

広報なごや中村区版

# 2025 8 なかむらだより

NAKAMURA NEWS

編集 松原町 1-23-1  
TEL(代): 483-8161  
中村区役所 F A X : 483-5137



ウェブサイト X(旧Twitter) Instagram

令和7年度 特別企画

## 中村区区民まつり

# 「名古屋中村出世絵巻」

## パレード出演者 大募集!

あなたも 歴史の主演に!

区民まつりの参道パレードに、今年は新たな見どころが加わります! 令和8年大河ドラマ「豊臣兄弟」放送を契機に、「名古屋中村出世絵巻」と題して、区民のみなさんが参加するパレードを実施します。豊臣秀吉、豊臣秀長をはじめとした主要人物や、パレードを彩る鉄砲隊、槍隊、足軽隊、薙刀隊に扮する方を募集します! あなたも戦国時代のコスチュームをまとうと、歴史絵巻の一員としてパレードを盛り上げませんか?



**日時** 10/25(土)  
午後1:30~3:00(予定)

**集合時刻** 午前10:00~11:00(予定)  
※パレード以外の区民まつりイベントにも出演を予定しています

**対象** 中村区に在住・在学・在勤の方。その他要件あり。公募45人

**場所** 中村公園一帯

**申込** 区役所などで配布するチラシやウェブサイトを確認して、応募フォームまたは往復はがきで申し込み。9月16日(火)必着。定員超過の場合は抽選

**問合せ** 区役所企画経理課 TEL 433-2743 FAX 433-2085  
a4332759@nakamura.city.nagoya.lg.jp




## 名古屋競輪場

# BMXレースコースのオープン



8月31日(日)にBMXレースコースがオープンします。来年開催されるアジア競技大会の会場として予定されているハイレベルなコースですが、一般の方の利用も可能な施設です。

今年の11月1日(土)と11月2日(日)には、「2025アジア自転車競技選手権大会-BMXレーシング」が開催されますので、ぜひお越しください。

※コースの利用には、講習の受講が必要です。  
※初心者向けの体験会や乗り方レクチャーも実施します。  
※詳しくは、公式インスタグラムをご覧ください。

8/30(土)午前9:30からオープニングセレモニーを実施(BMX選手によるデモンストレーションなど)



クラブハウス、観客席、中村公園東園、中村公園事務所、入口

### BMXレーシングとは?

BMX(バイシクル・モトクロス)は、専用の自転車を使用して行う競技で、主に「BMXレーシング」と「BMXフリースタイル」の2種類があります。「BMXレーシング」は、専用コースを走り、順位を競う競技で、ジャンプやコーナーを駆け抜けながらゴールを目指します。

**問合せ** 名古屋競輪組合総務部総務課 TEL 411-0013(代表)

## 地震による電気火災を防ぐ!!

# 感震ブレーカーを設置しよう!

地震の大きな揺れを感じて電気を自動で遮断する器具

感震ブレーカーの設置費用の一部を助成しています。

分電盤タイプ	上限26,000円の範囲内で設置費用の1/3を助成(新築時は一律6,000円)
簡易タイプ	上限3,000円の範囲内で購入費用の全額を助成(3,000円を超える製品は差額を自己負担)
分電盤タイプ	上限40,000円の範囲内で設置費用の1/2を助成(新築時は一律10,000円)

