北保健センターだより

北保健センターのキャラクター

●北保健センター …… ☎917-6541・FAX911-2343
●楠分室 …… ☎902-6501・FAX902-6502
●北区休日急病診療所 …… ☎915-5351
●北歯科保健医療センター…… ☎915-8844

●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。

事業名・連絡先	実施日	受付	会場	対象・内容など
子どものアレルギーとぜん息相談 【予約制】☎917-6553	９/10(火)	午前９:10～９:50	北保健センター	対象　15歳未満で、ぜん息・アトピーなどアレルギーに関して不安のある方とその保護者　８組 内容　専門医・管理栄養士による個別相談
こころの健康相談 【予約制】☎917-6572	８/14・28、９/４(水)	午前	北保健センター	心の健康に関する相談
うつ病家族相談 【予約制】☎917-6572	８/21(水)	午前	北保健センター	うつ病に関する悩みを抱える方のご家族のための相談
ＨＩＶ(エイズ)検査☆ 梅毒検査☆ 性器クラミジア検査 ☎917-6553	８/22(木)	午後１:30～２:30	北保健センター	匿名可　原則無料　定員　なし※ (HIV検査結果証明書が必要な方は有料、匿名不可) 結果通知は原則１週間後

☆正確な結果を得るために感染の機会から３カ月を経過してから受けてください。
※受検者数が多い場合（30人程度）は検査をお断りする場合があります。

◆ファミリー教室　北保健センター　２日間コース(予約制)

日時 ： ①９/２(月)午後１:20～３:30(午後１:10～受付)
　　②９/９(月)午後１:20～３:20(午後１:10～受付)
場所 ： 北保健センター
対象 ： 妊娠34週(９/９時点)未満の妊婦・パートナーなど
内容 ： ①助産師の話、沐浴体験、管理栄養士の話など
　　②保健師の話、歯科衛生士の話など
持物 ： 母子健康手帳、筆記用具、テキスト
申込 ： LoGoフォームにて先着順▸
　　※８/13(火)午前９:00～
　　８/26(月)午前９:00まで
【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

◆母乳相談(予約制)

日時 ： ①８/28(水)午前９:10～10:50
　　②９/６(金)午前９:00～11:00
場所 ： ①楠分室②北保健センター
対象 ： 区内在住で母乳育児や卒乳で困っている方
持物 ： 母子健康手帳、タオル
申込 ： ①LoGoフォームにて先着順▸
　　②電話にて先着順
【問合】①楠分室(☎902-6501)
　　②保健看護担当(☎917-6554)

◆食中毒にご注意ください

夏は細菌による食中毒が発生しやすい季節です。予防三原則で食中毒を防ぎましょう。

①食中毒菌をつけない！
調理の前にはよく手を洗いましょう。包丁、まな板、ふきんなどは十分に洗浄、消毒しましょう。
②食中毒菌をふやさない！
調理したものは長時間放置しないで、なるべく早く食べましょう。冷蔵庫に食品を詰め過ぎないようにしましょう。
③食中毒菌をやっつける！

お肉など加熱が必要なものは、中心部まで十分に加熱してから食べましょう。
【問合】食品衛生・動物愛護等担当(☎917-6547)

◆おやこ歯の健康教室(予約制)

日程 ： ①８/22(木)②８/29(木)
受付 ： 午前10:00～10:30、午前10:30～11:00
場所 ： ①北保健センター②楠分室
対象 ： １歳～就学前の子とその保護者　各回20組
内容 ： 歯科健診、歯みがきの話、希望者にフッ素塗布(料金720円※生活保護世帯のみ減免制度あり)
持物 ： 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル
申込 ： 電話またはLoGoフォームにて先着順▸
【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

◆神経・筋難病患者と家族のつどい(予約制)

日時 ： ９/12(木)午後１:30～３:30(午後１:00～受付)
場所 ： 北保健センター　集団指導室
対象 ： 神経・筋難病患者とそのご家族　15人
講師 ： 医師　服部優子氏
申込 ： 電話または窓口にて先着順
【問合】保健看護担当(☎917-6554)

◆はじめての歯みがき教室(予約制)

