

千種区版

千種保健センターだより

保健センター ☎753-1951 〒464-8618
 FAX751-3545 星が丘山手103番地
 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城内)

- 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。

無料金免除制度

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。

- ①70歳以上
- ②生活保護世帯
- ③市民税非課税世帯
- ④市医療費助成制度受給者
- ⑤市福祉給付金受給者
- 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。

救急安心センターなごや 短縮ダイヤル「#7119」

子どもと親

「申込フォームで」と記載された事業はオンラインからの申込が可能となりました！区ウェブサイト内の各教室ページからお申し込みください。
 (https://www.city.nagoya.jp/chikusa/category/70-3-4-0-0-0-0-0-0-0.html) 区ウェブサイト▲



子育て総合相談窓口

(☎757-7033)

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

相談・教室	日程・受付時間	対象・定員(先着順)・内容	申込(予約制)・問合せ
親子むし歯予防教室	2/13(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	電話または 申込フォームで ☎753-1975
ニューファミリーセミナー	2/13(木) 午後1:05～1:20 2/21(金) 午前9:00～9:15 の2日間 3/6(木) 午後1:05～1:20 3/14(金) 午前9:00～9:15 の2日間	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・食品衛生の話、試食	☎753-1975
幼児食教室	2/19(水) 午前9:50～10:00 (午前11:00終了予定)	1歳7カ月～3歳児と保護者4組 子の食事でお困り事のある方 幼児食の話、試食	申込フォームで 締切2/12(水) ☎753-1975
母乳相談	2/20(木) 午後1:10～3:10	授乳中の乳児と母親7組 母乳に関する相談	☎753-1985
赤ちゃんパクパク教室	2/28(金) 午前9:50～10:00 (午前11:15終了予定)	令和6年5月・6月生まれの乳児と保護者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	2/17(月) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
離乳食相談	3/4(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乳幼児と保護者 各回2組 離乳食に関する相談、見本展示	申込フォームで ☎753-1975
離乳食教室「びよびよクラブ」	3/6(木) 午前9:50～10:00 (午前11:30終了予定)	令和6年8月～11月生まれの乳児と保護者8組 離乳食の話、調理実演、試食 ※赤ちゃん用スプーン、母子健康手帳持参	2/25(火) 午前9:00から 申込フォームで ☎753-1975
子どものアレルギーとぜん息相談	3/7(金) 午後1:45～2:45	市内在住の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
育児なんでも個別相談	3/10(月) 午前9:15～11:00	区内在住の子育て中の方 子育てに関する個別相談、身長・体重計測	予約不要 ☎753-1975

一般

相談・検査	日程・受付時間・対象・定員・内容など	申込・問合せ
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	2/17(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

予防接種

☎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

区分	日程	対象生年月日
3・4か月児	2/18(火)	R 6. 10. 16～6. 10. 25
	2/25(火)	R 6. 10. 26～6. 11. 4
	3/4(火)	R 6. 11. 5～6. 11. 14
【受付時間】 第1子 午後1:00～1:20 第2子以降 午後1:20～2:00		
1歳6か月児	2/12(水)	R 5. 8. 4～5. 8. 11
	2/26(水)	R 5. 8. 12～5. 8. 26
3歳児	2/14(金)	R 4. 1. 25～4. 2. 5
	2/21(金)	R 4. 2. 6～4. 2. 20
【受付時間】 午後1:00～2:00		

☆ふたご・みつごの会(予約制)
 日時 2/26(水)午前10:00～11:00
 受付 午前9:45～10:00
 対象 区内在住で多胎児を妊娠中の方、多胎の乳幼児を育てる保護者(保護者のみの参加も可)
 定員 6組(先着順)
 内容 多胎児の子育てについて情報交換、交流会
 申込 2/21(金)までに電話または窓口で
 問合せ ふたご・みつごの会担当(☎753-1985)

