

ここから港区版

港保健センター ☎052-651-6471 FAX052-651-5144

南陽分室 ☎052-302-8161 FAX052-301-4674

港保健センターだより

- 港区休日急病診療所(内科・小児科) ☎052-653-7878
- 救急医療情報センター(電話相談) ☎052-263-1133
- 名古屋南歯科保健医療センター ☎052-611-8044

詳細は、
港区ウェブサイトから
港保健センター お知らせ



※料金・費用の表示がないものは無料 ※申し込みの表示がないものは当日自由参加



子どもと親

みなと子育て
応援キャラクター
みなとん



事業名	日時	場所	対象・内容
プレママセミナー【予約制】 保健センター ☎052-651-6509 分室☎052-302-8161	① 2 /19(月) ① 3 /11(月) 13:20～15:00 (受付13:10～13:20)	港保健 センター	パパ・ママになる方 ※安定期に入った妊娠5カ月(16週)以降の方 ①赤ちゃんのお風呂の入れ方、出産の話、パパの 妊婦体験など ②妊娠中に気を付けてもらいたい栄養と 歯の話
	② 2 /27(火) 13:20～14:20 (受付13:10～13:20)		
	① 2 /28(水) 13:20～15:00 (受付13:10～13:20)	南陽分室	
母乳相談【予約制】 保健センター ☎052-651-6539 分室☎052-302-8161	2 /26(月) 受付13:15～14:00	南陽分室	妊娠中・授乳中の方、卒乳したい方 妊娠中の乳房の手入れ、授乳・卒乳相談
	3 /7(木) 受付13:00～15:15	港保健 センター	
もぐもぐ離乳食教室 【予約制】 ☎052-651-6509	2 /22(木) 10:00～11:15 (受付9:45～10:00)	港保健 センター	離乳食が2回食の子(おおむね7～8カ月児)と その保護者。離乳食と歯の話 申込 2 /13(火)～20(火)
歯っぴー教室【予約制】 ☎052-651-6509	2 /15(木) 受付13:30～14:30	港保健 センター	区内在住の1～3歳児(初めて参加する保護者で 希望者は歯科検診あり) 歯科検診、フッ化物塗布(希望者のみ)料金720円 ^免
お口育て教室【予約制】 ☎052-651-6509	3 /7(木) 10:00～11:00ごろ (受付9:50～10:00)	港保健 センター	令和5年9月～12月生まれの子とその保護者 お口を育てる抱っこひもの付け方、離乳食スプーン の選び方、離乳食の進め方 定員 10組(先着順) 申込 2 /26(月)～3 /5(火)
はじめての歯みがき教室 【予約制】 ☎052-651-6509	3 /19(火) 10:00～11:00ごろ (受付9:50～10:00)	港保健 センター	令和5年1月～5月生まれの子とその保護者 虫歯予防の話、仕上げ磨きのポイント 定員 10組(先着順) 申込 3 /6(水)～15(金)
子どものアレルギーと ぜんそく相談【予約制】 ☎052-651-6531	2 /28(水) 受付13:30～14:30	港保健 センター	15歳未満でぜんそくやアトピー性皮膚炎などで お悩みの方 専門医による個別相談と栄養などの相談

※上表の事業は、事前に電話予約をしてください。 ※母子健康手帳をお持ちください。

^免は生活保護世帯減免あり…港区役所・南陽支所発行の保護受給証明書をお持ちください。



一般の方

【予約制】の事業は、事前に電話予約をしてください。

事業名	実施日	受付時間	場所	対象・内容
こころの健康相談【予約制】 ☎052-651-6509	毎週火曜日	15:30～	港保健 センター	こころの健康などに関する相談 ※第3火曜日はうつ病またはうつ病の疑いの ある方の家族相談
HIV・梅毒・ 性器クラミジア感染症検査 ☎052-651-6537	第2木曜日	9:30～10:30	港保健 センター	感染に不安のある方 匿名可 ※採血・採尿あり。結果通知は1週間後以降
なんでも相談【予約制】 ☎052-302-8161	要相談	9:30～15:30	南陽分室	電話・面接による子育て・健康づくりの相談

