ21城北内)

①70歳以上 ④市医療費助成制度受給者
②生活保護世帯 ⑤市福祉給付金受給者
③市民税非課税世帯 ⑥中国残留邦人等支援給付受給者

※詳しくはお問い合わせください。

子育て総合相談窓口(☎757-7033)

(子育て世代包括支援センター)

月～金曜日(祝休日は除く)
電話＝午前8:45～午後5:15
面接＝午前9:00～午後4:30

子どもと親

相談・教室	日程・受付時間	対象・定員(先着順)・内容	申込(予約制)・問合
親子 むし歯予防 教室	1/11(木)・18(木) 2/1(木)・8(木) 午前9:00～9:30 または 午前9:30～10:00	0歳から就学前の乳幼児と保護者30組 歯科検診・歯科相談・栄養相談、 フッ素塗布(希望者のみ720円) 生活保護世帯のみ減免制度あり(要証明) ※歯ブラシ・タオル・母子健康手帳持参	☎753-1975
ニュー ファミリー セミナー	A①1/11(木)午後 ②1/19(金)午前 または B①2/1(木)午後 ②2/9(金)午前	妊婦とその家族10組 1日目:赤ちゃんを迎えるために、育児体験など 2日目:食生活、歯の健康、食品の衛生の話、 試食	☎753-1975
子どもの アレルギーと ぜん息相談	1/12(金) 2/2(金) 午後1:45～2:45	市内在住で15歳未満の方 アレルギー専門医による診察・相談・指導 (保健・栄養)	☎753-1975
お口 すくすく 教室	1/15(月) 午後1:15～1:30 (午後2:30終了予定)	3～6カ月児(第1子)と保護者8組 お口の発達について、離乳食の食べさせ方、 栄養のお話	☎753-1975
母乳相談	1/18(木) 午後1:10～3:10	授乳中の乳児と母親5組 助産師による母乳促進のための個別相談	☎753-1985
赤ちゃん パクパク 教室	①1/26(金) ②2/16(金) 午前9:50～10:00 (午前11:15終了予定)	①令和5年4月・5月生まれ ②令和5年5月・6月生まれ 第1子と保護者8組(参加は1組1回まで) お口の手入れ、離乳食の話(中期から後期ま で)、試食 ※赤ちゃん用スプーン・母子健康手帳持参	①1/22(月) ②2/9(金) 午前9:00から 電話で ☎753-1981
はじめての 歯みがき 教室	1/30(火) 午前9:45～10:00 (午前11:30終了予定)	令和5年2月・3月生まれの第1子と保護者 10組 むし歯予防の話、歯みがき練習(希望者)	1/23(火) 午前9:00から 電話で ☎753-1975
離乳食相談	2/13(火) 午後2:50～3:00 または 午後3:20～3:30	離乳食を食べているお子さんとその保護者 各回2組 離乳食に関する相談、見本展示	☎753-1981

一般

相談・検査	日程・受付時間・対象・定員・内容など	申込・問合
こころの 健康相談日	毎週月曜日(第3月曜日は除く) 午後1:30～2:30 不眠など心の健康に関する相談	予約制 ☎753-1981
うつ病 家族相談日	第3月曜日 午後1:30～2:30 うつ病の方を抱えた家族の相談	
HIV・梅毒・ 性器クラミジア 感染症検査	1/22(月) 午前9:30～10:30 定員 30人 無料、匿名(HIV検査結果証明書が 必要な方は有料・匿名不可) ※結果は原則1週間後に手渡し	予約不要 ☎753-1982

※いずれの相談・検査も祝休日は除く

歯っぴースマイル教室(予約制)

日時 2/19(月)午前9:45～11:00 受付 午前9:30～9:45
対象 区内在住の1歳7カ月児～3歳児と保護者 定員 10組(先着順)
内容 むし歯予防のお話、よくかめるお口の育て方
持物 タオル、飲み物
申込 1/25(木)午前9:00から電話または窓口で
問合 感染症対策等担当(☎753-1982)



