



広報なごや瑞穂区版

広報

みずほっぺ

5月号

瑞穂区マスコット
キャラクター
みずほっぺ



編集 瑞穂区役所 〒467-8531 瑞穂通3-32 (代)841-1521 FAX 852-9306 HP <https://www.city.nagoya.jp/mizuho/>

☑ なごやハザードマップ 防災ガイドブックを確認しましょう

近年、集中豪雨や大型台風による被害が各地で発生しています。被害を最小限にするために、「なごやハザードマップ防災ガイドブック」で、自宅周辺の災害リスク（浸水深など）や避難場所、マイ・タイムラインの作成方法、防災情報の入手方法などを確認して日ごろから備えておきましょう。



なごやハザードマップ
防災ガイドブック



マイ・タイムライン

なごや
ハザードマップ
防災ガイドブックの
二次元コードは
こちら



風水害に 備えて

☑ 名古屋市防災アプリ

アプリを用いてハザードマップの確認ができます。また、災害リスクや避難場所を確認しながら、マイ・タイムラインを作成することができます。もしもの時のために、今すぐダウンロード！



名古屋市防災アプリ
のお知らせはこちら

アプリ
アイコン



アプリ画面

☑ 備蓄品・非常持出品を準備しましょう

大災害が発生すると、物流が止まり、支援物資が届くまでに日数がかかる場合があります。そのため、**7日分程度**、家族の人数も考慮して食料や飲料水、日用品（例：携帯トイレ、常備薬）などを備蓄しましょう。うち**3日分程度**を「**非常持出品**」としてリュックサックなどに詰めておき、いつでもすぐ持ち出せるよう準備しましょう。

いつも食べているものを少し多く買って古いものから消費し、その分を買い足して備える「**ローリングストック**」をすると、食品を無駄にすることなく、効率よく備えることができます。



ローリングストック

☑ マイ・タイムラインを作成しましょう

災害が迫った時、命を守るために、「いつ」「誰が」「どのように行動するのか」を時間の流れに沿って考えておくものです。あらかじめ整理しておくことで、いざという時にあわてずに避難するのに役立ちます。ご家庭や町内会の集まりなどでマイ・タイムラインを作成しながら、避難行動について考えましょう。

令和7年度 瑞穂区総合水防訓練



日時 5/25(日) 午前8:30～

場所 中根小学校(井の元町50)

内容 台風や集中豪雨による水害に備え、地域の皆さまと区役所・警察署・消防署・消防団・土木事務所などの防災関係機関が協力して水防訓練を実施します。

※当日午前8:30ごろおよび9:00ごろに避難情報の発令を想定した音声及びサイレンが鳴ります。ご理解とご協力をお願いします。

問合せ 区役所総務課
☎852-9214 FAX 851-3317



第24回 瑞穂のさくら写真展

日時 5/22(木)～25(日) 午前9:30～午後5:00
(25日は午後3:00まで、入場は30分前まで)

内容 瑞穂区の「区の木」、「区の花」であるサクラを題材とした『瑞穂のさくら写真展』は、今年24回目を迎えます。サクラとともにある、瑞穂区の魅力あふれる写真をぜひご覧ください。

場所 瑞穂区役所講堂(2階)

主催 瑞穂区役所、山崎川さくら塾実行委員会

協賛 瑞穂区商店街連合会、瑞穂区内郵便局、矢作地所株式会社

問合せ 区役所地域力推進課 ☎852-9303 FAX 852-9306



普段の散歩 + 地域の防犯

参加
無料

瑞穂区ジョギングパトロール 隊員募集中!!

普段の外出の機会に、
地域のパトロールをしませんか?