●神経・筋難病患者・家族のつどい 「なごみの会」【予約制】

日時 2 /22(木)午後1時30分～3時15分
(開始10分前～受付)
※途中参加・途中退出可
場所 港保健センター
対象 神経・筋難病患者とその家族
内容 レクリエーション、交流会、専門看護師
による「食事の飲み込みについて」の話
申込 2 /21(水)までに下記へ
問合せ 保健看護担当 ☎052-651-6539

●みんなと元気でいこまい講座 【予約制】

冬の寒さに負けない体づくりとして、運動療
法について一緒に学びましょう！
日時 3 /25(月)午後1時30分～3時
(開始30分前～受付)
場所 稲永スポーツセンター
対象 区内在住の65歳以上の方
定員 30人(先着順)
申込 2 /13(火)～3 /18(月)に下記へ
問合せ 感染症対策等担当 ☎052-651-6537

注目!

痩せてきたら要注意！メタボ予防からフレイル予防へ！



高齢者で痩せている方は、
肥満の方よりも死亡率が高
くなります。そのため、65歳を過
ぎて病気でもないのに痩せて
きたら、「メタボ予防」から「フレイル予防」への
切り替え時かもしれません。

「食べて元気にフレイル予防」
普及啓発動画(厚生労働省)▶



「フレイル」とは、年を取って体や心の働き、
社会的なつながりが弱くなった状態をいいま
す。そのまま放置すると、介護が必要な状態に
なる可能性があります。
「フレイル予防」は、日々の生活習慣と結びつ
いていきます。特に食事は重要です。体に必要な
栄養素を取るために、バランスの良い食事を、
3食しっかり取りましょう。

問合せ 感染症対策等担当 ☎052-651-6537

●乳幼児の健康診査

【港保健センター】南陽分室対象学区を除く方

	対象児の生年月日	実施日
3・4カ月児	R 5 .10.16～R 5 .10.31	2 /20(火)
	R 5 .11.1～R 5 .11.15	3 /5(火)
受付時間	第 1 子=13:00～13:15 第 2 子以降=13:00～13:30	
1歳6カ月児	R 4 .7.9～R 4 .7.30	2 /14(水)
	R 4 .7.31～R 4 .8.18	2 /28(水)
3歳児	R 3 .1.13～R 3 .1.29	2 /16(金)
	R 3 .1.30～R 3 .2.15	3 /1(金)
	R 3 .2.16～R 3 .3.2	3 /8(金)
受付時間	13:00～14:00	

【南陽分室】南陽・西福田・福田・福春学区の方

	対象児の生年月日	実施日
3・4カ月児	R 5 .10.1～R 5 .10.31	2 /13(火)
受付時間	第 1 子=13:30～13:45 第 2 子以降=13:30～14:00	
1歳6カ月児	R 4 .5.25～R 4 .7.24	2 /21(水)
	R 4 .7.25～R 4 .8.31	3 /6(水)
受付時間	13:30～14:00	

※実施日の10日前までに通知が届かない方は、
保健感染症係までお申し出ください。

※1歳6カ月児および3歳児は、希望者にフッ
化物塗布(料金720円^免)を実施します。おつ
りのないようお願いします。

問合せ 保健感染症係 ☎052-651-6509

●ひまわり会【予約制】

ペアレント・メンターの体験談を聞いてみま
せんか？ペアレント・メンターとは、発達障害
のある子どもを育てた経験があり、かつ相談支
援に関する一定のトレーニングを受けた親の
ことです。事前に質問を受け付けます。ぜひご
参加ください。

日時 2 /21(水)
午前10時～11時30分
(開始15分前～受付)

場所 とだがわこどもランド

対象 未就学児の保護者で、子どもの発達に心
配がある方

定員 14人(先着順)

