



広報なごや瑞穂区版

広報

みずほっぺ

6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/>



令和
7年度

瑞穂区区政運営方針を策定しました

「みずほっぺビジョン(第2期瑞穂区将来ビジョン)」の基本理念を実現するために
区役所や関係機関が実施する取り組みをまとめました。

基本理念

区民の笑顔があふれ、地域が輝くまちづくり

主な取り組み

区民アンケートのご意見

将来像Ⅰ

みりよくと
活力の
あふれるまち

区の特性を活かした取り組みにより、区と区民が一体となって区の魅力を発信します。
アジア・アジアパラ競技大会に向けて、地域一体となって盛り上げます。

- ▶ 瑞穂の魅力ブラッシュアップ事業
「みずほさくらWeeks」
- ▶ スポーツはじめの1歩
～ウォーキングから始めるジョギング教室～

● 博物館、山崎川、東山荘など
魅力のある場所がたくさん
あるので、もっと知ってもら
えとよい。



さくらスポーツプラザ

将来像Ⅱ

ずっと笑顔が
あふれるまち

ふれあいの輪を広げ、親睦を深めることで、
地域が活性化し、いざという時に地域で
協力し、お互い助け合うことができます。

- ▶ 地域活動の活性化の支援
- ▶ 瑞穂区民まつり2025



- 地域活動に関心のない人が多く
なり、地域活動に参加・協力して
くれる人が少なくなっている。
- 世代を超えて参加できるイベン
トがたくさんあるとよい。

将来像Ⅲ

ほっと
安心して安全に
暮らせるまち

自分で自分や家族を守り、住民や事業者が助け合って地域を守ります。
また、行政と連携することで、災害に強いまちになります。
犯罪や交通事故、火災がなく、安心して安全なまちになります。
区民や事業者、行政などが協働してごみを削減し、かつ、犬や猫とも共生
できる快適なまちになります。

- ▶ Stock for 帰宅困難者 in ミズホ
- ▶ ぼうさいカフェ
- ▶ 愛犬クイズラリー山崎川



ぼうさいカフェ



愛犬クイズラリー山崎川

- 地震などの災害に強いまちづくり
を推進してほしい。
- 安全に暮らせるようにしてほしい。

将来像Ⅳ

つぎの世代を
みんなで育てるまち

子どもが健やかに育つことができ、
誰もが安心して子どもを生み育てられます。

- ▶ 子どもの事故防止に関する知識の普及
- ▶ 子育てしやすいまちづくりの推進
(子育てサロンの開催など)



さくらひろば

- 子育て支援に力をいれてほしい。
- 子育てしやすいまち、子どもが生
き生きと生活できるまちにしてほ
しい。

将来像Ⅴ

健康(ヘルシー)で
あんに
暮らせるまち

生涯を通じて、誰もが健康でいきいきと暮らすことができ、可能な
限り住み慣れた地域で自分らしく生活を営むことができます。

- ▶ 障害を理解し、お互いに助け合う地域づくりの推進
アジアパラ競技大会を活かした障害理解促進プロジェクト
「みんなで考える共生社会とボランティアMIZUHO」
- ▶ なごやかクラブ瑞穂(瑞穂区老人クラブ連合会)
への支援

● ひとり暮らしの高齢者
が多いので、サポート
などを充実してほしい。
地域でフォローできる
体制を作してほしい。



みんぽらMIZUHOアークショップ

区政運営の
取り組み

利用者がより便利で快適な窓口サービスを受けら
れる区役所をめざします。

- ▶ ICT等を活用した応対・便利な
窓口サービスの案内
- ▶ 人生の節目お祝いフォトコーナー

● 電子化を進め
てほしい。

これらの他にもさまざまな取り組みを行います。詳細は、区公式
ウェブサイトでご覧いただけます。また、瑞穂区役所情報コーナ
ーなどで区政運営方針リーフレットを配布しています。

瑞穂区
区政運営方針



みずほっぺ
ビジョン



略記号の説明	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
	問合せ 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。

「ふれあい入浴の日」をご存じですか？

☎・FAX 各記事を参照

名古屋市では、高齢者の方に入浴と集いの場を提供し、相互の親睦と心身の健康増進を図るため「ふれあい入浴の日」を設けています。市内在住の65歳以上の方は200円で入浴できます。広いお風呂で身も心もリラックスしてみませんか。

●日にち：毎月5・15日(公衆浴場が休業日の場合は翌営業日)