☆つるかめセミナーつるクラス(予約不要)
 日時 2/19(水)午前10:00～正午
 受付 午前9:30～10:00
 場所 千種文化小劇場
 対象 市内在住の65歳以上の方
 定員 200人(先着順)
 内容 ～歌を歌ってオーラルフレイルを予防しよう～
 歯科衛生士による講話、握力測定、講師による音楽療法
 講師 音楽療法士 山田広美さん
 持物 飲み物、健康手帳(お持ちの方のみ)
 問合せ 保健予防課(☎753-1981)

☆神経・筋系難病療養中の方と家族のつどい(予約制)
 日時 2/27(木)午後1:30～3:50
 場所 保健センター健診フロア
 対象 区内在住の神経・筋系難病で療養中の方とご家族
 内容 【医師による講話・個別相談】
 本町クリニック 医師 服部優子さん
 ※個別相談は人数に限りがあります。
 【歯科相談】保健センター歯科衛生士
 【患者・家族の交流会】
 申込 電話、窓口またはファクスで
 問合せ 神経・筋系難病療養中の方と家族のつどい担当(☎753-1984)

☆つるかめセミナーまるごと元気教室(予約制)
 日時 3/19(水)午前9:20～11:30
 受付 午前9:10～9:20
 場所 保健センター健診フロア
 対象 区内在住の65歳以上の方
 定員 20人(先着順)
 内容 栄養講話・試食、骨密度測定
 持物 筆記用具、飲み物
 申込 2/19(水)午前9:00から電話または窓口で
 問合せ 保健予防課(☎753-1981)

東部医療センター

☎721-7171・FAX721-1308
 ☆市民健康講座「心不全に備える:知って守るあなたの心臓」
 日時 2/26(水)午後2:30～3:30
 場所 救急・外来棟4階 多目的ホール
 定員 150人(先着順)
 講師 循環器内科 診療科部長 和田靖明教授
 ▶医療機関のためマスクの着用をお願いします。

→ページより右は千種区版のページになります



ちくさくらしのガイド

千種区マスコットキャラクター「ちくさく」

★事業の詳細は各お問い合わせ先にご確認ください。
★費用の掲載のないものは、無料です。

区役所

★法律相談(予約制・面談のみ)

日時 2/12(水)・25(火)、3/11(火)
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週間前の午前8:00から先着順受付

★交通指導員を募集します

勤務内容 小学校の毎日の登下校指導や、小学生や幼児を対象とした交通安全教室の実施など、地域の交通安全に貢献できるお仕事です
採用区分 令和7年6月採用(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
2/21(金)～3/10(月)必着

問合せ 地域力推進課(☎753-1826・FAX753-1924)

★「早春のいけばな展」開催のお知らせ

日時 3/1(土)・2(日)
午前10:00～午後3:00

場所 市民ギャラリー矢田 第1展示室(4階)

内容 区内の各流派によるいけばな展
問合せ 地域力推進課(☎753-1826・FAX753-1924)

★自ら考え、話して深める!笑(しょう)トク太子会(明るい選挙千種区推進のつどい)

日時 3/7(金)
午後2:00～4:00(1:30開場)
場所 ホテルルブラ王山 ※要事前申込
対象 若者～高齢者
講師 総務省主権者教育アドバイザー(一社)WONDER EDUCATION代表 越智大貴さん
内容 幅広い世代の参加者がグループワークなどを通じ、選挙や政治について「話し合い活動」を行う
申込 右記ウェブサイトまたは下記問い合わせ先にて
主催 明るい選挙千種区推進協議会
問合せ 選挙管理委員会(☎753-1816・FAX753-1818)

環境事業所

☎771-0424・FAX771-5113

★①粗大ごみの出し方

粗大ごみは月1回収集・有料・事前申込制です。お申し込みは「粗大ごみ受付センター」にて受け付けています。
引っ越しなどで粗大ごみを処分する必要がある方は事前に粗大ごみの出し方をご確認ください。