例えば

- 朝夕のジョギング
- ペットの散歩
- 買い物までの道中
- お子さん・お孫さんの送り迎え

あなたのパトロール活動が、地域の安心・安全を作ります

現在活動中の方へ

- 令和6年度より新たに帽子をお渡ししています。以前に隊員登録をいただいた方にもお渡しします。
- ビブスが古くなった場合は、新しいビブスをお渡しします。

参加対象

瑞穂区在住・
在勤・在学の
高校生以上の方

参加方法

- 1 地域力推進課へ参加申込書を提出
- 2 パトロールグッズを受け取る
反射材付きビブス・缶バッジ・帽子をお渡しします!
- 3 活動開始

期間・時間は問いません。普段のウォーキングやジョギングの際にグッズを身に付けて地域のパトロールをお願いします。詳しくは区ウェブサイトをご覧ください。区ウェブサイトはこちら



申込・問合せ 区役所地域力推進課 ☎852-9307 FAX 852-9306

説明の
お願い

日 日 時 場 場所(記載のないものは各公所)
対 象 席 定 員 料 金(記載のないものは無料)
内 容 受 申し込み方法 申込 申し込み先
問 合 問い合わせ先 ☎ 電話番号 FAX ファクス番号

連
絡
先

瑞穂環境事業所 ☎882-5300 上下水道局南部営業センター ☎899-5155
瑞穂土木事務所 ☎831-6161 瑞穂区社会福祉協議会 ☎841-4063
瑞穂消防署 ☎852-0119 瑞穂警察署 ☎842-0110
上下水道局「お客さま受付センター名水ダイヤル」☎884-5959

●公共交通機関の利用にご協力ください。●ここに掲載のないイベントを実施している施設もあります。詳しくはウェブサイトやチラシなどをご覧ください。施設にお問い合わせください。



第26回赤ちゃん広場in瑞穂2025

区役所民生子ども課 ☎852-9392 FAX852-9375

みんなで一緒に楽しく遊ぼう！

区内の全ての保育園で構成する瑞穂区保育協会の主催により、今年も赤ちゃん広場が開催されます。保育園の先生や子育てグループのスタッフがお待ちしています。育児相談もできます。



回5/31(土)10:00～12:00 場瑞穂区役所講堂とさくらルーム(2階)
入0～2歳を中心とした未就学児と保護者



子育てサロン「さくらひろば」

区役所民生子ども課 ☎852-9392 FAX852-9375

回6/12(木)10:00～11:30 場区役所さくらルーム(2階)
入区内在住の幼稚園や保育園に在園していない3歳未満の子と保護者
席20組程度(定員を超えた場合は抽選)
▶お子さんと楽しめる交流の場。育児相談もできます。
受5/12(月)～5/31(土)に☎または電子申請(8面参照)で申し込み。
☎の場合は8:45～17:15(土・日曜日、祝日を除く)。



なごホーム(瑞穂児童館)

☎852-2229 FAX841-1348 住所:萩山町1-22



▼産後ママ向け「バランスボールエクササイズ」
回5/30(金)10:00～11:00 入0歳児と保護者
席12組(先着順)
▶バランスボールを使って親子で一緒に心と身体を整えましょう！
受5/15(木)10:00～窓口、10:30～☎で申し込み
●講師/田口 清美さん(体力メンテナンス協会)

▼離乳食の進め方とママの健康教室

回6/19(木)10:00～11:30 入生後2か月～1歳未満児と保護者
席15組(先着順)
▶名古屋ヤクルト管理栄養士による、離乳食のお悩み解決とママの骨密度やヘモグロビン測定を実施します。
受6/5(木)10:00～窓口、10:30～☎で申し込み

▼みずほこルーム(お引越しの会)

回6/20(金)10:30～11:30
入瑞穂区に転入し2年以内の未就園児と保護者 席15組(先着順)
▶お友達づくりのきっかけに♪瑞穂区内の子育て情報がたっぷり！
受6/6(金)10:00～窓口、10:30～☎で申し込み



瑞穂図書館

☎853-0450 FAX853-0451 住所:豊岡通3-29

▼聞いて楽しむ世界のおはなし
回5/17(土)11:00～11:30
入5歳～

▼英語でおはなし会
回5/21(水)11:00～11:30
入乳幼児～

▼認知症カフェ in 瑞穂図書館

回5/21(水)14:00～15:30
▶認知症の方も、そうでない方も、どなたでもご参加いただけます。気軽におしゃべりをお楽しみください。コーヒー(有料)の提供もあります。