対象施設	住所
川澄湯	川澄町 2-20
栄湯	船原町 2-6
玉の湯	弥富通 5-56-2



愛知県公衆浴場組合
公認キャラクター
「おけお」

●利用方法：敬老優待カード(敬老手帳)をご提示ください。

問合せ愛知県公衆浴場業生活衛生同業組合(☎322-5735・FAX321-2645)
健康福祉局高齢福祉課(☎972-2544・FAX955-3367)

瑞穂図書館

☎853-0450 FAX853-0451 住所：豊岡通 3-29

▼瑞穂図書館移転開館10周年 「絵とメッセージ」大募集！

回 6/11(水)～7/13(日)

▼認知症カフェ in 瑞穂図書館

回 7/9(水) 午後2:00～3:30

▶気軽にしゃべりをお楽しみください。参加無料です。

●共催：瑞穂区いきいき支援センター

▼瑞穂図書館スタンプラリー

回 7/13(日)まで

▶期間中に本を借りてスタンプを集めた方に、景品をさしあげます。(景品はなくなり次第終了)

▼英語でおはなし会

回 ① 6/18(水)、② 7/9(水)
各午前11:00～11:30

↑乳幼児～

自動車図書館

☎・FAX 共通 821-3364

▼巡回日程

回 6/13(金) 午前10:00～11:00

場総合リハビリテーションセンター 福祉スポーツセンター玄関前
(弥富町字密柑山 1-2)

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

▼認知症サポーター養成講座

回(東部) 6/30(月) 午前10:00～11:30 席30人

▶認知症の症状、対応方法などを学ぶことで理解を深める講座

受 6/23(月)までに☎またはFAX(〒住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記載)で申し込み。定員を越えた場合は抽選。

▼もの忘れ相談医による専門相談

回(東部) 7/10(木) (西部) 6/25(水)
各午後1:30～3:00

↑もの忘れが気になる方やその家族
受(東部) 7/7(月) (西部) 6/20(金)ま
でに☎で申し込み

▼認知症家族教室

回(西部) 6/17(火) 午後1:30～3:30

↑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

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。

▼華麗なる夢のコンサート

回 7/4(金) 午前10:00～11:00

席45人(先着順)

▶歌劇団ロジェによるレビューショー
受 6/20(金) 午前9:30～整理券配布

▼脳活サロン

回 6/26(木) 午後1:30～3:00

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！

▼サタデーシネマ

回 6/28(土) 午後1:30～3:10

席60人(当日先着順)

▶「萌の朱雀」(1997年)

監督：河瀬直美、主演：尾野真千子

▼懐かしの映画会

回 6/30(月) 午後1:30～4:00

席60人(当日先着順)

▶「太陽を盗んだ男」(1979年)

監督：長谷川和彦、主演：沢田研二



大雨に備え 側溝などの清掃にご協力ください！

瑞穂土木事務所 ☎831-6161 FAX831-8710

雨の多い季節を迎えます。側溝や雨水ますにごみが詰まっていたり、物が置かれていたりすると、排水の妨げになり、大雨の時には、道路の冠水や家屋の浸水を生じさせる恐れがあります。

家の周りの側溝などの清掃にご協力をお願いします。清掃後の土砂などは、土木事務所が回収しますのでご連絡ください。



6月は分別マナーアップ推進月間です！

瑞穂環境事業所 ☎882-5300 FAX882-5305

きちんと分別された資源は、リサイクルされ、さまざまなものに生まれ変わります。この機会に分別方法についてのご確認をお願いします。

しっかり分別！「プラスチック資源」

●「プラスチック資源」の対象となるもの

プラスチック製容器包装

ひとつの袋に！

プラスチック製品
プラスチックのみで
できているものに限り
ます。(30cm角を超えるものを除く)

●「プラスチック資源」の対象とならないもの

ネジやバネなどの金属を含む製品や電池を使う製品、ペットボトルなど

(例)電池を使う
プラスチック製の
おもちゃ

本体は電池
を取り外し
て「小型家電
ボックス」へ

小型家電
ボックス
設置場所
はこちら

「電池類」は絶縁し、「プラスチック資源」の日に無色透明の袋に入れ、少し離して出してください。

※電池類を「プラスチック資源」に混入すると収集車や処理施設での発火や火災につながります。



紙製容器包装 と 雑がみは一緒に「資源」へ！

紙製容器包装

ひとつの袋に！

雑がみ

●分別方法や収集日に悩んだら…

資源・ごみ分別アプリ「さんあ〜る」をご利用ください！

名古屋市さんあ〜る

検索



※夏季のごみ収集時間について

7/1(火)～9/30(火)は、収集作業員の熱中症対策のため、最大15分程度、収集時間が通常より早くなる場合があります。ご理解・ご協力をお願いいたします。



危険物安全週間推進標語 危険物 無事故へ挑む

ゴング鳴る
瑞穂消防署 ☎852-0119 FAX852-6223

消防署ではこの時期、ガソリンスタンドなどの危険物施設を対象に、危険物の安全な取扱いの周知を行い、また未然に事故を防ぐために、立入検査、消防訓練、講習会などを実施しています。