申込 2 /16(金)までに下記へ

問合せ 保健看護担当 ☎052-651-6539



「冬の節電」

冬は、暖房や給湯の使用などで、
電気やガスなどのエネルギーの消
費量が多くなる季節です。

毎日の暮らしの中で、無理のない範囲で省エ
ネに取り組みましょう！

【家庭でできる節電対策】

◇使わない場所や使わないときは、テレビや照
明などの電化製品の電源をこまめに消した
り、プラグを抜く。

◇暖房器具を使用するときは、室温が20℃(目
安)になるように設定する。

◇冷蔵庫の扉は、開閉時間を短くし、詰め込み
過ぎないようにする。

◇白熱電球をLED電球に交換する。

◇家電を買い替えるときは、省エネ家電を選ぶ。

問合せ 公害対策室 ☎052-651-6493



みなとくらしのガイド

- 場所の表示がないものは問い合わせ先にて開催
- 料金・費用の表示がないものは無料
- 申し込みの表示がないものは当日自由参加
- 原則として記事の内容(開催日・申込期限など)が11日以降のものを掲載

港区ウェブサイト

https://www.city.nagoya.jp/minato/



お知らせ

●個人市民税・県民税の申告

～郵送による提出にご協力ください～

日時 2/7(水)～3/15(金)

午前8時45分～正午、午後1時～5時15分

※土・日曜日、祝日は除く

場所 港区役所第6会議室(2階)、南陽支所税務窓口(1階)、中村区役所等複合庁舎集合会議室B(3階)

※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。

問合 本陣市税事務所 ☎052-433-4022

▼確定申告のお知らせ

令和5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」をぜひご利用ください。

申告書の作成は、右記「国税庁確定申告書等作成コーナー」から



●申告・納税期限

所得税及び復興特別所得税・贈与税: 3/15(金)

消費税及び地方消費税(個人事業者): 4/1(月)

●確定申告会場

日時 2/16(金)～3/15(金)午前9時15分～午後5時※土・日曜日、祝日は除く。ただし、2/25(日)は開催

場所 ウィンクあいち6階(中村区名駅四丁目4-38)

※入場には、当日配付または事前発行(右記国税庁LINE公式アカウント)の入場整理券が必要

※上記の期間中は、税務署内では申告書の作成指導を行っていません。

●税理士による無料税務相談所

日時 2/14(水)～16(金)

午前10時30分～午後4時

(受付は午後3時30分まで)

場所 イオンモール名古屋茶屋(西茶屋二丁目11)

※整理券(各日130枚)を下記にて当日配布。

午前9時45分から1階ガーデンコート入口で配布し、残り枚数がある場合に限り、午前10時5分から2階イオンホール入口で配布。(枚数に達し次第、配布終了)

問合 中川税務署 ☎052-321-1511

●名古屋競馬場跡地における基盤整備工事の説明会を開催します

現在、名古屋競馬場跡地において、新たなまちづくりに向け、造成や道路などの基盤整備工事を進めています。令和6・7年度の工事内容などについて、説明会を開催します。

日時 2/22(木)午後7時～8時30分

2/23(金・祝)午後2時～3時30分

場所 愛知県武道館(丸池町1丁目1-4)

定員 各100人(先着順)

※各日開始30分前～受付

問合 住宅都市局アジア・アジアパラ競技大会選手村後利用開発推進室

☎052-265-6677 FAX052-265-5488

●下水道に油を流さないでください

下水道は私たちの暮らしを守る大切な働きをしています。下水道に油を流すと、排水管や下水管が詰まる原因になります。

調理後のフライパンや食器に付いた油汚れは、キッチンペーパーなどで拭き取ってから洗いましょう。てんぷら油などは、固化して処分しましょう。



問合 上下水道局西部営業センター

☎052-352-2511 FAX052-352-2514

●全国一斉春の火災予防運動 3/1(金)～7(木)

2023年度 全国統一防火標語

「火を消して 不安を消して つなぐ未来」

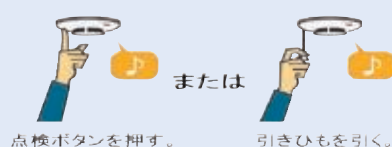
空気が乾燥し、火災が発生しやすい季節です。下記のことを守り、火災予防に努めましょう。