日時 ： ８/27(火)午前10:00～11:00(午前９:50～受付)
場所 ： 市総合社会福祉会館６階　トレーニングルーム
対象 ： 令和５年６～10月生の子とその保護者　20組
内容 ： むし歯予防の話、歯のみがき方と実習、個別相談
持物 ： 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル、敷物
申込 ： LoGoフォームにて先着順▸
　　※８/20(火)午前９:00～
　　８/26(月)午前９:00まで
【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

◆いつまでも歩こう教室(予約制)

日時 ： ９/５(木)午前10:00～11:30(午前９:40～受付)
場所 ： 楠分室
対象 ： 区内在住の65歳以上の方　20人
内容 ： 保健師の講話と運動
申込 ： 電話にて先着順
【問合】健康づくり担当(☎917-6552)

北区まるっとすまいる通信⑤

◆「じぶんカルテ」を作ってみませんか？

このたび、北区医師会の監修のもと、本人と家族やかかりつけ医、病院などの多職種の連携に役立つ冊子「じぶんカルテ」を考案しました。
自分の既往歴や健康のこと、家族などの緊急連絡先だけでなく、日頃から大切にしている想いや、自分の今後の生き方について考えながら、あなただけのカルテを作ってみましょう。配布は10月３日以降です。詳しくは、特集webページをご覧ください。

※デザインなどは変更する場合があります。

講演会　「じぶんカルテ」で考える

自身が医師として被災地派遣から感じた、医療情報を患者自身が把握することの重要性、日頃の医療現場における多職種連携の課題や願いについて、北区医師会の小林邦生氏にご講演いただきます。

当日会場にて「じぶんカルテ」を配布します。実際に記入してみましょう。

日時　令和６年10月３日(木)
　　午後２:00～４:00(午後１:45開場)
定員　150人
会場　北文化小劇場
　　(志賀町４丁目60番地の31　２階)
　　※北図書館に併設
申込　８/27(火)～９/27(金)電話・窓口・FAX・電子メールにて先着順
　　※電子メールで申込の場合は、件名に「じぶんカルテ講演会」と入力してください。

【問合】北区役所福祉課地域包括ケア推進担当
　　(☎917-6575・FAX914-2100・a9176575@kita.city.nagoya.lg.jp)
特集 web ページ▸

◆救急安心センターなごや
＜短縮ダイヤル ： ＃7119＞

救急車を呼んだほうがいいか迷った際にご相談ください。
【問合】(☎951-7119・FAX684-9119)

◆ママのためのヘルスアップ教室(予約制)

日時 ： ９/10(火)午前10:00～11:30頃(午前９:50～受付)
場所 ： 市総合社会福祉会館６階　トレーニングルーム
対象 ： 区内在住の令和６年２～４月生の子とその母親 15組
　　※対象外のお子さまの同伴はご遠慮ください。
内容 ： 保健師・管理栄養士の話、親子体操
申込 ： ８/14(水)午前９:00～電話・窓口にて先着順
【問合】健康づくり担当(☎917-6552)

◆乳がん検診・乳がん自己触診法講習(予約制)

※自己負担金免除制度あり
日時 ： 10/28(月)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
申込 ： ８/28(水)～10/７(月)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】健康づくり担当
　　(☎917-6552)

◆出張健康相談(予約不要)

日時 ： ８/26(月)午後１:30～３:30
場所 ： そよら上飯田２階　エスカレーター横
【問合】健康づくり担当(☎917-6552)

健康診断

◆乳幼児の健康診査(所要時間は２～３時間)

【北保健センター実施分】楠分室を除く学区の方

健診名	実施日	受付	対象者
３(４)カ月児	８/20(火)	午後１:00～１:30	Ｒ６.４.５～４.18生
	８/27(火)		Ｒ６.４.19～５.２生
	９/10(火)		Ｒ６.５.３～５.16生
１歳６カ月児	８/21(水)	(第２子以降)午後１:00～１:20	Ｒ５.１.24～２.14生
３歳児	８/23(金)	(第１子)午後１:30～１:50	Ｒ３.７.24～８.11生