【粗大ごみ受付センター】

(固定電話からは) ☎0120-758-530
(県外・携帯電話からは) ☎052-950-2581
インターネット受付もあります

名古屋市 粗大ごみ受付 検索

受付時間 月～金曜日(土・日曜日、年末年始は除く)の午前9:00～午後5:00
インターネットは24時間受付

申込期限 電話・インターネットともに収集日の7日前まで
※収集日にしせない場合は、ごみの発生区の環境事業所で手続きをした上で、ご自身で処理施設まで搬入することもできます(搬入できるものや時間帯に制限があります)

★②エアコン・テレビ・冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・衣類乾燥機の廃棄

上記は家電リサイクル法対象となりますので、家電販売店での引き取りか、ご自身で指定引き取り場所への搬入をしてください。
▶①・②ともに詳しくはウェブサイトをご覧ください

栄市税事務所

☎959-3300・FAX959-3317

★令和7年度個人市民税・県民税 申告会場のお知らせ

日程 2/7(金)～3/17(月)の平日
時間 午前8:45～正午、午後1:00～5:15
場所 栄市税事務所(東区東桜一丁目13-3 NHK名古屋放送センタービル8階)、区役所1階税務窓口

○区役所は仮設庁舎のため申告受付窓口の数が少なく、混雑により長時間お待たせすることがあります。できるだけ栄市税事務所をご利用いただくか、郵送による提出にご協力ください。
○申告書(事務所・事業所または家屋敷分を除く)提出時には、「個人番号」欄にマイナンバーを記載し、マイナンバーカードなどの本人確認書類を提示するか写しを添付してください。

問合せ 市民税課(☎959-3303)

消防署

☎764-0119・FAX752-1119

★春の火災予防運動 3/1(土)～7(金)

春先は空気が乾燥し、風も強く、火災が発生しやすい時期です。令和6年中に市内で発生した主な火災の出火原因は、**放火・たばこ・こんろ**でした。あなたの大切な家族や財産を守るため、次のことに注意し、**火災予防に努めましょう。**

- 家の周囲に燃えやすいものを置かない
- 資源やゴミは収集日の朝に出す
- 寝たばこをしない
- 灰皿には水を入れ、こまめに掃除する
- こんろを綺麗に保つ
- こんろの使用中は目を離さない

全国統一防火標語

～守りたい 未来があるから 火の用心～

警察署

☎753-0110・FAX753-0221

★警察官・警察職員の原石を探しています

あなたの能力を発揮できる場所が必ず見つかります。
○悪者を捕まえたい
○困っている方の手助けをしたい
○交通事故を減らしたい
私たちと一緒に「安全な社会を守り続ける」仕事をしてみませんか?
千種警察署では現役警察官から直接話を聞くことができる職場体験を開催しています。

警察で働きたい方はもちろん、就職活動をしている家族の方なども一緒に体験できます。進路に正義の味方の警察官! 光り輝け☆

上下水道局東部営業センター

☎722-8750・FAX722-8756

★簡単な水漏れの調べ方

「最近、水道の使用量が多いな…」と思ったら、まずはご自身で水道メータをチェックしてみましょう。

家の中の蛇口を全て閉めた状態で、水道メータの赤い針やパイロット(金属の円盤)が動いているようであれば、どこかで水が漏れている可能性があります。

上下水道局公式ウェブサイトから水漏れの調べ方を確認できます。水漏れを発見した場合や水道メータがどこにあるか分からない場合は、当センターへご相談ください。

その他

★令和6年分 確定申告会場のお知らせ

(所得税および復興特別所得税・個人事業者の消費税および地方消費税・贈与税)

日程 2/17(月)～3/17(月)の平日
※ただし、3/2(日)は開設します
※開設期間中、税務署内での申告書などの作成指導は行いません
〈開設時間〉午前9:15～午後5:00
〈受付時間〉午前9:00～午後4:00
場所 電気文化会館5階(中区栄二丁目2-5)〈地下鉄伏見駅4番出口徒歩2分〉
※無料駐車場はありません。公共交通機関を利用してお越しください