●調理をしているときは、コンロから離れない

●家の周りに燃えやすい物を置かない

●住宅用火災警報器を設置し、定期的に作動確認をする(設置から10年が交換の目安)

▼作動確認の仕方



火災は、さまざまな原因で発生します。火災の危険性と対策について、YouTube「港区防火のつどい」チャンネルで動画を配信していますので、ぜひご覧ください。



▲「港区防火のつどい」チャンネルはこちらから

問合 港消防署

☎052-661-0119 FAX052-653-0119

港防災センター ソナ・エルの防災やってる?

防災用品の定期点検をしていますか? いざというときに問題なく使用できるように、防災用品の電池や使用期限の確認をしておきましょう。

問合 港防災センター

☎052-651-1100 FAX052-651-6220



スポーツ

▼稲永スポーツセンターからのお知らせ ●木曜日レッスнтаイム

教室名	日 時	定員
からだシェイプダンス3	2/15(木) 19:00～19:50 2/22(木) 19:00～19:50 2/29(木) 19:00～19:50	各40人
ボクシングスタイルアップ3	3/7(木) 20:00～20:50	

対象 中学生以上※中学生は保護者同伴
費用 1回につき300円※1回ごとの参加可
申込 各開始15分前～先着順

●オーシャンズフットサルナイトリーグ

名古屋オーシャンズの選手によるワンポイントアドバイス付きのリーグ戦を実施します!

日時 3/20(水・祝)午後6時30分～8時30分

対象 高校生以上

定員 3チーム(1チーム5～10人)

費用 1チームにつき5,100円

申込 2/29(木)までに電話、往復はがきまたは市電子申請サービス(7面くらしのガイド参照)から

問合 稲永スポーツセンター

☎052-384-0300 FAX052-384-0303



講座・講習

●港生涯学習センター【公開講座】 誰もが幸せに暮らし続けるために ～SDGsの基礎基本～

「取り組んでみよう! エシカル消費」(全5回)

の第1回を、公開講座として開催します。

日時 2/15(木)午前10時～正午

(開始30分前～開場)

定員 46人(先着順)

申込 開始1時間前～整理券を配布

問合 港生涯学習センター

☎052-653-5171 FAX052-653-5172

●名古屋市高齢者はつつ長寿推進事業

曜日	時 間	場 所	定員
火	10:00～12:00	NTP名古屋トヨペット(株) 港・名四店	22人(抽選)
	13:30～15:30	東海コミュニティセンター	
水	9:45～11:45	高木コミュニティセンター	24人(抽選)
	13:30～15:30	港区在宅サービスセンター	
木	10:00～12:00	当知コミュニティセンター	
	13:30～15:30	小碓コミュニティセンター	
金	10:00～12:00	南陽地区会館	22人(抽選)
	13:30～15:30	南陽台住宅集会所	

期間 4月～9月(6カ月間)、週1回

対象 市内在住の65歳以上の方(会場に自分で来られる方)

内容 介護予防や仲間づくり

申込 2/1(木)～29(木)に窓口もしくは電話にて下記へ

※材料費など実費負担あり

問合 港区社会福祉協議会

☎052-651-0305 FAX052-661-2940

▼港福祉会館からのお知らせ

●認知症予防教室

期間 4月～9月(火・水・木のいずれかのクラスで週1回)午前10時～正午

申込 2/13(火)～29(木)に本人が下記へ(抽選)

●令和6年度「南陽地区会館」出張講座

講座名	日 時	定 員
絵手紙	第3火曜日 10:00～11:30	15人(抽選)
コーラス	第2水曜日 10:30～12:00	30人(抽選)
気功体操	第2土曜日 13:00～14:30	30人(抽選)

期間 4月～令和7年3月(1年間)