2024年 新春お年玉アンケート

- ①あなたは、広報なごや千種区版の内容について
どう思いますか?
1:満足 2:まあ満足 3:やや不満 4:不満
5:読んだことはない
- ②あなたは、千種区ウェブサイトの内容について
どう思いますか?
1:満足 2:まあ満足 3:やや不満 4:不満
5:見たことはない
- ③千種区マスコットキャラクター「こあらっち」を
ご存じですか?
1:はい 2:いいえ
- 問合 区役所地域力推進室
☎753-1824 FAX753-1924 〒464-8644(住所記入不要)



アンケートに答えていただいた方の中から、
抽選で16人の方にマナカチャージ券(1,000
円分)をプレゼントします。

- 応募方法
・アンケートの回答(①～③必須)、住所、
氏名、年代、電話番号を記入し、はがき・
ファクス・申込フォームのいずれかで
下記へ応募してください。応募は1世
帯1通(区内在住に限りです)。
・1/31(水)必着
・※いただいた個人情報(賞品の発送の
みに使用いたします。
・※当選者発表は賞品の発送をもって代
えさせていただきます。
・申し込みはこちらから▶



予防接種

感染症対策等担当 ☎753-1982

☆各種予防接種

市内指定医療機関で実施しています。接種
の際は、医師によく相談しましょう。



乳幼児健康診査

保健感染症係 ☎753-1975

区分	日程	対象生年月日
3・4 か月児	1/23(火)	R 5. 9. 18～5. 9. 27
	1/30(火)	R 5. 9. 28～5. 10. 8
【受付時間】 第1子 午後1:00～1:20 第2子以降 午後1:00～2:00		
1歳6 か月児	1/17(水)	R 4. 6. 22～4. 7. 5
	1/24(水)	R 4. 7. 6～4. 7. 13
	1/31(水)	R 4. 7. 14～4. 7. 24
	2/7(水)	R 4. 7. 25～4. 7. 30
3歳児	1/19(金)	R 2. 12. 18～2. 12. 30
	1/26(金)	R 2. 12. 31～3. 1. 13
	2/9(金)	R 3. 1. 14～3. 1. 28
【受付時間】 午後1:00～2:00		

☆ママのためのロコモ予防教室(予約制)

子どもとできる体操で運動不足を解消しま
しょう。

日時 2/5(月)、3/8(金)の2日間コース
午前10:00～11:00
受付 午前9:45～10:00
対象 区内在住で6カ月以上1歳未満の乳児と母親
定員 8組(先着順)
内容 1日目:お子さんと一緒にできる軽運動
2日目:保健師・歯科衛生士・管理栄養士
講話(試食あり)
持物 飲み物、タオル、運動しやすい服装
申込 1/15(月)午前9:00から
右記ウェブサイト、電話
または窓口で
問合 感染症対策等担当(☎753-1982)



☆千種つるかめセミナー かめクラス
かめクッキング2月(予約制)

日時 2/6(火)午後1:10～3:30
受付 午後1:00～1:10
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 12人(先着順)
内容 かめるお口でしっかり食べよう
(口腔・栄養講話、調理実習)
持物 筆記具、飲み物、マスク、エプロン、三角巾、
タオル
申込 1/12(金)午前9:00から
右記ウェブサイト、電話
または窓口で
問合 感染症対策等担当(☎753-1982)



☆高齢者向け体力測定会(予約制)

梶山女学園大学とのコラボ企画! あなたの
体力は一体何点?