主な木造住宅密集地域にお住まいの方は

木造住宅密集地域の詳しい区域図はこちら

予算の上限を超えた場合は受付を終了します。詳しくはお問合せください。

**申込期限** 分電盤タイプ 令和8年1月31日まで  
簡易タイプ 8月1日から12月31日まで

**申込先** 感震ブレーカー受付窓口(株式会社アイヴィジット内)\*  
☎0120-343-009 ※名古屋시가運営を委託している事業者です

**問合せ** 防災危機管理局防災企画課 TEL 972-3523 FAX 962-4030

## 中村区総合防災訓練のお知らせ

**9/7(日) 午前中**

**場所** 中村区役所等複合庁舎  
**対象学区** 本陣学区

**内容** 避難訓練、避難所運営訓練、関係機関における災害時の対応など

**問合せ** 区役所総務課 TEL 433-2714 FAX 483-5137

※訓練当日は同報無線が何度か鳴ります。



## 中村区の名所・魅力を再発見 Vol.5

### 今月の紹介スポットは 大門

## 大正から昭和の雰囲気が感じられる街、大門



歓楽街として栄えた歴史を有する「大門」ですが、今もなお、歴史の名残が残されていることをご存じですか? 元々田畑だった場所に、大正時代、中村遊郭建設時に計画的につくられたまちであり、南北に3本、東西に5本のほぼ垂直に交わる通りをもっています。また、四隅の道を放射状(斜め)にすることにより、周囲から遊郭の中が見えないようにしていました。これらの当時に作られた道や、町の形は、現在も残っています。大正時代から昭和初期にかけて、一大歓楽街「中村遊郭」として栄えましたが、現在では、歴史的な建築物は年々取り壊され姿を変えつつあるなかで、大門を象徴する商店街のアーチや個性豊かな商店・飲食店が下町らしさや人情味を醸し出しています。

**問合せ** 区役所企画経理課 TEL 433-2743 FAX 433-2085

**いきいき支援センター**

北部 ☎ 486-2133 ☎ 486-2140  
 北部分室 ☎ 412-3030 ☎ 412-3110  
 南部 ☎ 483-6866 ☎ 483-6867

**認知症の人を介護する家族支援事業 (要事前予約)**

◆ 家族サロン  
 介護者同士が集まり、息抜きしましょう。交流と情報交換の場です。  
**日時** 【北部】8月20日(水) 午後1:30~3:30  
 【南部】8月22日(金) 午前10:00~11:30  
 午後2:00~3:30  
 ☆時間変更の可能性あり  
**対象** 認知症高齢者を介護している家族・認知症介護の経験者

◆ 家族教室  
 「介護の体験を聴こう」  
**日時** 【北部】8月27日(水) 午後1:30~3:30  
 【南部】8月19日(火) 午後1:30~3:30  
**対象** 認知症高齢者を介護している家族

◆ 医師(もの忘れ相談医)による専門相談  
 認知症の早期発見や早期治療、認知症の症状や治療について相談をお受けします。  
**日時** 【北部】8月21日(木) 午後2:00~3:30  
 【南部】8月28日(木) 午後2:00~3:30  
**対象** 区内在住の認知症高齢者を介護している家族、各日3組

◆ 認知症サポーター養成講座  
 認知症について正しい知識・対処法などを学びます。受講後はオレンジリングを差し上げます。  
**日時** 【南部】8月26日(火) 午後1:30~3:00  
**対象** 認知症に関心のある方

**名楽福祉会館**

〒453-0024 名楽町4-7-18  
 ☎ 481-8588 ☎ 461-5667

各催しの申し込みには福祉会館利用証が必要

**名楽福祉会館健康相談**

健康に関する疑問や悩み、不安など小さなことでもお気軽にご相談ください。  
**日時** ①8月21日(木) 午後2:00~3:00  
 ②9月4日(木) 午後2:00~3:00  
**対象** 市内在住の60歳以上の方、各回5人  
**申込** ①8月19日(火) ②9月2日(火) までに窓口または電話で先着順

**認知症予防リーダー養成講座**

コグニサイズ、回想法など、認知症予防に関する知識を学び、地域で活かしてみたい方を養成募集します。  
**日程** 10月~11月の金曜日午前 ☆全9回  
**対象** 市内在住の60歳以上の方、5人  
**費用** 無料 ☆交通費は実費負担  
**申込** 8月12日(火)~9月1日(月)に窓口または電話で先着順

**令和7年度下半期 認知症予防教室参加者募集**

体操、音楽、手先を動かし、楽しく元気にフレイル予防!  
**日時** 10月~令和8年3月まで  
 火曜日クラス 午前9:30~11:30  
 水曜日クラス 午前9:30~11:30  
 木曜日クラス 午前9:30~11:30  
**対象** 市内在住の65歳以上の方、1クラス12人  
**費用** 無料(別途、材料費必要)  
**申込** 8月12日(火)~9月1日(月)で、備付けの申込み用紙に記載し窓口へ提出。定員超過の場合は抽選  
 ☆申し込み多数の場合は新規の方を優先  
 ☆他区の認知症予防講座との重複申し込み不可  
 ☆9月10日(水)に館内にて結果を掲示。当選後受講手続きが必要