○会場への入場には、入場整理券(会場での当日配付またはLINEでのオンライン事前発行)が必要です(整理券配付状況により後日の来場をお願いする場合あり)

○会場は大変混雑しますので、ご自宅からのe-Tax申告をご利用ください(申告期限間際は特に混雑するため、会場での申告をお考えの方は早期の来場をご検討ください)

○会場では、原則ご自身のスマートフォンで申告していただくため、事前にマイナポータルアプリをインストールの上、①源泉徴収票など申告書作成に必要な書類②スマートフォンおよびマイナンバーカード(★)の準備をお願いします

★カード発行時に設定した「署名用電子証明書」(英数字6～16桁)・「利用者証明用電子証明書」(数字4桁)も必要です

○消費税および地方消費税の申告書の提出が必要な方の事前準備

- ①売上げおよび仕入れ(経費)に係る各金額を、8%(軽減税率)と10%(標準税率)に区分する
- ②インボイス制度開始後の仕入れ(経費)について、インボイス発行事業者からの仕入れ(経費)とインボイス発行事業者以外の者からの仕入れ(経費)に区分する
- ③それぞれの科目ごとに集計する

☆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、所得税の申告書や青色申告決算書・収支内訳書のほか、消費税の申告書の作成・送信ができます

☆確定申告の相談はチャットボットをご利用ください(質問を入力していただくと、AIを活用した「税務職員ふたば」がお答えします)

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ので音声案内に従って番号を選択してください

作成コーナー



確定申告書等作成コーナー



税務職員ふたば



税務相談チャットボット

生涯学習センター

☎722-9666・FAX722-9696

★【千種区役所共催】心に寄り添う在宅医療～エンディングノート・もしバナゲーム体験～

日時 3/8(土)午後1:45～3:45
対象・定員 一般24人
講師 名古屋医療福祉相談所長 黒木信之さん 区役所福祉課職員など
申込 本紙8面を参照し、電子申請サービスまたは往復はがきで当センターへ
2/20(木)必着(〒464-0072 振甫町3-34)

★初心者向けパソコン相談室(1人30分)

日時 3/10(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
相談員 千種パソコン支援ボランティア会員
申込 当日午後3:00までに窓口にて先着順

社会福祉協議会

☎763-1531・FAX763-1547

★高齢者はつつ長寿推進事業

令和7年度前期(4～9月)参加者募集!

週1回、手工芸やレクリエーションなどを通じた健康維持や仲間づくりで介護予防!初めての方大歓迎

曜日	時間帯	会場
火	午前	千種区在宅サービスセンター(西崎町2-4-1)
	午後	楠荘集会所(自由ヶ丘2-12)
水	午前	星ヶ丘コミュニティセンター(星ヶ丘1-3)
	午後	内山コミュニティセンター(内山一丁目4-15)
木	午前	清明山住宅集会所(清明山一丁目6)
	午後	乗西寺(仲田二丁目6-13)
金	午前	サンクレア池下集会所(覚王山通8-70-1)
	午後	春岡コミュニティセンター(春岡二丁目5-44)

〈午前9:45～11:45〉 〈午後1:30～3:30〉
 対象 市内在住で65歳以上の方
 定員 各会場20人程度
 費用 無料(材料費など必要な場合あり)
 申込 2/28(金)までに電話で(申込多数の場合は抽選)

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	2/27(木) 午後1:30～3:30	★2/18(火) 午後1:30～3:30
家族サロン	2/19(水) 午後1:30～3:30	2/25(火) 午後1:30～3:30
医師による個別専門相談	2/18(火) 午後2:00～3:30	2/28(金) 午後2:00～3:30
	定員3人	定員3人
認知症サポーター養成講座		2/12(水) 午後2:00～3:30

※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

都福社会館

☎711-1483・FAX711-9657

★都まつり

日時 3/7(金)午前10:00～正午、午後1:00～3:00
 対象 どなたでも
 内容 講座・同好会参加者による歌や踊りの発表

★作品展

日時 3/1(土)～22(土)
 対象 どなたでも ウェブサイト▶
 内容 講座・同好会参加者の作品展示



★①スマホ講座(LINE応用編)