日時 2/16(金)午前10:00～正午
受付 午前9:30～10:00
場所 梶山女学園大学星が丘キャンパス体育館
(星が丘元町17-3)
※当日は公共交通機関でお越しください。
対象 区内在住で65歳以上の方
定員 50人(先着順)
内容 体力測定、体操、ミニ運動会
持物 筆記具、飲み物、運動しやすい服装
申込 1/12(金)午前9:00から
右記ウェブサイト、電話
または窓口で
問合 感染症対策等担当(☎753-1982)



ちくさくらのガイド

日曜開庁	区の人口と世帯数
1/14、2/4	人口 165,142人
午前8:45～正午	世帯数 88,812世帯
※取り扱い業務など、詳しくは担当各課へ	(令和5年12月1日現在)

区 役 所

★**法律相談(予約制・面談のみ)**
 日時 1/23、2/13(いずれも火曜日)
 午後1:00～4:00
 定員 16人(相談は1人20分以内)
 申込 市公式ウェブサイトまたは
 名古屋おしえてダイヤル(☎953-7584)
 ※各相談日の1週間前から先着順受付

★**会計年度任用職員(時給制通達員)を募集します(令和6年4月採用)**

申込期間 1/4(木)～18(木)必着
 募集人員 外勤に耐えられる体力のある方、1人
 業務内容 市・区から発送する文書を、区内の家庭や事業所へ配布する業務
 ※詳しくは市ウェブサイトをご覧ください
 申込・問合せ 総務課(☎753-1811・FAX753-1924)

★**交通指導員を募集します**

勤務内容 小学校の登下校指導や交通安全教室など、地域の交通安全に貢献できるお仕事です
 ※年齢・性別問わず
 採用区分 ①令和6年4月採用
 ②令和6年5月採用
 (各募集学区についてはお問い合わせください)

申込 電話連絡の上、受験申込書を持参
 ①1/4(木)～19(金)必着
 ②1/26(金)～2/9(金)必着
 詳しくは下記問い合わせ先へ
 問合せ 地域力推進室(☎753-1826・FAX753-1924)

★**新入学のお子さんの保護者の皆さまへ
 就学通知書のお知らせ**

令和6年4月に小中学校へ入学されるお子さんの家庭に「就学通知書」をお届けします。
 小学校 平成29年4月2日～平成30年4月1日
 生まれのお子さんへ1月中にお届けします
 中学校 在学中の小学校を通じてお届けします

★**次の方は区役所市民課で手続きが必要です**

- ①国立や私立の学校へ入学される方(入学許可証などを持参)
- ②外国籍のお子さんで、市立の小学校へ入学を希望される方のうち、まだ申請手続きが済んでいない方

しない させない 越境入学

特別な事情がある場合を除き、実際にお子さんが住んでいない他学区への市立小中学校通学は認められていません。

問合せ 市民課(☎753-1896・FAX753-1899)

**ちくさボランティアカメラマン撮影
 写真をご紹介します!**



写真撮影:ちくさボランティアカメラマン 佐々基成さん

写真は2月下旬の東山動植物園「梅の丘」の様子です。梅の花は、東山動植物園や平和公園などで、2月初旬から咲き始め、3月頃まで楽しむことができます。

ちくさボランティアカメラマンとは…

ボランティア活動として、千種区の魅力的なイベントや風景などの写真を区役所へ提供していただいている方々です。活動にご興味のある方は、下記へお問い合わせください。

問合せ 地域力推進室(☎753-1823・FAX753-1924)

警 察 署

☎753-0110・FAX753-0221

★**事件・事故 緊急事案は 110番
 ～警察の 相談ダイヤル #9110～**

110番通報するときには、あなたのいる場所を分かりやすく教えてください。

○目標物として「駅、バス停、交差点名、コンビニエンスストアなどの店舗」などをお伝えください。

○警察官がより早く到着するために、警察官を見かけたら「声をかける、手を振る、誘導する」などをお願いします。



緊急性のない相談やお問い合わせなどは、警察相談専用電話「**#9110**」にお電話いただくか、最寄りの警察署「住民コーナー」、警察本部に設置の各種相談窓口にご相談ください。

消 防 署

☎764-0119・FAX752-1119

★**1月26日は「文化財防火デー」**

文化財防火デーは、昭和24年1月26日に法隆寺の金堂が炎上し、壁画が焼損したことを契機として定められました。

区内には東山植物園温室前館や日泰寺奉安塔・草結庵などの貴重な文化財が存在します。文化財を後世に継承するため、地域の力で火災を予防し、みんなで文化財を守りましょう。