**図書館**

〒453-0053 中村町字茶ノ木25 ☎ 411-3651 ☎ 411-3645

**おはなし会 絵本や紙芝居の読み聞かせ**

内容	日程	曜日	時間
赤ちゃんからのおはなし会	8/14	木	午前11:00~11:20
	8/21		午前11:25~11:45
	8/28		☆同じ内容を1日2回実施
幼児・小学校低学年向け	8/23	土	午後2:00~2:20
	8/21	木	午後4:00~4:20

**ストーリーテリングで“おはなし”を**

**日時** 8月16日(土) 午後2:00~2:30  
**対象** 5歳以上の方

**本の帯コンクール (令和6年度) 優秀作品巡回展示**

**日時** 8月23日(土)~31日(日) 開館時間中  
**場所** 2階廊下

**出張図書室 in アクテノン**

本の貸出・返却などができます。ぜひ、ご来場ください。  
**日時** 8月27日(水) 午前11:00~午後0:15  
**場所** 演劇練習館(アクテノン)

**工作教室 つくってあそぼう**

**日時** 8月28日(木) 午後3:45~4:15  
**対象** 幼児~小学校低学年

**奈良へGo! ~修学旅行を楽しむ直前講座~**

**日時** 8月30日(土) 午前10:30~11:30  
**対象** 小学6年生、10人 ☆大人の参加も可  
**講師** NPO法人奈良まほろばソムリエの会・ソムリエ認定者  
**申込** 8月11日(月・祝) 午前9:30から窓口または電話で先着順

**生涯学習センター**

〒453-0044 鳥居通3-1-3  
 ☎ 471-8121 ☎ 471-8122

**行政書士による無料相談会**

**日時** 8月19日(火) 午後1:00~4:00  
**問合せ** 愛知県行政書士会名古屋支部 相談受付ダイヤル TEL 990-2580

**子育て・ほっと・ひろば**

交流・仲間づくり・子育て・孫育てについての相談ができます。  
**日時** 8月20日(水) 午前10:00~正午  
**対象** 乳幼児とその保護者

**初心者・初級者のためのパソコン相談会**

パソコンの起動・終了方法からワードやエクセルの操作方法に関する簡単な質問にお答えします。☆ノートパソコン持ち込み可。インターネットへの接続やUSBメモリ等の使用はできません  
**日時** 8月20日(水) ①午後1:30~2:20 ②午後2:30~3:20  
**対象** パソコン初心者・初級者、各回6人  
**申込** 各回とも当日午後1:15までに窓口で受け付け。定員超過の場合は応相談

**自動車図書館**

☎ 821-3364 ☎ 821-3364

場所	日程	時間
中村住宅	9/4(木)	午前10:00~11:00
中村休日診療所		午後1:50~2:40
塩池公園		午後3:05~4:00

**かわいい!豆本づくり**

**日時** 9月7日(日) ①午前10:30~11:30 ②午後2:00~3:00  
**対象** 小学生以上の方、各回10人 ☆小学校低学年は保護者同伴  
**費用** 100円  
**申込** 8月11日(月・祝) 午前9:30から窓口または電話で先着順

**朗読カフェ in 中村公園記念館 (共催:中村公園事務所)**

ちょっと怖い朗読を聞きながら、ゆったりと飲み物を楽しみます。  
**日時** 9月12日(金) 午後6:00~7:30  
**場所** 中村公園記念館  
**対象** 一般、20人  
**費用** 500円  
**講師** 読み聞かせボランティア 木下 勝己さん 富田図書館員  
**申込** 8月16日(土) 午前9:30から窓口または電話で先着順



**中村公園記念館で人形劇を楽しもう!**

中村公園記念館で、人形劇をおこないます。内容は「さんまいのおふだ」です。  
**日時** 9月27日(土) 午前11:00~11:30  
**場所** 中村公園記念館  
**対象** 幼児・小学生とその保護者、24人  
**申込** 8月30日(土) 午前9:30からウェブサイト▶または電話で先着順

**伍月会シリーズ② ゆびあみでシュシュをつくりましょう!**

ゆびあみの細編み技法でヘアゴムに毛糸を巻き付け、シュシュを作ります。  
**日時** 9月29日(月) 午前10:30~11:30  
**対象** 一般、12人  
**申込** 8月30日(土) 午前9:30から窓口または電話で先着順

