

あなたと、大切な人を守るために **不要不急の外出・移動はしないでください**

期限延長や来庁不要の手続きをご利用ください
詳しくは、市ホームページ(QRコード)で案内しています。



イベントの中止・延期や市施設の
休館の情報はこちら(随時更新)



やむを得ず外出するとき、帰宅したときは



子育て情報

中区役所子育て支援課
(中区役所3階)
☎278-0178 FAX270-8196

いずれも無料。電話、FAXで住所、氏名、電話番号を同課へ。
中区ホームページ(QRコード)から電子申請システムでも予約可。
感染症の拡大状況により中止または変更となる場合があります。

▶ なかよしほっとルーム あそびの時間

お子さんを抱っこして「たかいたかい」「ゆーらゆら」など音楽に合わせてダンスをします。家庭でできるふれあい遊びもします。

11月12日(金)
10~11時、中区役所で。未就学児とその保護者が対象。



申込 10月20日から予約開始。先着8組程度。

▶ 子育て講座

「こんなとき、どうしたらいい?」~子どものケガ・病気~
乳幼児の健康について、日ごろから配慮できること、異変を感じた時の対処法などを学びます。講師は小児科医・納谷保子さん。

10月26日(火)10~11時、11時30分~12時30分、中区役所で。未就学児とその保護者、妊婦が対象。

申込 10月19日から予約開始。先着各3組。



小学校就学前の健康診断

来年4月に小学校に入学する子どもの健康診断を行います。10月下旬までに通知を郵送しますので、指定日に指定の小学校で受診してください。

通知が届かないときは、お住まいの校区の小学校へ連絡してください。

☎ 学校総務課
(☎340-0316 FAX228-7421)



小学校	電話番号	日程
宮園	278-0981	11月9日(火)
東陶器	236-0036	10日(水)
福田	235-9286	
土師	277-9020	11日(木)
東百舌鳥	236-0288	
深井西	278-6301	17日(水)
西陶器	236-0035	
八田荘	271-0335	18日(木)
東深井	278-2791	
深阪	237-3210	24日(水)
久世	278-0324	
深井	278-0108	25日(木)
八田荘西	270-0048	



中保健センターつうしん

中保健センター(中区役所3・4階)

☎270-8100 FAX270-8104



10月の日程

事業名(予約制のものは、電話で中保健センターへ) いずれも無料	日程	時間
▶ 離乳食講習会<予約制> 5・6カ月児の保護者が対象 4カ月児健診時も予約可	10月20日	①10:00~10:40 ②11:10~11:50
▶ 子どもの歯相談室<予約制> 1歳6カ月~3歳11カ月児は フッ素塗布あり(1回限り)	10月1日	13:30~15:30
	10月19日	9:30~11:00
▶ 成人の歯科相談<予約制> 成人・妊婦を対象に歯科検診・相談	10月12・26日	13:30~15:30
▶ 食生活相談/生活習慣病予防相談<予約制> 医師・管理栄養士・保健師による 生活習慣病予防などの相談	10月18日	9:30~11:00
▶ 検査・相談 エイズ相談/HIV検査/HIV・梅毒・クラミジアのセット検査 B型・C型肝炎検査 } 対象者条件あり 風しん抗体検査 (診断書発行不可)	10月18日	9:30~11:00
	▶ 精神保健福祉相談<予約制> こころの病気・アルコール問題などで悩む方や 家族の相談	10月18日 10月14・25日 10月22日
◆4カ月児健診、1歳6カ月児健診、3歳児健診(3歳6カ月児)、BCG予防接種…個別通知 新型コロナウイルス感染防止対策を徹底したうえで実施しています。 乳幼児健診や予防接種は遅らせず、予定どおり受けましょう。		
◆ブックスタート事業としてBCG予防接種時に絵本をお渡ししています		
がん検診を受けられます 集団検診の申し込みは、がん検診総合相談センターのホームページで受け付けています。 がん検診に関する問い合わせや相談もできます。	がん検診 総合相談センター (☎230-4616 FAX230-4636) ホームページはこちら	



上記以外の検診、相談など詳しくは
中区ホームページをご覧ください。



胃がん・大腸がん検診

11月12日(金)9~11時、中保健センターで。50歳以上で偶数年齢の方が対象。無料。大腸がん検診のみの受診はできません。

申込 10月24日までにがん検診総合相談センターへ。



~プランターで家庭菜園を始めよう!~ わくわく野菜づくり教室

ベランダや庭のスペースでプランターを使って家庭菜園を学ぶ初心者向けの教室です。水菜・レタス・小松菜の種まきや苗の植え付けなどを行い、自宅で収穫まで育てていただきます。

講師は農業大学校・北野裕土さん。管理栄養士による野菜レシピの紹介や栄養講話もあります。
10月29日(金)14~15時30分、中保健センターで。無料。



申込 電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を10月4~13日に同センターへ。先着15人。

コロナ禍で始めるウォーキング講座

これからウォーキングを始めたいと考えている方向けの講座です。ウォーキングの基礎を学び、新たな運動を始めるきっかけにしませんか。

10月27日、11月10・17・24日14~15時30分、原池公園体育館で。中区在住で、原則全4回参加できる方が対象。無料。動きやすい服装と靴でタオル、飲み物を持参。来場時は必ずマスクを着用してください。



申込 10月4日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号、生年月日を中保健センターへ。先着30人。

オトナのためのお口の健康教室

歯と口の健康について学び、全身の健康へとつなげるため、歯と口の健康・歯科検診・歯磨きグッズの紹介とその使い方の説明、口の機能アップ体操などを行います。皆で楽しく、大切な歯を残す秘訣を学びませんか。

10月13・20・27日、13時30分~15時、中保健センターで。18歳以上で全回参加できる方が対象(歯が1本以上あれば入れ歯などを使用する方も参加可)。無料。

日常使っている歯ブラシを持参。なお、教室を修了した方は、中8020メイト会へ加入できます。



8020(ハチマルニイマル)とは、80歳で20本以上の歯を残そうという運動です。

申込 10月1日から電話かFAXで住所、氏名、電話番号を同センターへ。抽選15人。