

こうほくインフォメーション

当月11日からの予定

マークの説明

- ☎…電話、☎…ファクス、✉…Eメール、🏠…ホームページ、📧…申込、🗨…問合せ

- 参加費の記載がない場合は無料、表示金額は総額(テキスト代など含む)
- 申込の記載がない場合は当日直接会場へ ●所定の用紙は申込先の窓口にあります
- 区役所への郵便は「〒222-0032 大豆戸町26-1 港北区役所〇〇係」へ
- 住所などの個人情報提供は催しの開催・申込者への連絡以外の目的には使用しません
- [必要事項]** は行事名・住所・氏名(ふりがな)・電話番号・(往復はがきは返信先)を記入してください

ミズキーの一言メモ

この欄(10~12ページの端)では、本文中のマークの催しの補足情報などを掲載しています。

慶應の森の生きもの探険隊

生きものを見つけ、自然の魅力を体感し、身近な防災対策も学びます。

エンディングノート上映会

映画の上映と書き方の説明をします。開始時間の30分前に開場します。公共交通機関で来場してください。

区制80周年記念 認知症講演会

認知症の基礎知識や予防、本人や家族が住み慣れた地域で生活するためにできることについて、杉山孝博医師から学びます。

菊名ウォータープラザまつり

暮らしを支える水道に関するさまざまな取組の紹介や地元団体によるパフォーマンス、親子で楽しむワークショップなど楽しいイベントが盛りだくさんです。



漏水修理体験

古社寺巡りと火渡り修行参観

港北ボランティアガイドの案内の下、平安時代の武将終えんの伝説がある谷あいの道や古社寺を巡ります。途中、坂道や階段がある約3キロメートルのコースです。

新治恵みの里サツマイモ収穫体験

サツマイモ8株を収穫します。秋空の下で、丸々と太った甘いサツマイモ掘りを楽しみませんか。

ランチタイムロビーコンサート

クラシックのミニコンサートです。出演は由畑紀平氏(Cb)と星大地氏(Pf)です。曲目は「ハンガリー舞曲」ほかです。

忙しい女性のための 休日乳がん検診

日時: 10月27日(日)
9時30分~15時

会場: 横浜労災病院
対象: 40歳以上の女性
定員: 先着20人

検査内容: 視触診とマンモグラフィ
費用: 1,370円 ※市乳がん検診無料クーポン利用可

☎ 電話(9月18日~)横浜労災病院予約センターへ
☎ 474-8882
🏠 横浜労災病院
☎ 474-8111 ☎ 474-8344

区役所からのお知らせ

■移動図書館巡回日程

貸出・返却・予約した本の受取。●綱島東三丁目公園: 9月11日・25日、10月9日(水)、14時10分~15時30分、●南日吉団地管理事務所前: 9月13日・27日(金)、14時~15時30分 ※荒天中止
🏠 中央図書館サービス課
☎ 262-0050 ☎ 231-8299

■慶應の森の生きもの探険隊

9月21日(土)(荒天時22日)、9時30分~12時、慶應義塾大学日吉キャンパス、小学生以上(小学生は保護者同伴)、抽選50人
📧 Eメールかファクス(9月18日15時まで)参加者全員の**[必要事項]**と年齢、Eメールアドレスを記入し、NPO法人TRネット事務所へ ☎ 546-4337 ☎ 546-4344
📧 office@tr-net.gr.jp

■エンディングノート上映会

9月26日(木)、①10時~12時、②14時~16時、港北公会堂、区内在住か在勤者、当日先着各400人 ※筆記用具持参
🏠 区役所高齢者支援担当
☎ 540-2327 ☎ 540-2396

■生ごみを土にかえそう説明会

9月26日(木)10時30分~11時10分、区役所中庭 ※雨天中止
🏠 区役所資源化推進担当
☎ 540-2244 ☎ 540-2245

■ペットロスについて考える

臨床心理士と獣医師による講演会。9月27日(金)14時~、港北公会堂
📧 電話かEメールかファクス(9月27日まで)**[必要事項]**を記入し、区役所障害者支援担当へ ☎ 540-2377 ☎ 540-2396
📧 ko-msw@city.yokohama.jp

■区制80周年記念 認知症講演会

認知症の理解と支援を学ぶ。10月4日(金)14時~16時、港北公会堂、当日先着300人
🏠 区役所高齢者支援担当
☎ 540-2321 ☎ 540-2396

■菊名ウォータープラザまつり

10月5日(土)10時~15時、菊名ウォータープラザ ※荒天中止
🏠 水道局お客さまサービスセンター
☎ 847-6262 ☎ 848-4281

■膠原病交流会

10月9日(水)13時30分~15時30分、区役所、膠原病患者と家族、先着20人 ※荒天中止
📧 電話かファクス(9月17日~)**[必要事項]**と疾患名を記入し、区役所障害者支援担当へ ☎ 540-2218 ☎ 540-2396