セルフ式のガソリンスタンドを利用する場合、ガソリンは静電気などの火花でも引火する恐れがあります。給油前には静電気除去シートに触れ、給油中は携帯用扇風機などの電化製品を使用しないようにしましょう。



各種相談

☎・FAX各記事を参照

▼内職相談

回 6/13・20・27、7/4(各金)

各午前10:00～正午、
各午後1:00～3:00

場区役所相談室(2階) ↑市内在住

問合せ区役所民生子ども課

(☎852-9382・FAX852-9375)

▼行政相談

回 6/27(金) 午後2:00～3:30

場区役所会議室(5階)

問合せ区役所地域力推進課

(☎852-9304・FAX852-9306)

▼法律相談

回 ① 6/27、

② 7/11(各金)

各午後1:00～4:00

場区役所会議室(5階)

↑市内在住・在勤・在学

席各16人(先着順)

※1人20分以内

受 ① 6/20、② 7/4(各金)

各午前8:00～

名古屋市公式ウェブサイト

または☎で申し込み

申込・問合せ名古屋おしえてダイヤル

(☎953-7584)





みずほくらしの情報

第24回 瑞穂のさくら写真展

区役所地域力推進課 ☎852-9303 FAX852-9306

今年も「瑞穂のさくら・人・まち」をテーマに作品を募集したところ、さくらとともにある瑞穂区の魅力あふれる作品、120点の応募がありました。たくさんのご応募ありがとうございました。

主な入賞者(敬称略)と「さくら大賞」の作品を紹介します。

さくら大賞



鈴木 徳之「輝け愛知の誇り」

さくら賞

村越 光博「幸せのひととき」
佐藤 健司「希望」

みずほ賞

永田 和代「アジア大会開催に向けて」
中澤 昌人「ブルーモーメント」
伊藤 征堯「バスも来た！」

第58回 瑞穂区美術家展

区役所地域力推進課 ☎852-9307 FAX852-9306

回 6/19(木)～23(月) 午前9:30～午後5:00(23日は午後2:00まで)
場 瑞穂区役所講堂(2階)

- 出品予定者(50音順・敬称略)
 - 【日本画】市野鷹生、市野晴美、岡本菜穂、岡本昌子、小澤江里子
 - 【洋画】稲垣考二、稲垣敏彦、長沼巧、松田ほなみ、吉岡弘昭
 - 【彫刻】長房一洋、野水眞紀子
 - 【工芸】河村展ちよ
 - 【書】大曾根弘風、関根玉翠
 - 【写真】下里幸子、下里隆明、竹島宏侑、波多野弘、山田育子
- ※その他、上記瑞穂区美術振興会正会員から推薦された推薦作家
- 主催:瑞穂区美術振興会、瑞穂区役所、名古屋市

環境バザー

区役所地域力推進課 ☎852-9308 FAX852-9306

回 6/14(土) 午前10:00～正午
場 瑞穂区役所講堂(2階)
▶まだ使えるものを、必要な方へ譲るリユース促進バザー。
入場制限を行う場合があります。
●主催:瑞穂区女性団体協議会、瑞穂区役所

第33回瑞穂区バドミントン大会

区役所地域力推進課 ☎852-9308 FAX852-9306

回 8/9(土) 午前9:20～ 場 パロマ瑞穂アリーナ(田辺通3-4)
↑区内在住・在勤・在学の高校生以上のペア
※ペアのうち1名が区内在住・在勤・在学であれば出場可
席 男子の部・女子の部 各32組
受 7/1(火)までに窓口またはウェブサイトで申し込み。定員を超えた場合は抽選。落選の方のみ結果を通知。
●試合方法:トーナメント方式
●主催:瑞穂区役所、瑞穂区体育協会、
公益財団法人名古屋市教育スポーツ協会