日時 3/19(水)午前10:30～11:30
 定員 9人
 内容 自分のスマートフォンでLINEの使い方を習います
 申込 2/21(金)から電話または窓口にて先着順

★②くらぶ6.5(認知症予防教室)【4～9月】

日時 A 火曜日・午前10:00～正午
 B 火曜日・午後1:30～3:30
 C 木曜日・午前10:00～正午
 定員 各12人(いずれか1区分のみ申込可)
 内容 体操、音楽療法、脳トレなど
 申込 2/12(水)～28(金)に電話または窓口にて(申込多数の場合は抽選)

★③認知症予防リーダー養成講座【4～5月】

日程 4/4(金)開講
 (外部会場での研修4回を含む全9回)
 定員 5人
 申込 2/12(水)～28(金)に窓口にて先着順
 ▶①～③ともに 福社会館の利用証が必要
 対象 市内在住で60歳(②は65歳)以上の方
 ※申し込みは午前8:45～午後5:00の間

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
2月	14 金 午後 覚王山日泰寺
	18 火 午後 茶屋ヶ坂公園(公園北東角)
3月	6 木 午前 高牟神社(南鳥居の横)
	7 金 午後 千代が丘団地(集会所前)

児童館

☎・FAX722-8222

★令和7年度児童館クラブ員募集

クラブ名	日程	対象(学年は令和7年度時点)	定員	年間費用
リトミッククラブ	第2・4金曜日 午前10:00～11:00	平成31年4月2日～令和5年10月1日生まれの幼児と保護者	20組	無料
親子体操クラブ	第2・4水曜日 午前10:30～11:30	平成31年4月2日～令和5年4月1日生まれの幼児と保護者	20組	無料
造形クラブ	毎週木曜日 午後2:30～4:30	午後4:00までに来館できる年長児～小学生	45人	材料費14,000円
卓球クラブ	第1・3土曜日 午前10:00～正午	小学3～6年生	20人	無料
キッズボラクラブ	行事開催日など	小学3年生～高校生	20人程度	無料

申込 2/12(水)午前10:00から電子申請サービス(本紙8面参照)または窓口(休館日は除く)にて。重複での応募は全て無効

※窓口申込は住所とお子さんの氏名をおもて面に記入した85円官製はがき持参(結果通知用)

※1人1クラブのみ申込可(キッズボラクラブのみ他クラブと重複可)

※造形クラブは令和6年度の参加者以外の方優先

締切 電子申請…2/21(金)午後5:00、窓口…2/22(土)午後5:00(申込多数の場合は抽選、当落にかかわらず3/5(水)に抽選結果発送。当選者のキャンセルが出た場合は落選者から再抽選)

入会手続 4/2(水)～6(日)に窓口にて

★①1さい記念日

日時 3/6(木)①午前10:00～10:45
 ②午前11:00～11:45

対象 10～3月で1歳を迎える幼児と保護者

定員 各回18組

※初めての方のみ

内容 足形とり、身長・体重測定など

申込 2/20(木)午前10:00から窓口にて先着順(午前10:30から電話も可)

★②ハッピーマイルコンサート

日時 3/16(日)午前11:00～11:50

場所 千種文化小劇場(ちくさ座)

対象・定員 乳幼児・小学生と保護者150人

内容 歌のお姉さんやクラウンと一緒に盛り上がりよう

申込 3/4(火)午前10:00から窓口にて先着順(午前10:30から電話も可)

▶①・②ともに

※事前申し込みが必要なものは1人1家族分のみ申込可

図書館

☎781-7431・FAX781-7447

★おはなし会

●パバールの会(小学校低学年向け)

日時 3/8(土)午前10:30～11:00

●ナルニアの会(小学校中・高学年向け)

日時 3/8(土)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 2/22(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