▼瑞穂図書館おやこ寄席

回6/7(土)10:00～10:45
入小学生～(保護者同伴可)
席40人(先着順)
受5/24(土)9:30～窓口、☎で申し込み



瑞穂文化小劇場

☎852-7001 FAX852-7002 住所:豊岡通3-29



▼瑞穂文化小劇場10周年記念公演
「黄金色(こがねいろ)の向こうに～未来(あした)のための祭り」
回7/25(金)19:00開演(18:30開場)、7/26(土)16:00開演(15:30開場)、
7/27(日)14:00開演(13:30開場)
席各328人(先着順)
¥一般4,000円、瑞穂区民割・障害者割3,600円、高校生以下2,500円
※チケットの事前予約が必要。前売で完売した場合、当日券なし。
▶和太鼓やマリンバ、ピアノの生演奏に乗せて、ダンサーたちが織りなすコンテンポラリーダンス公演
受5/28(水)9:00～瑞穂文化小劇場をはじめとする名古屋市文化振興事業団管理施設の窓口などでチケット販売



緑のカーテン栽培講座

南区公害対策課(瑞穂区担当) ☎823-9422

回5/22(木)14:00～15:30 場瑞穂区役所501・502会議室(5階)
入市内在住の方 席25人(先着順)
▶ゴーヤをカーテン状に育てる栽培方法、土の作り方など初心者でもわかりやすい講座です。参加者にはゴーヤの苗をプレゼント。
受5/13(火)10:00～☎で申し込み



ゴキブリ防除講習会

千種保健センター環境業務課 住居衛生・業務担当 ☎753-1973

回5/28(水)14:00～15:00 場瑞穂保健センター集団指導室(3階)
席15人(先着順)
▶ゴキブリの生態や習性などを知って効果的な防除をしましょう。
受5/12(月)9:00～☎で申し込み



せん定枝・落葉・刈草を収集します(事前申込制)

瑞穂環境事業所 ☎882-5300 FAX882-5305

草木類を収集し、資源化します。ぜひお申し込みください。
●出し方/せん定枝:2m以下に切り、ひもで束ねる。
(太さ10cmを超える場合は1m)
刈草、落葉類:土を落とし、資源用指定袋につめる。
●収集日/6/15(日)
●申し込み期間/5/15(木)～6/9(月) ウェブサイト▶
●申し込み方法/市ウェブサイトまたは☎、FAX、
メール(☐a8825300@kankyokyoku.city.nagoya.lg.jp)で申し込み



フードドライブを実施します！

詳細は二次元コードをご覧ください▶



回6/1(日)9:00～12:00
場瑞穂区役所1階エレベーターホール



5月は放置自転車追放月間です

瑞穂土木事務所 ☎831-6161 FAX831-8710

自転車等放置禁止区域に放置された自転車・原動機付自転車は、即時撤去の対象となります。

放置場所	保管場所
自転車等放置禁止区域(5駅) 桜山・瑞穂区役所・瑞穂運動場西・ 瑞穂運動場東・総合リハビリセンター 瑞穂区内の放置禁止区域以外	中根保管場所 ☎834-9697 (瑞穂区関取町166)
自転車等放置禁止区域(3駅) 堀田・新瑞橋・妙音通	神宮保管場所 ☎682-4025 (熱田区神宮四丁目2-17)

※引き取りは月～土曜日14:00～19:00(祝休日、
12/29(月)～1/3(土)を除く)。手数料が必要です。
※撤去日から1か月過ぎても引き取りのない場合は処分します。
視覚障害者の歩行の妨げとなるため、視覚障害者誘導ブロックの上に自転車を置かないでください。



スプレー缶の火災に注意

瑞穂消防署 ☎852-0119 FAX852-6223

殺虫剤、ヘアースプレーやカセット式ガスボンベなどのスプレー缶は適切に処理していますか？使用中のガスこんろの近くで、スプレー缶のガス抜きは大変危険です。
廃棄するスプレー缶は穴あけはせず風通しの良い屋外で使い切りましょう。



各種相談

☎・FAX各記事を参照

▼内職相談

回5/16・23・30、6/6(各金)
各10:00～12:00、各13:00～15:00
場区役所相談室(2階) 入市内在住
問合区役所民生子ども課
(☎852-9382・FAX852-9375)