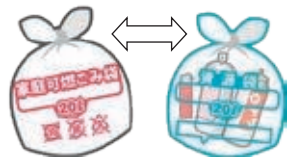
環 境 事 業 所

☎771-0424・FAX771-5113

★**発火性危険物の出し方**

対象品目は「スプレー缶類・カセット式ガスボンベ、使い捨てライター、加熱式たばこ・電子たばこ」などです。出すときの注意点は次の3つです。

- スプレー缶類は中身を完全に使い切って、穴をあけずに出す
- 「資源用指定袋」または「透明または中身が見える半透明の袋」に入れる
- 可燃ごみの収集日に、可燃ごみと別にして出す



土 木 事 務 所

☎781-5211・FAX782-2974

★**歩道橋ネーミングライツ・街路灯パートナーの募集**
 企業や団体に契約金や寄附金をいただき、歩道橋や街路灯に企業名などを表示させていただき事業です。企業や団体による地域貢献の場としてもご活用いただけます。

★**なごやかベンチ・まごころ遊具のご寄附の募集**
 公園を魅力的にしていくため、個人や企業の皆さまからあたたかいメッセージとご寄附をいただいて、公園に新しいベンチや遊具を設置する事業を行っています。ベンチや遊具にはお名前とメッセージを記したプレートを取り付け、皆さまの想いを伝えます。
 ※いずれも詳しくはお問い合わせください

上下水道局東部営業センター

☎722-8750・FAX722-8756

★**下水道に油を流さないでください**

下水道に油を流すと、下水管のつまりや悪臭の原因にもなります。調理後のフライパンや皿についた油汚れは、キッチンペーパーなどでふき取って処分してください。

河川や海などの水環境を守るためにも、下水道に油を流さないようお願いします。

なごや環境大学

★**勿体ないを家庭から～編/織/染～**

【**縫い&手あみ3 技法・基礎学び**】
 「身近な素材をリメイクしましょう!」

日時 ①2/7(水)②2/21(水)午後1:30～3:00
 場所 千種生涯学習センター 定員 5人
 内容 ①リユース作品紹介や古糸・古布など身の回りのモノを持参してベストや作務衣にかんたんリフォーム
 ②持参品に合わせた作品づくりと、成果作品をもとに参加者同士で交流会
 費用 1,000円(全2回分)

申込 氏名・住所・電話番号・電子メールアドレス・持参品(1～2点)・会場を記載の上、郵送または問合せ先電話番号へショートメールにて先着順
 問合せ 手あみ生涯学習ぐるーぷ(多崎)
 〒463-0027 守山区弁天が丘909
 ☎090-9123-7485 ㊚tcpnf602@yahoo.co.jp

そ の 他

★**税理士による「無料税務相談所」のご案内**

日程 2/14(水)～16(金)・19(月)～21(水)
 ※混雑回避のため**完全予約制にて実施**
 (予約の時間より前の来場はご遠慮いただき、できる限り少人数でお越しください)
 予約方法…1/22(月)から電話(☎721-4185)にて、相談希望日の前日午後5:00までに予約
 受付時間…平日午前9:00～午後5:00
 ※定員になり次第、受け付け終了

場所 税理士会ビル2階会議室(覚王山通8-14)
 ※公共交通機関をご利用ください

対象 ①年金受給者および収入1,000万円未満の給与所得者
 ②前年分の所得金額(青色事業専従者給与額・青色申告特別控除額・事業専従者控除額を控除する前の金額)が300万円以下の事業所得者、不動産所得者、年金以外の雑所得者

その他 申告書にはマイナンバーの記載および本人確認書類の写しの添付が必要(スマートフォンで申告する場合には、マイナンバーカードが必要)