★連続講座 平和公園に眠る人々(第4回春)

日時 3/7(金)①午前10:00～11:30

②午後2:00～4:00

場所 ①図書館集会所②平和公園

対象・定員 一般20人 ウェブサイト▶

内容 平和公園に眠る文人たちについて学びます

申込 2/14(金)午前9:30から窓口、ファクス、電話またはウェブサイトにて先着順

★ちくちく手づくりの会

日時 3/19(水)午前9:45～11:45

対象・定員 一般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「ドーナツ」

持物 鉛筆、はさみ、針、もめん糸(白・黒)

費用 500円程度(実費)

申込 3/6(木)午前9:30から窓口または電話にて先着順

スポーツセンター

☎782-0700・FAX782-6700

教室名	日程	定員
①ソフトエアロピクス	2/17、3/3・10の月曜日	各60人
	①午前9:30～10:30 ②午前10:45～11:45	
②エアロピクス		
③やさしいエアロⅡ	2/18・25、3/4の火曜日 午後7:30～8:30	50人
④創美ヨガⅡA	2/12・19・26 の水曜日	各30人
⑤創美ヨガⅡB	④午後6:45～7:45 ⑤午後8:00～9:00	
⑥プリバントアクア&ウォーキング	3/6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)

⑥水着、スイミングキャップ

費用 ①～⑤330円、⑥550円

申込 ①～⑥ともに開始30分前から先着順

東山動植物園

☎782-2111・FAX782-2140

★展示会

事業名	期間
洋ラン展	2/12(水)～16(日)
FBC花壇パネル写真展	2/18(火)～3/2(日)
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

★講習会

事業名	日時
①季節の花(生花)いっぱい のフラワーアレンジメント	3/2(日) 午後1:30～3:30
②きれいに作る山野草	3/16(日) 午前10:00～正午
③春の山草を使った 苔玉づくり	3/30(日) 午前10:00～正午
定員	各30人
講師	①エレガントブーケ 池岡香奈子さん ②名古屋山草倶楽部 松見勝弥さん ③草遊会 吉田篤さん
費用	①2,500円 ②無料 ③2,000円
申込	本紙8面を参照し、電子申請が往復はがきで2/17(月)消印有効 (〒464-0804 東山元町3-70)

※展示会、講習会ともに別途入園料が必要

揚輝荘

☎759-4450・FAX759-4451

★展示「田代土地区画整理事業で城山・覚王山地区はどのように変わったか」

期間 2/4(火)～3/9(日)
 場所 聴松閣(南園)2階展示室
 費用 無料(別途入館料が必要)
 協力 ちくさ文化の里づくりの会

★椿茶会

日時 3/8(土)・9(日) ウェブサイト▶
 午前10:00、午前10:45、午前11:30、
 午後0:45、午後1:30、午後2:15、
 午後3:00
 場所 三賞亭(北園) 対象・定員 一般各日70人
 費用 700円
 申込 当日午前9:30から三賞亭入口にて先着順

香流橋プール

☎773-5311・FAX773-5805

★マンツーマンレッスン開催

日時 3/8(土)午後3:00～5:00
 3/11(火)午後6:00～8:00
 対象 年長～一般(年長は保護者同伴)
 定員 各日4人 費用 1レッスン(30分)2,200円
 申込 2/25(火)午前10:00から窓口にて先着順

こあらっちだより

広報なごや千種区版 2月号 CHIKUSA

★原則、2/11(火・祝)～3/10(月)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。



日曜窓口 2/9、3/9・23・30
午前8:45～正午、3/30は午後2時まで
※取扱い業務など、詳しくは担当課へ



区ウェブサイト



X(旧Twitter)