場所 南陽地区会館

対象 市内在住の60歳以上の方

申込 2/20(火)～3/9(土)に本人が下記へ申し込み(はがき・電話不可)※南陽地区会館での受付日あり。詳細は下記へ

※材料費など実費負担あり

※対象・定員・内容などの詳細は下記へ

問合 港福祉会館

☎052-382-7009 FAX052-381-2285

南陽プール『スポーツフェスタin南陽』(無料開放&無料体験など)

事業名	日 時	対 象	定 員
①トレーニング室無料開放	9:30～20:30	中学生以上	
②握力ビッタリチャレンジ	9:30～20:30		
③プール無料開放	10:00～20:30	対象なし	定員制限なし
④TANO(モーショントレーニングシステム)体験会	10:00～11:00 13:00～14:00 16:00～17:00	一般 (中学生を除く 15歳以上の方)	30人(先着順)
⑤脳・血管年齢測定	10:15～11:15		
⑥アクアピクス体験	10:45～11:45		
⑦スローエアロビック体験	13:00～14:00		
⑧健康ヨガ体験	15:00～17:30	対象なし	定員制限なし
⑨ボッチャ・モルック体験			

申込 ⑥⑦⑧は2/11(日・祝)～窓口もしくは電話にて下記へ

問合 南陽プール ☎052-303-2015 FAX052-303-2016

窓に補助錠の設置や、
防犯フィルムを貼りましょう。
住宅侵入盗(空き巣)に注意!



催し物

●名古屋港Instagramキャンペーン2023

名古屋港の写真を投稿された方の中から抽選で名古屋港水族館ペアチケットをプレゼント！

期間 ～2/29(木)

対象 13歳以上の方

申込 名古屋港管理組合公式アカウントをフォロー、「#誰かに見せたい名古屋港」「#取扱貨物量日本一の港」と撮影場所を記載して投稿

問合せ 名古屋港管理組合
☎052-654-7839 FAX052-654-7990



▲詳細はこちらから

▼とだがわこどもランドの催し

●こどもクッキング

～スティックメロンパンとホットチョコ～

日時 2/11(日・祝)午前10時～正午

対象 小学生以上

定員 20人(先着順)

申込 開始45分前～整理券配布

●児童向け工作「押花教室」

押し花のものさしをつくろう

日時 2/18(日)午前10時～11時30分、午後1時30分～3時

対象 小学生～高校生

定員 各32人(先着順)

費用 250円

申込 各開始30分前～整理券配布

問合せ とだがわこどもランド
☎052-304-1500 FAX052-304-1501




▼戸田川緑地・農業文化園の催し

●バードカービング展

カモ猟のおとりとして生まれたデコイ(彫刻)を展示します。

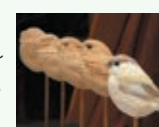
期間 2/20(火)～25(日)

●スパイスとハーブ

料理に加えることで、おいしくしたり食欲を増進させるスパイスとハーブの世界をのぞいてみませんか？

期間 3/5(火)～4/21(日)

問合せ 戸田川緑地管理センター
☎052-302-5321 FAX052-303-6116



▼荒子川公園ガーデンプラザの催し

●ボタニカルアート荒子川展

期間 3/2(土)～17(日)

●心はずむ春色ハンギングバスケット

日時 3/2(土)午後1時30分～4時

定員 20人(抽選)

費用 3,500円

●トロッケンクラッツ教室

＜木の実で作る部屋飾り＞

木の実を使った素敵な部屋飾りを作ります。

日時 3/10(日)午後1時30分～4時

定員 30人(抽選)

費用 3,000円

申込 2/1(木)～20(火)に往復はがきまたは市電子申請サービス(㊦面くらしのガイド参照)から

問合せ 荒子川公園ガーデンプラザ
☎052-384-8787 FAX052-384-5664



●みなとシネマ～なつかしの邦画特集～「俺は待ってるぜ」

日時 3/13(水)
午前10時30分～、午後2時～
(各開始30分前～開場)

定員 各150人(先着順・全席指定)