【楠分室実施分】味鋺・西味鋺・楠・如意・楠西学区の方

健診名	実施日	受付	対象者
３(４)カ月児	９/３(火)	午後１:10～１:40	Ｒ６.４.16～５.15生
１歳６カ月児	９/４(水)	(第２子以降)午後１:10～１:30	Ｒ５.２.１～２.28生
３歳児	９/６(金)	(第１子)午後１:30～１:50	Ｒ３.８.１～８.31生

①１歳６カ月・３歳児健康診査の当日、希望者にフッ素塗布を実施。歯ブラシ、タオル持参。(料金720円※生活保護世帯のみ減免制度あり)
②実施日の10日前までに通知が届かない方はご連絡ください。
③受付時間を早めて開始する場合があります。
【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

予防接種

◆各種予防接種は市内の指定医療機関で実施しています

詳しくは、下記問合先にご確認ください。
【問合】保健感染症担当(☎917-6553)

北区子育て総合相談窓口

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＞)

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

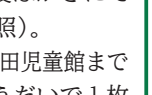
申込が必要なものは、申込開始日の午前10:00～先着順（電話の場合は午前10:30～）。

◆移動児童館in杉村学区（当日先着順）
日時 ： ８/16(金)午前10:15～11:30(午前10:00～受付)
場所 ： 杉村コミュニティセンター
対象 ： 未就園児とその保護者 20組

◆屋内遊園「わんだふるぱーく」（当日自由参加）
日時 ： ８/16(金)午前10:00～11:30
対象 ： 未就園児とその保護者

◆ひよっこたいそう（当日先着順）
日時 ： ８/20(火)午前10:30～11:30
対象 ： 歩行可能な10カ月～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）

◆おやこdeヨガ
日時 ： ９/13・27(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 各回16組
申込 ： ８/29(木)～
※どちらか１回のみ申込可



◆さくらんぼ広場（わらべうたを通したふれあい遊び）
日時 ： ９/12・26(木)午前10:00～11:00
対象 ： ０歳～未就園児とその保護者 各回12組
申込 ： ８/28(水)～　※どちらか１回のみ申込可

◆子ども将棋教室
日時 ： ９/28(土)午後１:00～２:00
対象 ： 小学生以上 10人　※家族の付添不可
申込 ： ８/30(金)～

◆子育て支援るーむ（当日自由参加）
日時 ： ９/３(火)午前10:00～11:30
対象 ： 未就園児とその保護者

◆ちびっこからだあそび（当日先着順）
日時 ： ９/５(木)午前10:30～11:30
対象 ： １歳６カ月～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
内容 ： ゴムひもアラカルト

◆eスポーツ交流会（福祉会館との世代間交流）
日時 ： ９/14(土)午後２:30～３:30
対象 ： 小学生 10人　/　申込 ： ８/31(土)～

◆ナイト児童館（当日先着順）
日時 ： ８/16・23・30、９/６(金)午後５:00～８:00
対象 ： 中学生～高校生相当　※中学生は午後７:00まで

◆令和６年度後期児童館クラブ員募集
申込 ： ８/13(火)～19(月)消印有効。希望クラブ名（１人１クラブ）、子どもの氏名（ふりがな）、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（詳細は児童館ウェブサイト参照）。
〒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●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 ： 水曜日（月２回程度）午前10:00～11:30
対象 ： 10/１(火)時点、１歳児とその保護者 15組
※クラブ員で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 ： 火曜日（月２回程度）午前10:30～11:30
対象 ： 10/１(火)時点、２歳～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 ： ８/29(木)午後２:00～３:30

◆上飯田第二団地
日時 ： ９/４(水)午前10:00～11:00

楠地区会館
TEL901-3301　FAX901-3301

◆料理教室
日時 ： ９/６(金)午前10:00～正午
定員 ： 12人
講師 ： 梶田みゆき氏
料金 ： 1,500円
持物 ： エプロン、三角巾
内容 ： ブロッコリーと鮭のスパゲティ、他３品
申込 ： ８/11(日)午前10:00～電話・窓口にて先着順

北図書館
TEL912-8111　FAX912-8135

◆おはなし会（当日自由参加）
日時 ： ８/14・21・28、９/４(水)午後３:30～４:00
８/24(土)午後２:00～２:30
対象 ： ３歳以上の幼児・小学生