**スポーツセンター**

〒453-0053 中村町字待屋43-1  
 ☎ 413-8021 ☎ 413-8023

**レッスнтаイム**

レッスнтаイム	日程	曜日	時間	定員	費用
みんなでDanceMix	8/25	月	午後6:30~7:30	30人	300円
			午後7:45~8:45		
エアロビクススタンダードの部	8/13	水	午前9:30~10:30	35人	
			8/20		
エアロビクスストレッチの部	8/27	水	午前10:45~11:45	40人	
			9/3		
	9/10				

**対象** 中学生以上の方  
**申込** 開始30分前から先着順  
 ☆状況により開始30分前より早く申し込みを終了する場合あり。  
 ☆都合の良い時だけ参加可 ☆傷害補償制度あり

**【ブラッシュアップ講座!(文化教室)】親子木工講座 大工さんの世界を体験**

**日時** 8月25日(月) 午前10:00~正午  
**場所** アリーナ会議室  
**対象** 4歳以上~小学生とその保護者、20人  
**費用** 500円(別途材料費1,000円)  
**持物** エプロンまたは汚れてもいい服装、作品を持って帰る袋または箱  
**申込** 8月1日(金)より窓口・電話・ファクスにて先着順  
 ☆きょうだいで1個ずつ作りたいた方はそれぞれ申し込み下さい(保護者1名で複数お子様と参加可)

# くらしのお知らせ

場所の記載がないものは、各施設で行います。  
 費用の記載がないものは、無料です。  
 申し込み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。

## 区からのお知らせ

### 「こどもの人権相談」強化週間

いじめ、虐待のほか、学校生活、家庭の問題などこどもの人権に関わる悩みごと、心配ごとなどの相談に応じます。

**相談専用電話（こどもの人権110番）**  
**フリーダイヤル 0120-007-110**

8月27日（水）～9月2日（火）  
 午前8:30～午後7:00  
 ☆この期間は平日の受け付け時間を延長  
 ☆土曜日・日曜日午前10:00～午後5:00で受け付け

LINEからの相談も LINEの友達登録はこちら▶  
**問合** 名古屋法務局人権擁護部  
 TEL 952-8111（内線1471）

### 名古屋市高齢者はつつ長寿推進事業「チャレンジクラブ」参加者募集

レクリエーション、健康体操など多様なプログラムを通して、介護予防や仲間作りを図り、住み慣れた地域でいきいきと暮らすことを支援します。

曜日	会場（午前10:00～正午）	会場（午後1:30～3:30）
月	中村区在宅サービスセンター	牧野コミュニティセンター
火	亀島ふれあいセンター	日比津コミュニティセンター
水	六反コミュニティセンター	
木	日吉コミュニティセンター	稲西コミュニティセンター
金		岩塚コミュニティセンター

**期間** 10月～令和8年3月  
**対象** 市内在住の65歳以上の方  
**定員** 各会場20人程度  
**費用** 無料（別途、月200円程度の材料費が必要）  
**申込** 9月1日（月）必着。はがき・窓口・電話で①住所②氏名（ふりがな）③生年月日（年齢）④電話番号⑤希望会場（1人1会場）を伝えて申し込み。定員超過の場合は抽選  
 ☆初めての方優先  
 ☆抽選結果は郵送  
**問合** 中村区社会福祉協議会  
 （〒453-0024 名楽町4-7-18）  
 TEL 486-2131 FAX 483-3410



### 熱中症に気をつけましょう

熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、個人の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも注意しましょう。

#### こまめに水分補給をしましょう

・喉が渇いたときは、すでに熱中症となっている可能性があります  
 ・水分は喉が渇いていなくてもこまめに摂りましょう



**問合** 中村消防署 TEL 481-0119 FAX 483-0119

### 台風や大雨に備えましょう

台風や大雨のときには、洪水や内水氾濫が発生することがあります。自宅周辺にどんな危険があるかをハザードマップで確認しておきましょう。また、浸水被害を防ぐためにも、雨水がきちんと流れ出るように、「雨水ます」に落ち葉やゴミが詰まっている場合は清掃していただくようご協力をお願いします。