★**次に該当する方は相談できません。確定申告会場(電気文化会館)をご利用ください。**

- (イ)消費税の課税事業者で、令和3年分の課税売上高が3,000万円を超える方
 - (ロ)分離課税(株式・配当・不動産譲渡・退職・山林)の申告をする方
 - (ハ)贈与税の申告をする方
 - (二)青色申告特別控除の55万円(65万円)控除適用者
 - (ホ)住民税申告のみの方(住民税申告は区役所へ)
 - (ヘ)税理士の関与がある方
- 問合せ 千種税務署個人課税部門(☎721-4181)
 ☆電話は自動音声により案内しています。
 お問い合わせは「2」を選択してください。

いきいき支援センター

[西部] ☎763-1530・FAX763-1547
 [東部] ☎781-8343・FAX781-8346

★**認知症の人を介護する家族支援事業**

事業名/会場	東部いきいき支援センター	西部いきいき支援センター
家族教室	1/25(木) 午後1:30～3:30	★1/16(火) 午後1:30～3:30
家族サロン	1/17(水) 午後1:30～3:30	1/22(月) 午後1:30～3:30
医師による個別専門相談	◆1/16(火) 午後2:00～3:30	1/26(金) 午後2:00～3:30
	定員3人	定員3人

※申し込みはご都合の良いセンターへ
 ★**MOBILITY GATE 吹上(千種三丁目5-7)で開催**
 ◆**東部いきいき支援センター分室(宮根台一丁目4-24)で開催**

千種区版

都福社会館

☎711-1483・FAX711-9657

☆①養生気功

日時 2/2・9・16(いずれも金曜日)午後1:30～3:00
定員 各日25人(いずれか1日のみ申込可)
申込 1/16(火)から電話または窓口にて先着順(初日午前中は電話のみ受け付け)

☆②健康相談

日時 2/9(金)午後1:30～2:30
医師 かきや内科 糖尿病・甲状腺クリニック 院長 垣屋聡さん
申込 1/19(金)から電話または窓口にて

☆③リーダーサタデー

日時 A:2/10(土)午前10:00～11:30
B:2/17(土)午前10:00～11:30
定員 A体操:17人、Bクラフト:15人
申込 1/17(水)から電話または窓口にて先着順

☆④サロン「歌好き♪」

日時 2/14(水)午後1:30～3:00 定員 20人
内容 楽器やカラオケに合わせて歌います
申込 1/11(木)から電話または窓口にて先着順

☆⑤昭和の散歩道

日時 2/15(木)午後1:30～2:30 定員 13人
内容 昭和の時代を一緒に振り返る思い出話
申込 1/18(木)から電話または窓口にて先着順

☆⑥はじめてのスマホ体験

日時 2/19(月)午前10:00～正午 定員 22人
申込 1/19(金)から電話または窓口にて先着順

☆⑦やさしい手芸

日時 2/21(水)午後1:30～3:30 定員 12人
内容 ニュー豆ごよみ(おしどり)押し絵 費用 682円
申込 1/17(水)～2/7(水)に費用を添えて窓口にて先着順

☆⑧回想法ってなんだろう

日時 2/22(木)午前10:00～11:00 定員 5人
内容 昔を思い出すおしゃべりで脳を活性化
申込 2/1(木)から電話または窓口にて先着順

☆⑨スマホ基礎・LINE教室

日時 2/27(火)午前10:00～正午 定員 22人
申込 1/29(月)から電話または窓口にて先着順
▶①～⑨ともに 福社会館の利用証が必要
対象 市内在住で60歳以上の方
※申し込みは午前8:45～午後5:00の間

☆令和6年度初心者向け講座受講者募集

対象 市内在住で60歳以上の方
(誕生日が昭和39年4月1日以前の方)
費用 無料(材料費・教材費が必要な講座あり)
※用具類は各自持参
申込 氏名(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号・講座名を記入し、はがきまたは窓口にて、2/6(火)必着(〒464-0076 豊年町15-9)
※講座は下表のA群・B群から1講座ずつ申込可(同じ群からの複数申し込みは無効)
抽選結果 2/15(木)～3/14(木)に館内掲示