費用 500円※チケット発売中。詳細は下記へ

問合せ 港文化小劇場
☎052-654-8214 FAX052-654-8215



『船頭場公園整備工事について』

船頭場公園では、津波緊急避難場所となる市内初の「命山」(高台広場)をはじめとした整備工事を進めています。令和5年度末には、北側エリアの多目的グラウンドや遊具ゾーンなどの工事が完了し、利用できるようになる予定です。また、令和6年度末には「命山」が完成予定です。

段階的にオープンしていきますので、楽しみにしてください。

問合せ 港土木事務所
☎052-661-1581 FAX052-661-9154



相談

●名古屋市認知症高齢者家族支援事業

事業名	①港区在宅サービスセンター	②港区西部いきいき支援センター
認知症の家族教室	-	2/13(火) 13:30～15:30
認知症の家族サロン	2/15(木) 13:30～15:30	2/27(火) 13:30～15:30
医師(もの忘れ相談医)の専門相談	2/15(木) 13:45～15:15	

※対象・定員・申込などの詳細は下記へ

問合せ ①港区東部いきいき支援センター
☎052-651-0568 FAX052-651-1167

②港区西部いきいき支援センター
☎052-381-3260 FAX052-381-3261



港けいさつ安心安全通信

区内で特殊詐欺の被害が発生しています。犯人は、さまざまな手口でキャッシュカードや現金をだまし取ります。また、メールなどで「未払いの料金がある」などと、うその支払いを求め、電子マネーなどを買わせてだまし取る被害も発生しています。

被害に遭わないために、下記のことを気をつけましょう。

- 他人にキャッシュカードを渡さない！暗証番号を教えない！
- 「至急お金が必要」「還付金+ATM」は要注意！
- 電子マネーで支払いを要求された場合は詐欺を疑う
- 不審な電話は必ず家族や警察に相談する

問合せ 港警察署
☎052-661-0110 FAX052-654-0199



【講演会】いまこそアップデート！わたしたちの絆～涙と笑いの陸前高田市『はまかだ運動』から～

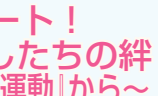
東日本大震災後の陸前高田市での保健活動経験から、被災地での女性活躍の実例など、防災における男女平等参画と地域のつながりづくりについて、講演会を実施します。

日時 2/22(木)午後1時30分～3時30分
(開始30分前～開場)

場所 港区役所講堂

講師 中京学院大学教授 日高 橘子氏

問合せ 港区役所地域力推進室
☎052-654-9624 FAX052-651-6179



図書館

●自動車図書館 巡回日程

日 時			場 所
2月	17 土	10:00～11:00	正保公園
	22 木	10:00～11:00	新泰明荘
	27 火	10:00～11:00	神宮寺コミュニティセンター
3月	2 土	10:00～11:00	みなと荘
	9 土	14:00～16:00	当知住宅

問合せ 自動車図書館 ☎・FAX052-821-3364



●おはなし会

対 象	日 時	場 所
乳幼児	2/14(水)・28(水) 3/6(水)	11:00～11:20 ①港図書館 ①ららぽーと名古屋みなとアクルスららスタジオ ②南陽図書館
	2/21(水)	
	2/22(木)	
幼児・小学生	2/17(土)	①港図書館 ②南陽図書館

問合せ ①港図書館
☎052-651-9249 FAX052-651-9250

②南陽図書館
☎052-301-2116 FAX052-301-2117



●心身すっきりストレッチ

肩こりや腰痛を楽しく予防しましょう。

日時 2/28(水)午後2時～3時

定員 10人(先着順)

申込 2/14(水)午前9時30分～下記へ

問合せ 南陽図書館
☎052-301-2116 FAX052-301-2117



●工作教室「くるくるレインボーを作ろう」

回すとしゃぼん玉のように見えるおもちゃを作ろう！

日時 3/9(土)午前10時30分～正午

対象 5歳～小学生まで
※未就学児は保護者同伴

定員 12人(先着順)