■古社寺巡りと火渡り修行参観

10月14日(月・祝)11時~14時30分、市営地下鉄東山田駅(都筑区)集合、抽選60人、300円 ※荒天中止
📧 Eメールかホームページか往復はがき(9月26日必着)参加者全員の**[必要事項]**を記入し、区役所生涯学習支援係へ
☎ 540-2240 ☎ 540-2245
📧 ko-kouza@city.yokohama.jp

■神経系難病交流会

声の出し方と飲み込みを学ぶ。10月16日(水)13時30分~15時30分、区役所、神経系

難病の患者と家族、先着20人 ※荒天中止
📧 電話かファクス(9月17日~)**[必要事項]**と疾患名を記入し、区役所障害者支援担当へ ☎ 540-2218 ☎ 540-2396

■新治恵みの里サツマイモ収穫体験

10月20日(日)(荒天時27日)、13時30分~15時、にいほる里山交流センター(緑区)、市内在住の個人かグループ、先着15組(1組4人まで)、1組1,800円
🏠 ホームページ(9月15日~)新治恵みの里へ
🏠 環境創造局北部農政事務所
☎ 948-2480 ☎ 948-2488

■ペットボトルロケット大会

ロケットの飛距離やデザインを競う。11月4日(月・休)10時~14時20分、鶴見川樽町公園、小学生、抽選50人(飛距離部門)、ペットボトルロケット持参(ホームページ掲載の設計図参照) ※デザイン部門は全員参加可、要申込 ※荒天中止
📧 Eメールかホームページかファクスか往復はがき(10月17日必着)**[必要事項]**と飛距離・デザイン部門の別、学年、保護者の参加承諾署名を記入し、区役所生涯学習支援係へ
☎ 540-2239 ☎ 540-2245
📧 ko-seisyonen@city.yokohama.jp

スポーツ

「所定の用紙」は区役所生涯学習支援係(☎540-2238 ☎540-2245)や港北スポーツセンター、地区センターにあります。

■区後期ソフトテニス教室

10月4日~2020年3月13日の金曜(12月6日、1月3日除く)、全22回、11時~15時、港北スポーツセンター、区内在住か在勤か在学者(高校生以下不可)、抽選15人、12,000円

📧 ファクス(9月30日必着)**[必要事項]**とソフトテニス歴・ポジションを記入し、区ソフトテニス協会(今岡)へ ☎・☎ 548-1772

■秋季ひよこ大会

テニスのダブルス大会。10月7日(月)(雨天時28日)、9時~17時、港北スポーツセンター、区内在住か在勤か在学者か協会登録済みの女性ペア、抽選16組、1組3,500円 ※要協会登録
📧 ホームページ(9月26日まで)区テニス協会へ

■区民ミニバスケットボール大会

10月13日(日)~11月17日(日)、9時~17時、港北スポーツセンター、区内を拠点に活動するチーム、1チーム3,000円 ※代表者会議・審判講習会あり(要出席)
📧 所定の用紙(9月29日まで)をファクスで、区ミニバスケットボール協会(石井)へ ☎・☎ 531-1646

■区民ダンスの集い

楽しいひとときを「ダンスパーティー」で。10月13日(日)13時~16時、綱島地区センター、先着200人、500円(当日800円)
📧 電話かファクス(9月15日~)**[必要事項]**を記入し、区ダンススポーツ連盟(栃木)へ ☎・☎ 531-8553

■区民ソフトテニス大会

10月20日(日)(雨天時27日)、9時~17時、港北スポーツセンター、区内在住か

者のペア(中学生以下不可)、1組2,000円
📧 所定の用紙(9月30日必着)をファクスで、区ソフトテニス協会(今岡)へ
☎・☎ 548-1772

■男子ダブルス大会

10月27日(日)、11月3日(日・祝)・9日・16日(土)、9時~17時、新横浜公園ほか、区内在住か在勤か在学か協会登録済みのペア(高校生以下不可)、先着64組(50歳以上:32組、60歳以上:24組)、1組3,500円 ※要協会登録
📧 ホームページ(9月15日~)区テニス協会へ