講座名	日程	定員
A群(運動系)		
さわやかヨガ	第3月 午前10:00～11:30	30人
筋トレッチ体操①	第4月 午前9:30～10:30	30人
筋トレッチ体操②	第4月 午前10:45～11:45	30人
フラダンス	第1火 午後1:30～3:00	30人
歌のアルバム体操	第3火 午後1:30～3:00	35人
入門太極拳	第4火 午前10:00～11:30	30人
水曜の健康体操	第1水 午前10:00～11:30	35人
リズム体操	第1木 午前10:00～11:30	35人
金曜の健康体操	第1金 午前10:00～11:30	35人
社交ダンス	第2土 午前10:00～11:30	20人
リハビリ体操	第4土 午前10:00～11:30	30人
B群(文化系)		
歌謡レッスン(カラオケ)	第1月 午後1:30～3:00	22人
美文字A●	第4月 午前10:00～正午	20人
美文字B●	第1火 午後1:30～3:30	20人
俳句●	第2火 午後1:30～3:30	22人
ジャズ	第3火 午後1:30～3:00	22人
顔彩で描く日本画●★	第4火 午後1:00～3:00	22人
絵手紙●★	第1水 午前10:00～11:30	22人
Enjoy英会話	第4水 午後1:30～3:30	22人
発声から学んで歌おう	第4木 午前10:00～11:30	22人
詩吟(吟道彩峰流)	第2金 午後1:00～2:30	22人
コーラス●	第3金 午後1:30～3:00	22人
午前の健康マージャン	第4金 午前10:00～正午	20人
午後の健康マージャン	第4金 午後1:30～3:30	20人

●:教材費など必要 ★:講師より道具の購入可(事前注文)

生涯学習センター

☎722-9666・FAX722-9696

☆初心者向けパソコン相談室(1人30分)

日時 1/15(月)午後1:30～3:30
定員 一般、12人
※パソコンの初期設定はできません
申込 当日午後2:45までに窓口にて先着順

☆【公開講座】私らしく生きる～民謡とともに～

日時 1/18(木)午前10:00～正午
対象・定員 一般、54人(当日午前9:00から先着順で整理券配布)
講師 民謡歌手 水上弥生さん

☆【千種区役所共催】被災地支援とは？

日時 2/8(木)午後1:45～3:45
対象・定員 一般、20人
申込 本紙7面を参照し、電子申請サービスまたは往復はがきにて1/17(水)必着で当センターへ(〒464-0072 振甫町3-34)

図書館

☎781-7431・FAX781-7447

☆おはなし会

●こぐまちゃんの会(乳幼児向け)

日時 1/12(金)・25(木)、2/9(金) 午前11:00～11:30
対象 乳幼児と保護者

●ババールの会

日時 1/13、2/10(いずれも土曜日) 午前10:30～11:00
内容 小学1・2年生におすすめの本の紹介とストーリーテリング(語り)

●ナルニアの会

日時 1/13、2/10(いずれも土曜日) 午前11:15～正午
内容 小学3～6年生におすすめの本の紹介とストーリーテリング(語り)

●絵本とおはなしをきく会(幼児・小学生向け)

日時 1/27(土)午前11:00～11:45
対象 幼児～小学生
※小学生未満のお子さんは保護者同伴
内容 おはなし会とおりがみ

☆ちくちく手づくりの会

日時 ①1/18(木)、②2/15(木) 午前9:45～11:45
対象・定員 一般、各回10人(託児はありませんが、お子さんと一緒に参加していただけます)

内容 小さいお子さんのための手づくりおもちゃ(①「ロボット」、②「おひなさま」)
持物 鉛筆、はさみ、針、もめん糸(白・黒)
費用 500円程度(実費)
申込 ①1/11(木)午前9:30から、②2/2(金)午前9:30から、電話にて先着順