費用 150円

申込 2/17(土)午前9時30分～下記へ

問合せ 港図書館
☎052-651-9249 FAX052-651-9250



引っ越しごみは計画的に出しましょう！

引っ越しの際に出る粗大ごみなどは収集方法を確認し、引っ越しまでに処分が終わるように計画的に出してください。また、可燃・不燃ごみなどを一度に大量に処分する場合は、事前に港環境事業所にご相談ください。

●粗大ごみ(30cm角を超えるごみ)【有料】

◆市による収集

月1回、地域ごとに決められた日に収集します。収集日の7日前までに電話またはインターネットでお申し込みください。

粗大ごみ受付センター ☎0120-758-530
(携帯電話・県外からは ☎052-950-2581)

受付時間 午前9時～午後5時
(土・日曜日、年末年始を除く)

◆工場へ持ち込み(自己搬入)

事前に港環境事業所にお問い合わせください。※土・日曜日は搬入できません。



▲インターネット申込はこちらから

●家電リサイクル法対象品【有料】

〔テレビ・エアコン・冷蔵(凍)庫・洗濯機・衣類乾燥機〕

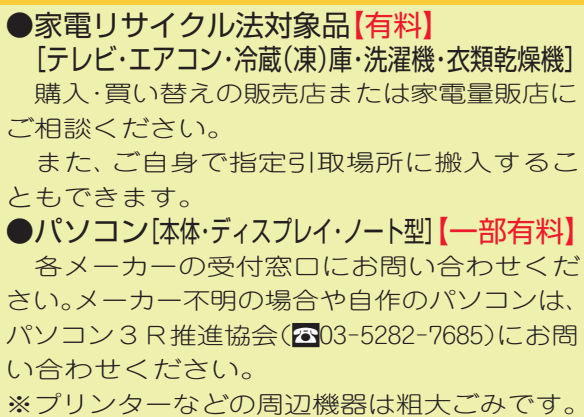
購入・買い替えの販売店または家電量販店にご相談ください。

また、ご自身で指定引取場所に搬入することもできます。

●パソコン[本体・ディスプレイ・ノート型]【一部有料】

各メーカーの受付窓口にお問い合わせください。メーカー不明の場合や自作のパソコンは、パソコン3R推進協会(☎03-5282-7685)にお問い合わせください。

※プリンターなどの周辺機器は粗大ごみです。



●小型家電(15×40×25cm以下の家電製品)

区役所や支所、環境事業所などに設置している小型家電回収ボックスで回収します。

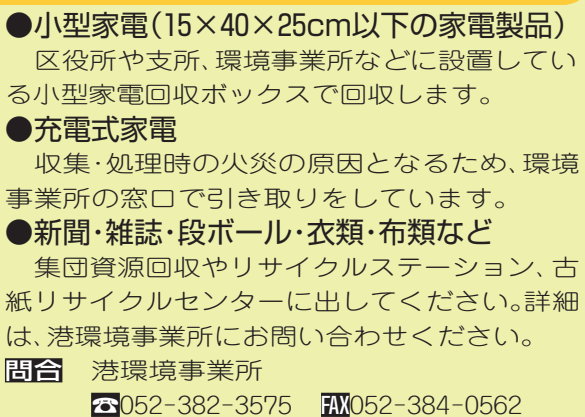
●充電式家電

収集・処理時の火災の原因となるため、環境事業所の窓口で引き取りをしています。

●新聞・雑誌・段ボール・衣類・布類など

集団資源回収やリサイクルステーション、古紙リサイクルセンターに出してください。詳細は、港環境事業所にお問い合わせください。

問合せ 港環境事業所
☎052-382-3575 FAX052-384-0562



不法投棄は重大な犯罪です！

広報なごや 港区版 2月号

MINATO-KU

区の人口 140,833人 世帯数 65,268世帯 (令和6年1月1日現在)

編集／港区役所
〒455-8520
港明一丁目12番20号
☎052-651-3251(代)
FAX052-651-6179



社会参加でいつまでも輝きを!