**問合** 上下水道局北部営業センター  
 TEL 419-5666 FAX 419-5775

### 道化師と一緒にパントマイムでコミュニケーション

言葉をつかわない、身ぶり・手ぶりですべてを伝えるパントマイムの道化師ふたりと一緒に、まったく新しいコミュニケーションを体験してみましょう。

**日時** 8月31日（日）午前10:00～11:45  
**対象** 小学3年生～中学生、20人  
**問合** 演劇練習館アクテノン（稲葉地町1-47）  
 TEL 413-6631 FAX 413-6632

## その他のお知らせ

### 【なごや環境大学講座】レイチェル・カーソンの思いを繋ぐ

**内容** 名古屋のプラスチック対策  
**日時** 8月23日（土）午後1:30～3:30  
**場所** 名古屋国際センター（那古野1-47-1）  
**対象** 中学生以上、15人 **費用** 500円  
**申込** 参加日、参加者氏名、連絡先を記入し、メールまたはファクスで申し込み  
**問合** レイチェル・カーソン日本協会東海フォーラム（担当：加藤・伊藤）  
 TEL 090-5112-8072 FAX 0594-84-7347  
 ✉ akirakato3@gmail.com

## 施設からのお知らせ

### なごホーム（児童館）

〒453-0809 上米野町3-7  
 ☎451-5162 ☎451-5163

リニューアル改修にかかる一時移転が終了し7月9日（水）から元の場所で運営を再開しています。  
**【元の場所】** 中村区上米野町3丁目7番地

### たこにゃんまつり

**日時** 8月27日（水）午前10:00～午後0:30  
**対象** 乳幼児とその保護者・小中高生  
**定員** 児童先着200人には、特典チケット付きスタンプラリーをお渡しいたします  
**持物** くつ袋、必要あれば飲み物  
 ☆201人以降はゲームのみ参加可  
 ☆参加人数が多い場合は、入場制限を設ける場合があります  
 ☆食物アレルギーは対応いたしかねます

### 親子でバランスボールエクササイズ

**日時** 9月2日（火）午前10:30～11:30  
**対象** 1～2歳児とその保護者、12組  
**申込** 8月19日（火）～26日（火）は電子申請（市版⑧面参照）で申し込み。定員に満たない場合は8月27日（水）午前10:30から電話、窓口で申し込み可

### 移動児童館 in 六反コミュニティセンター

**内容** ピラティス  
**日時** 9月3日（水）①午前10:10～10:50  
 ②午前11:00～11:40  
**対象** 乳幼児とその保護者、各6組  
**申込** 8月20日（水）～27日（水）は電子申請（市版⑧面参照）で申し込み。定員に満たない場合は8月28日（木）午前10:30から電話、窓口で申し込み可

### Teen's 魅せダンス～ジャズヒップホップダンス～

**日時** 9月7日（日）①午後1:45～2:45  
 ②午後3:00～4:00  
**対象** ①小学生、10人②中学生・高校生、10人  
**申込** 8月24日（日）～31日（日）は電子申請（市版⑧面参照）で申し込み。定員に満たない場合は9月1日（月）午前10:30から電話、窓口で申し込み可

### PICK UP! 中村区民書道展・美術展 作品募集

**【書道展】**  
**日時** 10月4日（土）  
 午前10:00～午後4:00  
 10月5日（日）  
 午前10:00～午後3:30  
**出品規定** 額装・条幅・小品など、書に関する未発表のもの  
**締切** 9月22日（月）必着

**【美術展】**  
**日時** 10月17日（金）、18日（土）  
 午前10:00～午後4:00  
 10月19日（日）  
 午前10:00～午後3:30  
**出品規定** 日本画・洋画（ともに50号まで）、彫刻・工芸・版画・デザイン、写真（A4以上ワイド4ツ切以内）で未発表のもの  
**締切** 10月3日（金）必着

**場所** 区役所5階講堂  
**対象** 区内在住・在勤・在学の方（中学生以下の方は除く）  
**申込** 区役所・生涯学習センター・図書館・文化小劇場で配布する出品申込書に記入して、窓口・郵送・ファクスで申し込み  
 ☆申込書は区ウェブサイトからもダウンロード可  
**問合** 区役所地域力推進課 TEL433-2746 FAX 433-2086