◆乳幼児向けおはなし会（当日自由参加）
日時 ： ８/23(金)午前11:00～11:20
対象 ： ０～２歳の乳幼児とその保護者

◆おもちゃ病院（当日自由参加）
日時 ： ８/11、９/８(日)午前10:00～午後３:00

◆ストーリーテリングで“おはなしを”（当日自由参加）
日時 ： ９/７(土)午前11:00～11:30
対象 ： ５歳以上

◆英語のおはなし会
日時 ： ８/29(木)午後２:00～２:30
対象 ： ４歳～小学生 15人（家族の付添可）
申込 ： ８/14(水)午前９:30～電話・窓口にて先着順

◆わらべうたであそぼう 秋
日時 ： ９/６(金)午前10:30～11:15
対象 ： ０～２歳の乳幼児とその保護者 10組
申込 ： ８/22(木)午前９:30～電話にて先着順

楠図書館
TEL903-8653　FAX903-8652

◆おはなし会（当日自由参加）
日時 ： ８/24(土)午後２:30～３:00
９/７(土)午前11:00～11:30
対象 ： 幼児・小学生とその保護者

◆ちいさい子のおはなし会（当日自由参加）
日時 ： ８/22(木)午前11:00～11:20
対象 ： 乳幼児とその保護者

◆プラ板で作ってみよう！
日時 ： ８/29(木)①午前10:00～10:20
②午前10:30～10:50
対象 ： 幼児・小学生（幼児は保護者同伴） 各回８組
申込 ： ８/14(水)午前９:30～電話・窓口、市図書館イベント情報システムにて先着順

◆子どもと本の講座「赤ちゃんと楽しむ絵本とわらべうた」
日時 ： ①９/19(木)午前10:30～11:00
②10/３(木)午前10:30～11:00
対象 ： ねんね～ハイハイの赤ちゃんとその保護者 各回８組
申込 ： ８/29(木)午前９:30～電話・窓口、市図書館イベント情報システムにて先着順

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（８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。定員を越えた場合は抽選。
※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　※すべて持物は飲み物とタオル

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	８/19、９/２・９(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35人	各回400円	当日午後３:00～
ZUMBA®		午後６:00～７:00		各回35人	各回400円	当日午後５:40～
		午後７:20～８:20				当日午後７:00～
パーソナルトレーニング	９/２・９(月)	午後３:10～４:10		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				
アロハ・フラダンス	９/11～11/13（毎週水曜日）	午後１:45～２:45	50歳以上	20人	3,300円（全10回）	★８/27(火)必着
			50歳未満	10人		
アフタヌーンピラティス		午後０:30～１:30	中学生以上	31人	3,300円（全10回）	
アフタヌーンピラティス（託児付）			保護者と託児	４組	6,600円（全10回）	
格闘！ファイティングエクササイズⅡ	９/12～11/14（毎週木曜日）	午後６:30～７:30	中学生以上	35人	3,300円（全10回）	★８/28(水)必着
ボディメイク・ピラティスⅡ		午後７:45～８:45		35人	3,300円（全10回）	
やさしいバレトン	９/５(木)	午前９:40～10:40		35人	300円	当日午前９:20～