▼行政相談

回5/23(金)14:00～15:30
場区役所会議室(5階)
問合区役所地域力推進課
(☎852-9304・FAX852-9306)

▼法律相談

回5/23、6/13(各金)
各13:00～16:00
場区役所会議室(5階)
入市内在住・在勤・在学
席各16人(先着順)
※1人20分以内
受各開催日の1週間前から名古屋
市公式ウェブサイトまたは☎で
申し込み
申込・問合名古屋おしえてダイヤル
(☎953-7584)



みずほくらしの情報



6/1(日)は「人権擁護委員の日」

名古屋法務局人権擁護部第一課 ☎952-8111



人権擁護委員はあなたの街の相談パートナー

人権に関わることでお困りのときは、お気軽にご相談ください。人権擁護委員、法務局職員が相談に応じます。相談は無料です。

全国共通人権相談ダイヤル(取扱時間…平日 8:30～17:15)

- ・みんなの人権110番…☎0570-003-110
- ・こどもの人権110番…☎0120-007-110(フリーダイヤル)
- ・女性の人権ホットライン…☎0570-070-810

インターネット人権相談…<https://www.jinken.go.jp/>

S N S (LINE)による人権相談…アカウント名「法務局LINEじんけん相談」
検索 I D @linejinkensoudan

秘密
厳守



パロマ瑞穂スポーツパーク

☎・FAX 各記事を参照



▼レクリエーション広場、北陸上競技場休止のお知らせ

■レクリエーション広場休止期間：7/10(木)～2/28(土)

■北陸上競技場休止期間：9/8(月)～3/31(火)

問合パロマ瑞穂スポーツパーク管理棟(☎836-8200・FAX836-8206)

▼瑞穂公園 綿花(コットン)栽培プロジェクト【種まきイベント】

回5/17(土)～21(水)①10:00～10:30②11:00～11:30③14:00～14:30

場瑞穂公園 入一般(18歳以上)

席30人(先着順)

▶綿花(コットン)のオーガニック栽培を始めます。和綿と洋綿の違いや、2種類を上手に育てるためのコツを学び、種まきをしましょう。
受5/11(日) 9:00～5/16(金)に☎またはメールで「参加者氏名・年齢」「希望日・参加時間」「電話番号」をお伝えください。

申込・問合地域連携室(☎836-8200・FAX836-8206・linkage@mizuho-loop.jp)

▼「ノルディックウォーク教室」参加者募集

回6/4(水)10:00～11:30※予備日6/11(水)

場パロマ瑞穂アリーナ(田辺通3-4)

入一般(18歳以上) 席15人(先着順) ¥800円(ポール代含む)

▶2本のポールを使い上肢を動かしながら歩くことで、シェイプアップ、健康増進、生活習慣病の予防などが期待できます。
受5/11(日) 9:00～6/3(火)にパロマ瑞穂スポーツパークホームページから申し込み

申込・問合パロマ瑞穂アリーナ(☎836-8228・FAX836-8221)



名古屋市体育館

☎872-6655 FAX872-6657 住所:熱田区六野 2-5-3



講習名	開催日時(回数)	対象	定員	費用
ノルディックウォーキング体験会	5/14・21・28、6/4(各水)10:00～11:15(4回)	中学生を除く15歳以上	各10人	各300円
ラウンドフィットネス	火～金 10:00～21:00(1回1時間)		各1回8人	各1回300円
プロジェクションワークアウト	日・月10:00～18:00 火～金10:00～21:00(1回1時間)		各1回4人	各1回700円

受窓口または☎で申し込み。空きがあれば当日申し込みも可。



昭和スポーツセンター

☎733-6831 FAX733-6832 住所:昭和区吹上 2-6-15

▼定例休館日とプール休場日のお知らせ

■定例休館日：5/2(金)・16(金)・30(金)、6/6(金)

※プール床貼替改修工事に伴い5/28(水)・29(木)はプールのみ休場



名古屋市東山荘

☎・FAX 共通 831-2672 住所:初日町 2-3



▼市民茶会6月(水無月茶会)