区ウェブサイトはこちら▶

### PICK UP! 九の市シネマ「あまろっく」

日本語字幕付きで、耳の不自由な方も、そうでない方も一緒に楽しめるワンコイン映画上映会です。  
**日時** 9月9日（火）  
 ①午前10:30から ☆午前10:00開場  
 ②午後2:00から ☆午後1:30開場  
**対象** 一般、各回350人 ☆先着順  
**場所** 中村文化小劇場  
**費用** 500円 ☆友の会会員・前回割引 障害者（同伴者含む）割引：450円  
**問合** 中村文化小劇場 TEL 411-4565 FAX 411-3253



©2024映画「あまろっく」製作委員会

### PICK UP! 【NESPA主催事業】ヤクルト健康教室 おなかの健康と乳酸菌&骨強度測定会

**日時** 9月22日（月）午前10:00～11:30  
**対象** 一般、20人  
**問合** 中村生涯学習センター（〒453-0044 鳥居通3-1-3）  
 TEL 471-8121 FAX 471-8122  
**申込** 往復はがきまたは電子申請（市版⑧面参照）で申し込み。8月19日（火）必着。定員超過の場合は抽選

# 保健センターだより

松原町1-23-1 中村区役所等複合庁舎2・3階  
 TEL: 433-3005 FAX: 483-1131  
 場所の記載のないものは保健センターで行います。  
 お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

中村区休日急病診療所 TEL: 471-8311  
 救急医療情報センター TEL: 263-1133  
 名古屋北歯科保健医療センター TEL: 915-8844

申込・問合せ **保健感染** 保健感染担当 TEL 433-3093 **健康づくり** 精神保健・健康づくり担当 TEL 433-3092 **保健看護** 保健看護担当 TEL 433-3094 **※予約は予約制**

### 乳幼児健康診査

健診名	健診日	対象児の生年月日	受付時間など
3(4)カ月児	8/19(火)	令和7.4.13~4.26生	第一子は 午前8:50~9:10 第二子以降は 午前8:50~9:20
	9/9(火)	令和7.4.27~5.11生	
1歳6カ月児	8/27(水)	令和6.1.12~1.24生	午後1:00~2:00
	9/3(水)	令和6.1.25~2.6生	持物: 歯ブラシ タオル
3歳児	8/21(木)	令和4.7.25~8.8生	

☆母子健康手帳を忘れずにお持ちください  
 ☆1歳6カ月児健診・3歳児健診時に希望者にフッ化物塗布を実施します(費用720円。生活保護世帯減免あり。生活保護受給証明書をお持ちください)  
 ☆個別通知の届かない方は、保健感染症担当までお問い合わせください

### なつやすみ親子フッキング

**対象** 区内在住の年長~小学3年生とその保護者  
**内容** 簡単な調理実習、講話  
**日時** 8月26日(火) 午前10:00~午後0:30  
**受付** 午前9:45~10:00  
**持物** エプロン、三角巾、手ふきタオル、食器用ふきん、筆記用具  
**申込** ウェブサイト▶で8月13日(水) 午前10:00から先着順

### 食育講習会 ~豆腐について学ぼう~

**内容** 豆腐づくり体験、食事の話、試食、推定野菜摂取量測定など  
**日時** 9月2日(火) 午後1:45~3:40 (予定)  
**受付** 午後1:15~1:45  
**対象** 区内在住の20歳以上の方、24人  
**申込** 電話で8月13日(水) 午前9:00から先着順