■グラウンドゴルフ交流大会

11月2日(土)(雨天時10日)、9時30分~16時、鶴見川樽町公園、区内在住か

■区ペタンク大会

11月17日(日)8時30分~、鶴見川樽町公園、区内在住か在勤か

📧 ホームページか所定の用紙(10月8日必着)を郵送で、区さわやかスポーツ普及委員会(遠藤)へ ☎ 080-4654-5030

各施設の催しなど

問合せや申込は各施設へ。

🗨 は通常の休館日

日吉地区センターは本館のみ休館中
(2020年2月中旬ごろまで)

港北図書館

〒222-0011 菊名6-18-10
☎ 421-1211 ☎ 431-5212 🗨 9月17日

■パネル展「読んで知る横浜市歌」

9月5日(木)~9月30日(月)

■おはなし会

①ひよこのおはなし会: 9月12日・26日(木)、1~3歳児と保護者、当日先着各15組、②ひろばおはなし会: 9月18日(水)、3~6歳、③紙芝居の日: 9月21日(土)、④一土のおはなし会: 10月5日(土)、小学生以上、①11時~11時30分、②③④15時~15時30分

■朗読の部屋

斎藤隆介「花さき山」ほかを朗読。9月14日(土)15時~16時、成人

■港北ふるさと映像上映会

大倉山記念館の映像。9月22日(日)11時~12時

■大人のための朗読会

山崎洋子「メッセージ」ほかを朗読。9月28日(土)15時~16時、成人

港北公会堂

〒222-0032 大豆戸町26-1
☎ 540-2400 ☎ 540-2399 🗨 第2月曜

■ランチタイムロビーコンサート

9月30日(月)12時15分~12時45分

港北国際交流ラウンジ

〒222-0032 大豆戸町316-1
☎ 430-5670 ☎ 430-5671 (休)9月17日

日本語教室のボランティア募集

養成講座の事前説明会。9月29日(日)13時30分～15時、成人(学生除く)
☎ 電話か来館(9月22日まで)

菊名地区センター

〒222-0011 菊名6-18-10
☎ 421-1214 ☎ 431-4101 (休)9月17日

おはなしたんぽぽ

絵本の読み聞かせや手遊びなど。9月13日(金)11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着20組

ポスチュアウォーキング教室

10月1日(火)10時～11時30分、成人先着25人、400円
☎ 電話か来館(9月19日9時～)

初めてのケーキ・サレ作り

10月2日(水)13時～16時、成人先着10人、1,000円 ☎ 電話か来館(9月15日9時～)

篠原地区センター

〒222-0022 篠原東2-15-27
☎ 423-9030 ☎ 423-9032 (休)9月17日

合同文化祭

9月22日(日)・23日(月・祝)、10時～16時(23日の展示は15時まで)

このゆびとまれ

親子の触れ合いや友達づくり、情報交換。10月31日～12月19日の木曜、全8回、10時～11時30分、開始時2歳児と保護者、抽選20組、2,000円
☎ 往復はがき(10月6日必着)[**必要事項**]と子の生年月日・開始時の月齢・性別を記入

子ども将棋教室

11月9日・16日、12月7日・14日、2020年1月11日・18日(土)、各全6回、①9時15分～10時45分、小学3～6年生、②10時55分～11時50分、小学1・2年生、①②先着各10人、1,000円
☎ 電話か来館(10月12日10時～、要保護者申込)

城郷小机地区センター

〒222-0036 小机町2484-4
☎ 472-1331 ☎ 472-1332 (休)9月24日

健康寿命延ばすSTEPPING

13センチメートルステップ台の昇降運動。10月4日・18日、11月1日・15日、12月6日・20日(金)、全6回、10時～11時30分、18歳以上、先着15人、3,000円
☎ 電話か来館(9月17日10時～)

包丁の研ぎ方講座

10月18日(金)10時～12時、18歳以上、先着12人、500円
☎ 電話か来館(9月18日10時～)

うたってえがおで健康作り

音楽療法の力で頭と体の健康づくり。10月23日、11月20日・27日、12月11日・25日(水)、全5回、13時30分～14時30分、18歳以上、先着35人、1,500円
☎ 電話か来館(9月17日10時～)

子ども和菓子教室

練り切りを作る。10月26日(土)10時～12時30分、小学3年生～中学生(保護者の参加可)、先着16人、1,000円
☎ 電話か来館(9月18日10時～)

新田地区センター

〒223-0056 新吉田町3236
☎ 591-0777 ☎ 591-0045 (休)第2月曜

生まれおはなしキラキラぼっけ

9月26日(木)10時30分～11時

秋の和菓子教室

けし餅とゆべしを作る。10月16日(水)9時30分～13時、18歳以上、先着16人、800円
☎ 来館(9月17日～、翌開館日から電話可)