回6/19(木)10:30～15:00(室内見学のみ場合は13:00～15:00)

席40人(先着順)

¥700円(区民や当日和服参加の場合は前売りのみ600円)

▶気軽に参加できる茶会。庭園散策、通常は見学できない室内の見学。墨絵サロンを同時開催する。サロンの詳細は東山荘のホームページを参照。

受5/14(水) 9:00～東山荘や名古屋市文化小劇場などの窓口で販売



瑞穂区社会福祉協議会

☎841-4063 FAX841-4080 住所:佐渡町 3-18



▼福祉活動を応援します！みずほ助けあい・支えあい活動助成事業

共同募金を財源として、地域福祉活動の推進を目的とする活動に対して、事業経費を助成します。審査方法は、第1次審査(書類審査)、第2次審査(公開プレゼンテーション)です。

●募集期間/5/19(月)～6/30(月)

●助成対象/瑞穂区を拠点とし、区内の地域福祉を推進するNPO団体、ボランティアグループ、社会福祉関係団体および住民主体による地域の助けあいなどの地域福祉活動で、8/1(金)～3/31(火)に実施する事業

●申込方法/ウェブサイトまたは窓口にて、所定の申込書を受け取り記入して申し込み



瑞穂区いきいき支援センター

東部…☎858-4008 FAX842-8122 住所:佐渡町 3-18
西部…☎872-1705 FAX872-1707 住所:堀田通 1-18 シティアーク1階



▼家族サロン

回(東部)6/4(水)(西部)5/22(木)各13:30～15:30

入認知症の方を介護している家族、経験のある方

▶不安や悩みを話し合える場、情報交換など

▼認知症家族教室

回(東部)6/6(金)10:00～12:00(西部)5/20(火)13:30～15:30

入認知症の方を介護している家族

▶認知症の知識を深める場、介護者同士の交流など

▼もの忘れ相談医による専門相談

回(東部)6/12(木)(西部)5/28(水)各13:30～15:00

入もの忘れが気になる方やその家族

受(東部)6/9(月)(西部)5/23(金)までに☎で申し込み



瑞穂福祉会館

☎841-3113 FAX841-1348 住所:萩山町 1-22



福祉会館のイベント対象者は福祉会館利用証をお持ちの方です。

▼脳活サロン

回5/22(木)13:30～15:00 席45人(当日先着順)

▶認知症予防リーダーと一緒に楽しく脳トレしましょう。

▼リンパ体操

回6/6(金)10:00～11:30 席30人(先着順)

▶リンパの流れを良くする体操 受5/22(木) 9:30～整理券配布

▼認知症予防リーダー養成講座 全5回【7月開講】

回7月～8月の主に金曜日(曜日変更の場合あり)の13:30～15:30

入市内在住60歳以上 席5人 ▶認知症予防を普及する活動の養成講座

受5/12(月)～31(土)に☎で申し込み。定員を超えた場合は抽選。



瑞穂生涯学習センター

☎871-2255 FAX871-2256 住所:惣作町 2-27-3



休館日のお知らせ 5/13(火)、5/26(月)、6/10(火)

講座名	開催日時	対象	定員	費用
①〈なごや学〉映画文化と名古屋	【第1回～5回】 6/12～7/10の木曜 10:00～12:00 【第6回】7/15(火) 13:30～15:30	中学生を除く15歳以上	30人	1,500円
②【環境デーなごや2025】剪定枝を使った工作を楽しむ～トンカチトンミニチュア三輪車とぶたカエルづくり～	6/15(日) 10:00～12:00	小・中学生とその保護者	25人	無料

受電子申請(8面参照)または往復はがき(往信裏面に教室名、〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号、②は学年、返信表面に〒住所、氏名を記載)にて、①は5/14(水)、②は5/15(木)必着で申し込み。定員を超えた場合は抽選。②は保護者1人につきお子さま2人まで申込可。中学生は保護者なしでも受講可。

▼子育てWiFi広場

回5/29(木)10:00～11:30 入乳幼児とその保護者 席7組(当日先着順)

▶絵本の読み聞かせ方や選び方を瑞穂図書館司書から学びます。