パロマ瑞穂スポーツパーク

☎・FAX 各記事を参照

▼宿泊研修棟及び関連施設再開のお知らせ
改修工事が完了し、宿泊研修棟及び関連施設が再開されます。
●再開日:6/1(日)～
●再開施設:宿泊研修棟、屋内プール、トレーニング室、弓道場、
アーチェリー場、相撲場、スタジオ
問合 パロマ瑞穂スポーツパーク宿泊研修棟 ☎836-8210・FAX836-8211

▼「フォーム改善クリニック」参加者募集
回 6/21(土) 午前9:30～正午
場 パロマ瑞穂アリーナ(田辺通3-4)
↑18歳以上(保護者同伴なら中学生参加可) 席 15人(先着順)
▶座学、実習、コーチによる個別チェックを行い、理想のランニング
フォームを取得できます。 ¥2,200円
受 6/11(水) 午前9:00～ウェブサイトで申し込み
問合 パロマ瑞穂アリーナ ☎836-8228・FAX852-8221

昭和スポーツセンター

☎733-6831 FAX733-6832 住所:昭和区吹上2-6-15

▼定例休館日のお知らせ
●定例休館日:6/6(金)・20(金)、7/4(金)

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
プロジェクション・ワークアウト	日・月 午前10:00～午後6:00 火～金 午前10:00～午後9:00 (1回1時間)	中学生を 除く 15歳以上	各1回 4人	各1回 700円
ラウンドフィットネス	火～金 午前10:00～午後9:00 (1回1時間)		各1回 8人	各1回 300円
ノルディック ウォーキング体験会	6/11・18・25、 7/2・9(各水) 午前10:00～11:15		各10人	各300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。

瑞穂文化小劇場

☎852-7001 FAX852-7002 住所:豊岡通3-29

▼CLUB ORIGAMI(クラブ・オリガミ)
回 7/29(火) ①午前11:00開演、②午後2:00開演
席 各回100人程度(先着順)
▶子どもと一緒に楽しむ! イギリス発、
折り紙をモチーフにした鑑賞&参加型
パフォーマンス
¥おとな2,000円、こども(小学生以下)1,000円
受 6/11(水) 午前9:00～瑞穂文化小劇場をはじ
めとする市文化振興事業団管理施設の窓口などでチケット発売開始



名古屋市東山荘

☎・FAX 共通 831-2672 住所:初日町2-3

▼市民茶会 ①7月(文月茶会) ②8月(葉月茶会)
回 ①7/10(木)、②8/8(金)
各午前10:30～午後3:00(室内見学のみの場合は午後1:00～3:00)
席 各40人(先着順)
¥各700円(区民や当日和服参加の場合は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。
受 ①6/18(水)、②7/9(水) 各午前9:00～東山荘や市文化小劇場な
どの窓口で販売

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 6/23(月)、7/8(火)

教室名	開催日時	対象	定員	費用
①かんたん健康体操①、②	①7/28(月) 午前10:00～11:30 ②8/7(木) 午前10:00～11:30	中学生を 除く 15歳以上	各20人	各500円
②<トライアルサマー> 「さくらスイーツの会」 とほろほろクッキーを 作ろう	8/3(日) 午前10:00～正午	小学生 ～中学生	24人	650円
③チームで協力! 自分の思い描いたおぼけ やしきを作る!2025 ～家族を招待して びっくりさせよう～	(Aチーム) 7/19(土) 午前10:00～正午 7/26(土) 午前10:00～正午 8/1(金) 午前10:00～正午 8/2(土) 午前9:30～正午	小学3年生 ～中学生	各8人	各600円
④チームで協力! 自分の思い描いたおぼけ やしきを作る!2025 ～家族を招待して びっくりさせよう～	(Bチーム) 7/22(火) 午前10:00～正午 7/29(火) 午前10:00～正午 8/1(金) 午前10:00～正午 8/2(土) 午前9:30～正午			

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、①は年齢、②・③・④は学年、希望講座名、返信面に〒住所、氏名を記載)にて、①は6/25(水)、②は7/3(木)、③・④は6/17(火)必着で申し込み。定員を超えた場合は抽選。

なごホーム(瑞穂児童館)

☎852-2229 FAX841-1348 住所:萩山町1-22

▼おでかけわんぱーく
回 7/4(金) 午前10:00～11:30
場 豊岡コミュニティセンター
(豊岡通3-29-3)
↑未就園児と保護者
席 15組(当日先着順)
▶児童館がおでかけ! ミニ滑り台
やトランポリンで遊ぼう♪