千種区役所
編集 〒464-8644 星が丘山手103番地
TEL 762-3111(代表) FAX 753-1924

今年こそはさわやかクラブ千種(老人クラブ)で健康づくり

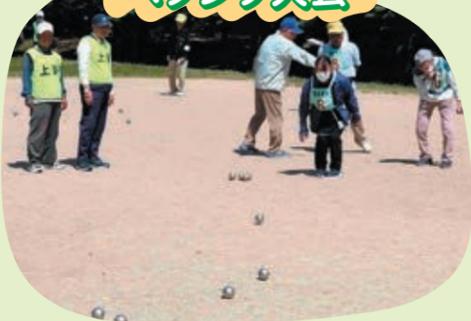
のばそう 健康寿命



「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。クラブでは皆さんが集まって健康づくりや趣味、社会奉仕などさまざまな活動に取り組んでいます。あなたも老人クラブで仲間と楽しく活動しませんか。

会員同士の
ふれあひも
健康の秘訣!

ペタンク大会



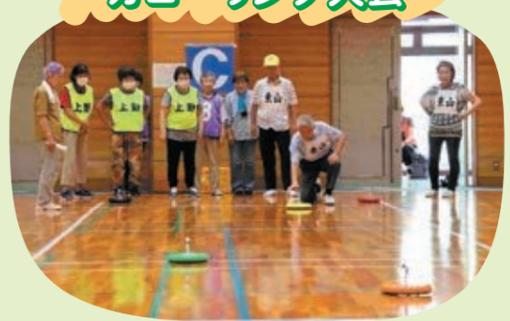
ペタンクは鉄のボールを投げます。全身を使った競技で、自然と体が鍛えられます。

グラウンド・ゴルフ大会



ホールインワンを出せば景品が。皆さん楽しみながらも真剣に狙い打ちします。

カローリング大会



カローリングは慎重さと大胆さ両方が必要です。ポイントゾーンにピタリと止めるのは至難の業。

清掃活動



地域への奉仕活動として清掃活動を実施しました。今回はボーイスカウトの皆さんと一緒に清掃をしました。

趣味の作品展



会員の皆さんの渾身の作品を展示しました。中には、趣味の域を超えているのでは?という作品も。

健康・文化講座



健康や趣味に関する話も聞け、生活を豊かにします。



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) ☎753-1942まで
お近くの老人クラブを紹介いたします。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

障害や障害のある人への理解を深め、障害のある人の自立と社会参加を支援するための取り組みをご紹介します。

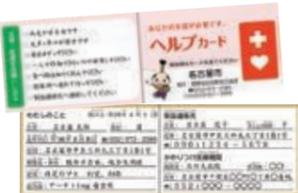


ヘルプマーク

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。

ヘルプマーク・ヘルプカードの配布場所はこちら▼



ヘルプカード

自分からは「困った」と伝えることが苦手な方や、外見からはわかりにくい障害や疾患のある方が、周囲に支援を求められることができるように作られたカードです。

支援を必要とする方の障害などの特性や希望する支援の内容、緊急連絡先などが記入されています。

授産製品の販売

障害者福祉施設では、障害のある方の就労や必要な訓練の一部として、パンや焼菓子などの授産製品を作り、販売しています。授産製品を購入することは、障害のある方の就労支援につながります。ぜひご購入ください!

千種区役所でも授産製品を販売しています!(パン・焼菓子など)



千種区役所での販売スケジュールはこちら▶



問合せ 区役所福祉課障害福祉担当 ☎753-1844 FAX751-3120

私の想いを つないで帳

あなたが日々の暮らしの中で、大切にしていることは何ですか

千種区版エンディングノート「私の想いを つないで帳」を使って大切な人と語り合ってみませんか。

千種区版エンディングノートはこれまでの人生を振り返り、これからの時間の使い方や人生の最終段階の迎え方を考えていただく内容となっています。

あなたとあなたをつなぐ大切な人たちにとってこれからの時間を考えるきっかけにしてみてください。

問合せ 区役所福祉課高齢福祉担当 ☎753-1834 FAX751-3120

私の歴史

医療や介護に関する希望

これからやりたいこと(続けたいこと)

無料で配布しています!

区役所福祉課、東西いきいき支援センターの窓口にてお声かけください。