親と子の教室・相談	開催日時	内容・対象など
子どもの歯の健康教室	8月21日(木) 午前9:30~10:30	内容 歯科健診、歯みがき指導、栄養相談 ☆希望者にフッ化物塗布(費用720円。生活保護世帯減免あり。生活保護受給証明書をお持ちください) 対象 就学前の乳幼児とその保護者 持物 母子健康手帳、歯ブラシ、タオル 申込 ウェブサイト▶で8月20日(水)まで予約受け付け
はじめての歯みがき教室	8月25日(月) 午前10:15~11:30 受付:午前10:00~10:15	内容 むし歯予防や歯みがきの話、むし歯菌チェック、栄養の話 対象 令和6年8月~11月生まれの乳児とその保護者 申込 ウェブサイト▶で8月18日(月)午前9:00から先着順
母乳相談	8月26日(火) 午後1:10から	内容 助産師による相談 申込 8月25日(月)まで予約受け付け
モグモグ相談	8月28日(木) 午後1:00~2:00	内容 離乳食に関してお困りの方の個別相談 持物 母子健康手帳 申込 ウェブサイト▶で8月25日(月)まで予約受け付け
子どものアレルギーとぜん息相談	8月28日(木) 午後2:00~3:00	内容 専門医による診察・相談と個別指導(保健・栄養の相談) 対象 15歳未満の方(主に乳幼児)とその保護者、6組 申込 8月25日(月)まで予約受け付け
離乳食教室	8月29日(金) 午前10:15~11:30 受付:午前10:00~10:15	内容 離乳中期(2回食)の話、赤ちゃんの口や歯の話、試食(乳児のみ) 対象 令和6年12月~令和7年1月生まれの乳児とその保護者 持物 母子健康手帳、筆記用具、乳児用エプロンとスプーン 申込 ウェブサイト▶で8月13日(水)午前9:00から先着順
ニューファミリーセミナー(妊娠中のママ・パパ教室) ☆2日間コース	1日目:9月1日(月) 午後1:15~3:30 2日目:9月8日(月) 午後1:15~3:30 受付:午後1:00~1:15	内容 1日目:助産師による妊娠・出産の話など 2日目:妊娠期の食事の話、歯の話、食品衛生の話など 対象 妊娠中の方とその配偶者 申込 ウェブサイト▶で8月25日(月)午前10:00から先着順
スマイリーママ~産後のリフレッシュ教室~ ☆2日間コース	1日目:9月4日(木) 午前10:00~11:30 2日目:9月8日(月) 午前10:00~11:30 受付:午前9:45~10:00	内容 1日目:理学療法士による産後の体の変化・正しい体の使い方、親子体操 2日目:交流会・親子遊び 対象 首がすわった頃~8カ月までの乳児とその保護者 持物 抱っこひも、フェイスタオル、水分補給ができるもの 申込 8月21日(木)午前9:00から先着順
ニューファミリーセミナー クッキング(妊娠中のママ・パパ教室)	9月12日(金) 午前9:45~正午 受付:午前9:30~9:45	内容 簡単朝食クッキング・離乳食作りのヒント(調理実習) 対象 妊娠中の方とその配偶者 持物 母子健康手帳、エプロン、三角巾、手ふきタオル、食器用ふきん、筆記用具 申込 ウェブサイト▶で9月8日(月)まで予約受け付け

### えいよー!バランス教室

**内容** 元気を保つ食生活のポイント、簡単!美味しい!料理のコツ(講話と調理実習、試食)  
**日時** 9月5日(金) 午前10:00~正午  
**受付** 午前9:45~10:00  
**対象** 区内在住の65歳以上の方  
**持物** エプロン、三角巾、ハンドタオル、食器ふき、筆記用具、水分補給ができるもの、健康手帳(お持ちの方)、マスク  
**申込** 電話で8月14日(木) 午前9:00から先着順

### 乳がん検診

**内容** 問診、マンモグラフィ検査(乳房X線検査)  
**日時** 9月19日(金) 午後  
**対象** 本年度40歳以上になる市内在住の女性  
 ☆令和6年度に乳がん検診を受けていない方(無料クーポン対象の方は除く)  
**費用** 500円 ☆減免制度あり  
**申込** 8月29日(金)までに、ウェブサイト▶か電話(集団健診予約受付センター:211-8655)で申し込み。先着順

### 子どもの定期予防接種

- ロタウイルス ● 小児肺炎球菌
- B型肝炎
- ジフテリア・百日せき・破傷風・不活化ポリオ・ヒブ(5種混合ワクチン) ● BCG
- 麻しん・風しん(MRワクチン)
- 水痘 ● 日本脳炎
- ジフテリア・破傷風(2種混合ワクチン)

☆予防接種についてのお尋ねは、ウェブサイト▶をご覧くださいか、予防接種電話相談窓口(972-3969)までお問い合わせください

心と体の教室・相談	開催日時	内容・対象など
HIV検査・梅毒検査	ウェブサイト▶でご確認ください	無料。ウェブサイト▶で申し込み。陰性結果は、1時間程度で書面にてお知らせ(判定保留の場合は1週間後)詳しくは、ウェブサイト▶をご確認ください
こころの健康相談	毎週木曜日(休日を除く) 午後3:00から	内容 心の悩みなどの個別相談に専門医が応じます(第3木曜日は「うつ病家族相談日」を開設)