自動車図書館

☎・FAX821-3364

▶1人8冊まで借りられます。
午前10:00～11:00、午後2:00～3:30

日時				場所
1月	11	木	午前	春岡二丁目(天理教名京大教会内)
	12	金	午前	名古屋商業高校(グラウンド南西角)
	16	火	午後	仲田公園
	18	木	午前	千種小学校(東通用門)
	23	火	午後	茶屋ヶ坂公園(公園北東角)
2月	2	金	午後	千代が丘団地(集会所前)
	7	水	午後	覚王山日泰寺
	9	金	午前	高牟神社(南鳥居の横)

東山動植物園

☎782-2111・FAX782-2140

展示会		期間
ガイドボランティア作品展		1/16(火)～2/4(日)
FBC花壇パネル写真展		2/6(火)～12(月・休)
時間	午前9:00～午後4:45 (最終日は午後4:00) ※休園日は除く	
場所	植物園植物会館展示室	
費用	無料(別途入園料が必要)	

児童館

☎・FAX722-8222

☆おはなしランド(自由参加)

日時 1/18、2/1(いずれも木曜日) 午前10:30～10:50、午前11:00～11:20
対象・定員 乳幼児と保護者、各回8組程度(当日先着順)

内容 絵本の読み聞かせや手遊びなど

☆びよびよパーク(自由参加)

日時 1/27(土)午前10:00～11:30
対象 乳幼児と保護者 ※同時利用は20組程度
内容 大型遊具で自由に遊ぼう!

☆①ふれあい体操

日時 1/25(木)午前10:00～11:30
対象・定員 歩ける1歳～未就園児と保護者、20組

☆②ポッチャ体験

日時 1/27(土)午後2:00～3:30
対象・定員 小学生、8人

☆③ベビーマッサージ&ママのフィットネス

日時 2/6(火)午前10:15～11:30
対象・定員 0歳児と保護者、16組

☆④ベビーマッサージ

日時 2/10(土)午前10:00～10:45、午前11:00～11:45
対象・定員 3～10カ月の乳児と保護者、各回6組

☆⑤親子リズム体操

日時 2/20(火)午前10:30～11:30
対象・定員 歩ける1歳以上の幼児と保護者、16組
▶①～⑤ともに

申込 ①1/11(木)②1/13(土)③1/23(火)④1/26(金)⑤2/6(火)午前10:00から窓口にて先着順(午前10:30から電話も可)
※事前申し込みが必要なものは1人1家族分のみ申込可

揚輝荘

☎759-4450・FAX759-4451

☆名古屋まちづくり公社・名古屋市上下水道局連携企画「写真で見る水道の歴史」

期間 1/16(火)～2/18(日)
場所 聴松閣(南園)2階 展示室
内容 給水開始から110年を迎える名古屋の水道の歴史を写真で紹介
費用 無料(別途入館料が必要)

☆音楽コンサート「クロスオーバー」

日時 2/18(日)午前11:00～11:40、午後1:30～2:10

場所 聴松閣(南園)地階 多目的室
定員 各回48人
内容 クラシックの音楽をアコーディオンとヴァイオリンでさまざまなジャンルにアレンジ
演奏 アンジェロ・アキリーニさん(アコーディオン)、サルヴァトーレ・ピーエディスカルツィさん(ヴァイオリン)
費用 無料(別途入館料が必要)
申込 電子メール、ファクスまたは窓口にて2/11(日・祝)締切 ☐yokiso@nup.or.jp

スポーツセンター

☎782-0700・FAX782-6700

教室名	日時	定員
①ソフトエアロピクス	1/15・22・29、2/5の月曜日 ①午前9:30～10:30 ②午前10:45～11:45	各60人
②エアロピクス		
③やさしいエアロⅡ	1/16・23、2/6の火曜日 午後7:30～8:30	50人
④創美ヨガⅡA	1/17・24、2/7の水曜日 ④午後6:45～7:45 ⑤午後8:00～9:00	各30人
⑤創美ヨガⅡB		
⑥アクアコアⅢ	1/17・24・31、2/7の水曜日 午後7:00～8:00	20人
⑦プリベントアクア&ウォーキング	1/18・25、2/1・8の木曜日 午前11:00～正午	30人