▼わらべうたであそぼう♪
回 7/10(木)
①午前10:00～10:40
②午前10:50～11:30
↑①0歳児と保護者
②1歳児と保護者
席 各10組(先着順)
▶懐かしい歌あそびと親子の交流
を図ろう!
受 6/26(木) 午前10:00～窓口、
午前10:30～☎で申し込み

瑞穂保健センターだより

瑞穂保健センター

〒467-0027 田辺通 3-45-2
☎(代)837-3241 FAX837-3291

- 子育て総合相談窓口 ……………☎837-3285
- 瑞穂区休日急病診療所(内科・小児科) ………☎832-8001
- 名古屋南歯科保健医療センター(歯科) ……☎611-8044
- 救急医療情報センター(救急医療) ……………☎263-1133
- 救急安心センターなごや ……………☎#7119



子どもと親

▼乳幼児健康診査

3か月児

区分	診査日	対象児の生年月日
3か月児	6/18(水)	R 7. 2. 19～3. 3
	7/2(水)	R 7. 3. 4～3. 17

受付時間/
第2子以降 午前8:50～9:05
第1子 午前9:05～9:20

1歳6か月児・3歳児

区分	診査日	対象児の生年月日
1歳6か月児	6/12(木)	R 5. 10. 18～11. 9
	6/26(木)	R 5. 11. 10～11. 30
3歳児	6/24(火)	R 4. 5. 11～5. 29
	7/8(火)	R 4. 5. 30～6. 19

受付時間/
第2子以降 午後1:00～1:20
第1子 午後1:20～2:00

★対象者へ個別通知しますが、通知が届かない方も、該当日時にお越しください。

★1歳6か月児および3歳児の希望者にフッ化物塗布(¥720円)を実施します。現金の場合は、おつりのないようお願いします。生活保護世帯(要証明)は免除あり。

★3か月児および1歳6か月児はタオルをお持ちください。身長などを測る時にお子さまの下に敷きます。

★年間の日程についてはウェブサイトで公開しています。



問合保健感染症担当(☎837-3267)

▼むし歯予防教室

回6/26(木)午前9:10～10:00(受付時間)

↑おおむね0歳児～未就学児

席20人程度

▶歯科健診、歯みがき・栄養相談、フッ化物塗布(¥720円)、保護者の歯科健診(1歳児の保護者の希望者)

●持ち物/歯ブラシ、タオル、母子健康手帳

受前日までに☎またはウェブフォームで申し込み

申込・問合保健感染症担当(☎837-3267)



フッ化物塗布をご希望の方は、現金の場合は、おつりのないようお願いします。生活保護世帯(要証明)は免除あり。

▼離乳食講習会～マンマコース～

回①7/4(金)②7/18(金)各午前10:30～11:10

↑3か月児健診を受診された児と保護者

席各8組(先着順)

▶離乳食初期を中心とした食事の話、初期の離乳食の試食(保護者が試食)

受①6/23(月)、②7/7(月)各午前9:00～☎で申し込み

申込・問合保健感染症担当(☎837-3267)

▼離乳食講習会～モグモグコース～

回6/25(水)午前10:15～午前11:15

↑8～9か月児と保護者

席8組(先着順)

▶離乳食の1日2回食から3回食への進め方の話と試食、お口の話

受6/12(木)9:00～☎で申し込み

申込・問合保健感染症担当(☎837-3267)

▼母乳相談

回6/16(月)午後1:05～3:30(受付時間)

↑卒乳希望の方、母乳でお困りの方 席6組程度

▶個別相談(1人10分程度)

●持ち物/母子健康手帳、タオル2枚

受随時☎で申し込み ※当日も可

申込・問合子育て総合相談窓口(☎837-3285)

▼0歳児の「食べる」「話す」準備講座(オンライン)

回7/1(火)午前11:00～11:45

↑4～8か月程度の乳児とその保護者

▶お口の成長や離乳食の食べさせ方の話、触れ合い遊びなど

受6/27(金)までにウェブフォームで申し込み

問合保健感染症担当(☎837-3267)



▼パパママ教室2日間コース

回①7/3(木)②7/25(金)各午後1:00～3:30

↑区内在住のはじめての出産を控えた妊婦とそのパートナー

席12組程度

▶①妊娠中の過ごし方②産後の生活と沐浴体験

●持ち物/母子健康手帳

受ウェブフォームで申し込み

問合子育て総合相談窓口(☎837-3285)

▼楽しい親子関係づくりのおはなし

回7/31(木)午前10:00～11:30

↑1歳から就学までのお子さまを持つ保護者 席10組(先着順)