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（８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（１組）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	９/11～11/20（指定水曜日）	午後１:00～２:30	一般	45人	3,300円（全10回）	☆８/21(水)必着
親子であそぼ！Ⅱ	９/26～11/７（毎週木曜日）	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）	☆９/11(水)必着
名古屋グランパス チアダンス体験会①	８/28(水)	午前９:30～10:30	年中～小学１年生	30人	330円	☆８/20(火)必着
名古屋グランパス チアダンス体験会②		午前10:45～11:45	小学２～６年生	30人	330円	
ベビーサイン体験会③	９/13(金)	午前10:30～11:30	６カ月～１歳６カ月児とその保護者	10組	600円	☆８/28(水)必着
リラックスヨガ	８/19・26、９/２・９(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
心と体を整えるストレッチ		午前10:45～11:45	一般女性	各回20人	各回400円	
ダイエットダンス＆ヨガ・ピラティス	９/２・９(月)	午後７:00～８:00	一般	各回40人	各回300円	
エアロダンス	８/20・27、９/３・10(火)	午前10:45～11:45	一般	各回50人	各回300円	
キッズヒップホップダンス		午後７:00～８:00	小学生	各回20人	各回400円	
フラダンス（プルメリア）	８/20・27、９/３(火)	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	
ファイティングエクササイズ（ライト）	８/21・28、９/４(水)	午前９:30～10:30	一般	各回20人	各回400円	
ファイティングエクササイズ（ミドル）		午前10:45～11:45	一般	各回20人	各回400円	
エアロビクス	８/22・29、９/５(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０:40の部）		午後０:40～１:40	一般女性	各回20人	各回400円	
ベリーダンス（午後１:50の部）		午後１:50～２:50	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・ボッチャ）	９/４(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	開始時間の15分前から窓口にて先着順

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が必要)。

◆無料介護相談
日時 ： ８/20(火)午後２:00～３:00
定員 ： ４人　/　申込 ： ８/13(火)～19(月)

◆無料健康相談(整形外科)
日時 ： ８/23(金)午後２:00～３:00
定員 ： ４人　/　講師 ： 整形外科医　林一成氏
申込 ： ８/13(火)～22(木)

◆スマホ講座
日時 ： ８/29(木)①午前10:00～正午
②午後２:00～４:00
定員 ： 各回15人
内容 ： ①スマホの基本とライン体験
②スマホで防災と詐欺防止
申込 ： ８/13(火)～28(水)

◆すこやか健康講座「フレイル予防」
日時 ： ９/３(火)午後１:00～２:00
定員 ： 25人　/　申込 ： ８/13(火)～９/２(月)

◆認知症予防リーダー養成講座参加者募集
日時 ： 10/７・21・28、11/11・18(月)(他４日間)
午前10:00～正午
定員 ： ５人
内容 ： 認知症予防に関する知識や手法(コグニサイズ、回想法)を学びます
申込 ： ８/13(火)～31(土)
※上記◆の申込は全て午前８:45～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)
内容 ： コグニサイズ、体操など
申込 ： ８/13(火)～31(土)まで
(抽選日は９/10(火))
※本人が来館のうえ申込が必要

北文化小劇場
TEL910-3366　FAX910-3367

◆名古屋ローカルヒストリー
親子で学ぶ「からくり人形」の世界
日時 ： ８/21(水)午後２:00～
(午後１:30開場)
対象 ： 小中学生とその保護者
定員 ： 50人(１組５人まで)
出演 ： 九代玉屋庄兵衛
料金 ： 無料
申込 ： 電子チケットteketにて
受付中(先着順)

電子チケットはこちら▲

◆ふれあい文化事業「３ガガヘッズLiveShow」
日時 ： ９/21(土)午前10:30～
(午前10:00開場)
対象 ： どなたでも
定員 ： 297人
出演 ： ３ガガヘッズ
料金 ： 1,500円
申込 ： 各区の文化小劇場にて
チケット販売中

上下水道局北営業所
TEL981-2556　FAX981-2558

◆雨水ますの清掃にご協力を
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」に落ち葉やゴミ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、清掃していただくようご協力をお願いします。

北消防署
TEL981-0119　FAX915-0119

◆安全に花火を楽しみましょう！
夏休みの遊びといえば花火もそのひとつですが、やけどをしたり、火事になる危険なものでもあります。事故がないよう以下のルールを守って楽しみましょう。

・風の強いときは花火をやめましょう。
・子どもだけでなく必ず大人と花火をしましょう。
・花火を始める前に必ず水入りバケツを用意しましょう。
・周囲に燃えやすい物がある場所では花火をやめましょう。
・火が服に燃え移らないように花火を体から離して遊びましょう。

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、道路側溝に勝手にフタをかけることは禁止されています。一人一人がマナーを守り、よりよい道路環境をつくれるよう、ご協力をお願いします。