対象 いずれも中学生以上
持物 ①～③室内シューズ、④⑤ヨガマット(お持ちの方)、⑥⑦水着・スイミングキャップ
費用 ①～⑤各330円、⑥620円、⑦550円
申込 ①～⑦ともに開始30分前から先着順



ちくさ

CHIKUSA

月刊
こあらっち



千種区マスコットキャラクター
「こあらっち」

編集

千種区役所地域力推進室

〒464-8644 星が丘山手103番地
TEL 762-3111 (代表) FAX 753-1924



区ウェブサイト



区Facebook

★原則、1/11 (木) ～2/10 (土) の記事を掲載しています。
★費用の掲載のないものは、無料です。

謹賀新年

あけましておめでとうございます。

区民の皆さまにおかれましては、健やかに
新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。
新しい年が、幸多き一年となりますよう
お祈り申し上げます。

千種区長 渥美靖秀



上野・覚王山エリアをめぐる/
プロギングイベント
を開催します!
2～4キロメートルの
コースです

日時 **2/17 (土) 午前中**

「プロギング」とは、ジョギングとごみ拾いをかけ合わせたNewフィットネス。走って健康に、拾ってエコに、新しい交流が生まれます。

詳細・申し込みは、1/17 (水) から(一社)プロギング
ジャパンウェブサイトにて

問合せ 区役所地域力推進室
☎753-1824 FAX753-1924



外国人の皆さんと
カレーやスイーツを
作ってみませんか?



楽しく外国の
文化を知ろう

日時 **3/2 (土) 11:00～14:30** (食事・休憩あり)

場所 本生協会館3階調理室(千種区稲舟通1-39)

定員 20人

申込 「イベント名、代表者の住所、氏名(ふりがな)、電話番号、申込者全員の氏名(ふりがな)を記入の上、下記2次元コードまたは、メールにて申込。**1/31 (水) 必着**。応募は1組1回のみ。
※申込多数の場合は抽選、結果は2/9(金)までに当選者にのみ案内を発送。

問合せ NPO法人地域と協同の研究センター
☎781-8282

✉ ael03416@gmail.com

主催 区役所地域力推進室



今年こそはさわやかクラブ千種で健康づくり ～のばそう健康寿命～

さわやかクラブ千種は千種区老人クラブ連合会の愛称です。クラブでは、さまざまな競技や運動を通じて、健康づくりに取り組んでいます。あなたも老人クラブの仲間になって元気に体を動かして健康寿命を延ばしましょう。



グラウンド・ゴルフ大会



日ごろの成果の見せ所。
狙えホールインワン!



ペタンク大会

鉄の玉を投げて、全身を鍛えます。上位を狙え!

カローリング大会



繊細なコントロールと足腰の力が必要な競技です。

みんなで旅行



年に一度、研修旅行を行っています。この時は、たくさん歩いてきれいな富士山と写真を撮りました。



趣味の作品展

詳しくは千種区老人クラブ連合会事務局(区役所福祉課内)
☎753-1842までお気軽にお問い合わせください。



障害のある人もない人も共に生きる社会の実現を目指して

街中で見かけることがある障害者に関するマーク。皆さんに知っていただきたいマークを紹介します。 マークの詳細はこちらから▶



ヘルプマーク

外見から分からなくても援助や配慮が必要な方のためのマークです。

ヘルプマークを身に着けた方を見かけた場合は、電車・バス内で席をゆずる、困っているようであれば声をかけるなど、思いやりのある行動をお願いします。



障害者のための国際シンボルマーク

車いすを利用する障害者に限らず、「すべての障害者」が容易に利用できる建築物、施設であることを明確に示すマークです。



盲人のための国際シンボルマーク

視覚障害者の安全やバリアフリーを考慮した建物、設備、機器などに付けられているマークです。



問合せ 区役所福祉課障害福祉係 ☎753-1844 FAX751-3120

新春お年玉アンケートは13面です。抽選でマナカチャージ券をプレゼント!