▶公認心理師による子どもへの関わり方・自己肯定感を高める方法を学ぶ

●持ち物/母子健康手帳

受6/16(月)9:00～ウェブフォームで申し込み

問合子育て総合相談窓口(☎837-3285)



▼子どものアレルギーとぜん息相談

回6/26(木)午後1:30～3:15

↑15歳未満の方と保護者

▶問診、専門医による個別相談・診察、保健相談・栄養相談

受6/23(月)までに☎で申し込み

申込・問合保健感染症担当(☎837-3267)

子育て総合相談窓口

回毎週月曜～金曜午前8:45～午後5:15

(面接相談は午前9:00～午後4:30まで)

▶子育ての悩みなどについて保健師などが電話や面接で相談に応じます。

問合子育て総合相談窓口(☎837-3285)

一般の方

▼こころの健康相談日

回毎週水曜日午後3:45～5:15 ▶心の健康に関する相談

受前日までに☎で申し込み

※秘密厳守 ※第4水曜日は「うつ病家族相談日」

申込・問合精神保健・健康づくり担当(☎837-3267)

▼性感染症検査

回7/3(木)午前9:15～10:15(受付時間)

↑感染の心配な方

▶H I V・梅毒・性器クラミジア感染症の検査

※匿名可 ※無料 ※予約不要(先着順)

※結果は1週間後再来所のうえ手渡し(郵送不可)

※当日は、1時間以上排尿を控えてご来所ください。

※受検者の数が多い場合は検査をお断りすることがあります。

問合保健感染症担当(☎837-3264)

▼自分も元気!みんなも元気!体操教室

回7/1(火)午後1:30～3:30

↑区内在住の40歳以上で健康ささえ隊に興味のある方 席25人(先着順)

▶当区オリジナル「みずほ体操」、効果的なストレッチなど。

●講師/三輪 哲子さん(健康運動指導士)

●持ち物/動きやすい服装、水分補給ができるもの

受6/11(水)午前8:45～☎で申し込み



健康ささえ隊は、瑞穂区内13か所の健康づくり会場で活動しています。会場ではみずほ体操やラジオ体操などをしてみんなで体を動かしています。

「健康のために何か始めたい。」そんな思いはありませんか?ご自分の健康づくりのためにもぜひ健康ささえ隊にご参加ください。

申込・問合保健看護担当(☎837-3271)

▼理学療法士と学ぶ健康講座

回7/10(木)午後1:30～3:00

↑65歳以上の瑞穂区民

席20人(先着順) ▶理学療法士による介護予防の話

受6/11(水)午前9:00～窓口または☎で申し込み

申込・問合精神保健・健康づくり担当(☎837-3264)

▼蚊の発生を防ぎましょう～6、7月は蚊防除運動期間です～

ヒトスジシマカ(ヤブカ)は、植木鉢の水受皿や草むらに放置された空き缶など小さな水たまりから発生します。こまめにたまった水を捨てるなど、蚊の幼虫(ボウフラ)が生息しないようにしましょう。

問合千種保健センター環境業務課 住居衛生・業務担当(☎753-1973)

▼お肉は十分に加熱して食べましょう

★一般に流通している肉のほとんどが、加熱調理用です。

○肉を生や半生で食べることは避け、中の色が完全に変わるまで十分に加熱しましょう。

○肉を焼くときは生肉専用の箸やトングを用意して、自分が食べるための箸で生肉に触れないように注意しましょう。

○生肉の調理に使ったまな板、包丁などは、中性洗剤でよく洗い、熱湯や漂白剤で消毒しましょう。

○生肉をさわった後は、石けんを使って丁寧に手を洗いましょう。

問合食品衛生・動物愛護等担当(☎837-3253)

▼猫の適切な飼い方と迷惑防止のお願い

猫に関するさまざまな苦情・相談が寄せられています。

猫の飼主や、世話をしている方はマナーを守りましょう。

○室内で飼うよう努めましょう。

○避妊・去勢手術を行いましょう。名古屋市では飼猫への手術費用の補助があります。

○最期まで責任をもって飼いましょう。

○のら猫にエサを与えるのであれば置きエサをしない、フン尿の始末をする、避妊・去勢手術をするなど、適正に管理してください。のら猫についても避妊・去勢手術費用の補助を行っています。

※猫のフン尿被害でお困りの方には、保健センターで忌避装置の貸し出し等を行っています。

問合食品衛生・動物愛護等担当(☎837-3253)