北区社会福祉協議会
TEL915-7435　FAX915-2640

◆高齢者はつらつ長寿推進事業
(フレンドリークラブ)参加者募集

曜日	会場	
	午前	午後
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６年10月～令和７年３月まで
対象 ： 市内在住の65歳以上の方で
会場までおひとりで通える方
内容 ： 介護予防体操、脳トレ、
物づくり、レク、情報提供など
申込 ： ８/30(金)までに電話にて
※定員は会場によって異なります。詳細は北区社会福祉協議会までお問い合わせください。

◆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(当日自由参加)
日時 ： ８/21(水)午前10:30～午後２:00
場所 ： 楠地区会館
内容 ： ①障がい者が心を込めて
作った授産製品の販売
②ミニ教室“布で作るトンボブローチ”
③みんなの展覧会
④みんなでボッチャ体験会

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、味鋺、西味鋺、楠、如意、楠西
家族教室(認知症の講話・交流会)	８/22(木) 午後１:30～３:30 北区東部いきいき支援センター会議室	８/28(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)	８/21(水) 午後２:00～３:30 場所　同上	８/28(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)	８/15(木) 午後１:30～３:30 場所　同上	８/21(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

◆楠フェスタ(５学区ふれあいまつり・地区会館まつり)
活動発表・展示発表の参加者募集について
日　　時 ： 11/９(土)・10(日)
各日午前10:00～午後３:00
会　　場 ： 楠地区会館
共　　催 ： 楠地区連絡協議会、楠地区会館、楠支所
展示発表 ： 11/９(土)・10(日)
(生花・書道画・絵画など)
活動発表 ： 11/10(日)
(民踊・演奏・ダンスなど)
申込用紙 ： 楠地区会館、楠支所１階情報コーナーおよび北区役所１階情報コーナーにて配布
申 込 先 ： 楠地区会館
申込期限 ： ８/25(日)
※応募者多数の場合は調整する場合があります。
※参加者向け説明会は10月に実施予定です。
※行事内容については広報なごや(北区版)10月号にてお知らせします。
【問合】楠地区会館(☎901-3301・FAX901-3301)
楠支所区民生活課(☎901-2282・FAX902-1840)

◆第35回北区剣道大会　参加者募集
日時 ： 10/27(日)午前９:00～
場所 ： 北スポーツセンター
対象 ： 区内在住・在学および区内道場に関係している方
部門 ： 小学１・２年、小学３・４年、小学５・６年、中学女子、中学男子
※試合形式は
個人戦トーナメント
※必ず剣道着、はかまを
着用のこと

表彰 ： 各部門の１～３位(全員に参加賞進呈)
料金 ： １人1,500円(保険料含む)
申込 ： ８/30(金)までに参加費を添え、下記窓口まで
【問合】地域力推進課(☎917-6439・FAX914-5752)

その他

◆施錠、戸締りは確実に！！
夏休みに入り、旅行などで長期間、家を留守にする方もいると思います。出かける前には施錠、戸締りを確認し万全の体制で出かけましょう。
また、お子さんが一人で過ごす時間も増えるかと思います。スマートフォンアプリ「アイチポリス」を導入して安全な夏休みを過ごしましょう。

【問合】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 ： ８/26、９/９(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

ウェブサイトはこちら▲

◆行政相談(予約不要)
日時 ： ８/21(水)午後１:30～３:30
【問合】北区役所地域力推進課(☎917-6435)

◆人権相談(予約不要)
日時 ： ８/21(水)午後１:30～３:30
【問合】北区役所総務課(☎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、どなた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 ： ９/14(土)午後１:00～３:00
場所 ： 中切集会所(中切町２-21)
【問合】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 地域力推進課
〒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？

ハザードマップを確認しましょう

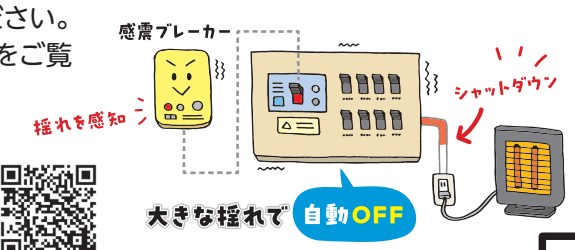
地震や風水害の被害想定などを掲載した「ハザードマップ」と防災情報や日頃からの備えなどをまとめた「なごやハザードマップ防災ガイドブック」を市ウェブサイトで公開中です。災害時にどのような行動をするべきか事前に確認しておきましょう。