港区役所愛護会(大手銀杏の会)の皆さん



港区役所前の花壇で植栽活動を行っているのは、**港区役所愛護会(大手銀杏の会)**の皆さん。仲間と生き生きと活動する姿が印象的です。花を植えて水やりなどの世話をすることに誇りとやりがいを感じ、健康を実感しているそうです。
このような地域での活動や、高齢者サロン・老人クラブでの交流など**社会参加**することは、**健康寿命を延ばす効果**があると言われています。
皆さんもさまざまな活動や交流の場に参加してみませんか。

高齢者の皆さんが
元気に活躍中!

地域での社会参加の場をご紹介します!

港区役所いきいき高齢者プロジェクト

区内では16団体が生きがいつくりや介護予防を目的に、公共スペースでの花壇づくりに取り組んでいます。
花の世話により体を動かすことができます。また、皆さんからの「きれいだね」の声がやりがいにつながっています。



自慢の花壇です!
仲間とわいわい
おしゃべりながら
やっています。



コミュニティセンター前
が華やかになりました。

令和5年度に新しく活動を開始された
「成章学区各種団体連絡協議会」の皆さん

問合 港区役所福祉課 TEL 052-654-9691 FAX 052-651-1190

ふれあい・いきいきサロン

高齢者が身近な場所で気軽に集まり、ふれあいを深めて交流することができる場です。
体操やカラオケ、料理、手芸など幅広く活動しています。



▲お近くのサロンはこちらから検索できます。

問合 港区社会福祉協議会 TEL 052-651-0305 FAX 052-661-2940

港区老人クラブ (なごやかクラブ港)

お住まいの地域の皆さんと、仲良く元気に楽しく活動しているクラブです。
仲間を作り、趣味や体操、旅行などを通して笑いのある生活を送りましょう。

ステージに立つのは
ドキドキしますが、
楽しさいっぱいです。



「演芸大会」の様子

仲間と笑って、
健康になりました!

問合 港区老人クラブ連合会事務局(区役所福祉課内) TEL 052-654-9708 FAX 052-651-1190

認知症や介護のことで不安を感じたら、気軽にご相談を!

認知症は誰もがなり得る身近な病気です。下記の相談窓口や講座をご利用ください。また、家族教室や家族サロン(15面参照)なども開催しています。

ご相談・お問い合わせはこちらへ

介護のことでちょっと
話を聞いてほしい。

認知症の人が使える
サービスは何かあるの?



港区東部いきいき支援センター(港楽二丁目6-32)
TEL 052-651-0568 FAX 052-651-1167

港区西部いきいき支援センター(寛政町6丁目40)
TEL 052-381-3260 FAX 052-381-3261

港区西部いきいき支援センター分室(知多二丁目2215レープエル1階)
TEL 052-309-7411 FAX 052-309-7412

認知症の人や家族を支える活動をしていませんか?

認知症サポーター養成講座

認知症の症状や認知症の人との接し方など、認知症について正しい理解を深めることができる講座です。地域に出向いての講座も行いますので、お気軽にご相談ください。

認知症サポーター
キャラバン マスコット
「ロバ隊長」



修了者には「認知症サポーター」の証としてオレンジリングをお渡しします。

港区認知症になっても安心して暮らせる町をつくり隊(港区町づくり隊)



認知症の人や家族を支えるボランティアの集まりです。地域でサロンを開催するなどの活動を行っています。

問合 港区東部いきいき支援センター・港区西部いきいき支援センター

もの忘れ検診を受けましょう!

年度に1回、無料で
受けられるから安心!



認知症を早期に見し、適切な治療につなげることや、予防のきっかけとすることを目的としています。



詳細は
こちらから

対象 65歳以上の市民の方(今年度中に65歳になられる方を含む)で、認知症と診断を受けていない方
実施場所 市内の協力医療機関
検診内容 問診による認知機能検査 ※認知症の診断を行うものではありません。

健康福祉局地域ケア推進課
問合 TEL 052-972-2549
FAX 052-955-3367