ハザードマップや防災ガイドブックはこちら▶

感震ブレーカーを設置しましょう

「感震ブレーカー」とは、地震の大きな揺れを感知して電気を自動で遮断する器具で、地震の際の電気火災の発生を抑制する効果があります。

名古屋市では、感震ブレーカーの**設置費用の一部を助成**しておりますので、設置をご検討ください。詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。



感震ブレーカー設置等助成はこちら▶

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
- 避難先を確保できる：安全な場所に住み、身を寄せられる親戚や知人がいる。 → 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
- 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
  - 親戚・知人宅などへ → YES

余震など災害のおそれがなくなる

自宅が被災して、帰宅できない → YES
- 指定避難所へ避難
- 自宅へ帰宅 → NO

ペットも家族の一員です

名古屋市では、原則として市立小中学校がペットとの同行避難が可能な避難所に指定されています。避難所では、あらかじめ決められた場所でペットを飼育します。

市ウェブサイト「災害時ペットの取扱いについて」を参考に、日頃からペットのしつけや健康管理、ペット用品の備蓄をしておきましょう。

ペットの飼い主もそうでない方も、お互いにご理解とご協力をお願いします。

ウェブサイトはこちら▶

問合 北保健センター健康安全課（☎917-6547）

北区総合防災訓練

日時 **9/1（日）午前9:30～**
場所 名古屋市立大曽根中学校

六郷・六郷北・飯田・宮前学区の住民の皆さまや各防災関係機関、ボランティア団体などが参加する総合防災訓練を実施します。

訓練当日は、一部地域において同報無線による「緊急地震速報」の放送と、広報車が区内を巡回する広報訓練を実施しますので、ご理解とご協力をお願いします。

雨天時などの開催・中止については
名古屋おしえてダイヤル
（午前8:00～）
☎052-953-7584

問合 北区役所総務課（☎917-6414・FAX914-5752）

北区美術展　作品募集

事前申込必要　出品料無料

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。

事前申込
- 申込期間：**8/21（水）～9/18（水）**
- 受付時間：**午前9:00～午後5:15** ※土日祝を除く
- 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・電子メール可（電話不可）

展示開催
- 日時：**10/4（金）～6（日）** 午前10:00～午後4:00
- 場所：**北区役所2階　講堂**

※不測の事故および搬出期日後に残された作品については責任を負いません。
※詳細は、**「作品募集要項」**（北区役所等にて配布・北区ウェブサイトに掲載）をご覧ください。

ウェブサイトはこちら▼

北区キッズ走り型教室

参加者募集

日程 **9/21（土）**

クラスA
- 対象：区内在住の年中・年長の子とその保護者 20組
- 時間：午前9:30～10:15（受付 午前9:15～）
  ※教室45分、保護者の方も一緒に受講。

クラスB
- 対象：区内在住の小学1・2年生の子とその保護者 30組
- 時間：午前10:45～11:45（受付 午前10:30～）
  ※教室60分

- 場所：北区役所2階　講堂
- 講師：プロマラソンランナー
  ランニングスクールFROG 代表　原田 拓 氏
- 内容：子どもたちに向けた「正しい走り型」の指導
- 料金：500円（傷害保険料含む）　持物：飲み物、タオル
- 申込：**8/28（水）必着。**郵送、FAX、電子メールにて（電話不可）。見出しに「北区キッズ走り型教室参加希望」と記入し、①参加者および保護者の氏名（ふりがな）②住所③電話番号④学年⑤希望クラスを明記の上、問合先まで。（グループ申し込み不可）

※〔クラスA〕のみ保護者の方も一緒に走っていただきます。
※動きやすい服装、靴でお越しください。
※応募者多数の場合は抽選となります。結果は9月上旬に書面にてお知らせします。

問合 北区役所地域力推進課（☎917-6439・FAX914-5752）〒462-8511 清水四丁目17番1号　a9176437@kita.city.nagoya.lg.jp