大綱中学校コミュニティハウス

〒222-0037 大倉山3-40-2
☎・☎ 547-2761 (休)火・金曜

キッズフラダンス

10月2日～23日の水曜、全4回、17時～18時、4～10歳の女子、先着20人、1,500円
☎ 電話か来館(9月15日～)

師岡コミュニティハウス

〒222-0002 師岡町700 トレッサ横浜南棟3階
☎ 534-2439 ☎ 546-4568 (休)9月17日、10月1日

師岡おはなしの部屋

絵本の読み聞かせや紙芝居、歌、折り紙。9月19日(木)11時～11時30分、未就学児と保護者、当日先着20組

秋の歌声広場

懐かしい昭和の歌謡曲を歌う。9月29日(日)13時～14時30分

大人のためのバレエレッスン

10月29日、11月5日・12日(火)、全3回、18時30分～20時、18歳以上の女性、先着10人、1,500円
☎ 電話か来館(9月18日10時～)

菊名コミュニティハウス

〒222-0011 菊名4-4-1
☎ 401-4964 ☎ 401-4968 (休)9月17日

菊名記念病院公開市民講座

9月18日(水)14時～15時

千年の名文「源氏物語」の世界

10月3日・17日・31日、11月7日・21日、12月5日・19日、2020年1月16日・30日、2月13日(木)、全10回、13時30分～15時、成人先着12人、4,000円
☎ 電話か来館(9月20日10時～)

港北昔話のお散歩

10月5日(土)10時～12時、先着20人、300円
☎ 電話か来館(9月21日10時～)

こけ玉作り

10月8日(火)13時～15時、成人抽選10人、1,600円
☎ 往復はがき(9月18日必着)[**必要事項**]を記入



作品見本

欧州フェルトのブローチ作り

10月16日(水)10時30分～11時30分、成人抽選10人、2,000円
☎ 往復はがき(9月25日必着)[**必要事項**]を記入

新吉田地域ケアプラザ

〒223-0056 新吉田町6001-6
☎ 592-2151 ☎ 592-0105 (休)第4月曜

介護者のつどい

9月12日(木)13時30分～15時30分、介護をしている人か経験のある人

はぐピョン

ミニおはなし会。9月26日(木)10時～13時、未就学児と保護者

共生まつり

イベントや模擬店など。10月6日(日)10時～14時

GoGo健康元気づくり教室

10月11日～11月1日の金曜、全4回、13時30分～15時30分、介護予防に関心のある人、先着20人
☎ 電話か来館(9月17日～)

粋な男の料理教室

10月28日(月)10時～13時、新田地区センター、男性先着16人、500円
☎ 電話か来館(10月1日～)

大豆戸地域ケアプラザ

〒222-0032 大豆戸町316-1
☎ 432-4911 ☎ 432-4912 (休)9月17日

断捨離について

不用品の片付けや遺品整理を学ぶ。9月20日(金)13時30分～14時30分、新横浜町内会館(新横浜1-9)、当日先着20人

体調管理は腸内環境から

腸内環境と健康の関連を学ぶ。9月24日(火)10時～11時、大倉山ハイム8号棟集会所(大豆戸町808-2)、当日先着20人

小学生向け情報モラル講座

9月29日(日)14時～14時50分、小学3～6年生、当日先着50人

高田地域ケアプラザ

〒223-0066 高田西2-14-6
☎ 594-3601 ☎ 594-3605 (休)第1月曜

こころの病を理解する

10月1日(火)13時30分～15時30分、先着50人
☎ 電話か来館(9月17日～)

日本語教室のボランティア募集

ボランティアになるには説明会終了後、養成講座(10月27日(日)、11月3日(日・祝)・24日、12月1日・8日(日)、全5回、13時30分～16時、抽選30人、5,500円)の受講が必要です。

ポスチュアウォーキング教室

ポスチュアウォーキング協会ポスチュアスタイリストである貴島弓雅氏から美しい姿勢と歩き方を学びます。

初めてのケーキ・サレ作り

フランス生まれの総菜ケーキを作ります。

合同文化祭

作品展示や演技発表など、利用登録団体の日頃の成果を発表します。竹とんぼ作りの体験や模擬店もあります。

生まれおはなしキラキラぼっけ

紙芝居でラグビーを知りましょう。

キッズフラダンス

10月27日(日)開催のコミュニティハウス文化祭で演技を披露できます。

大人のためのバレエレッスン

基礎を学びながら、体幹を鍛えて、姿勢を整え、楽しく体を動かしましょう。講師は谷桃子バレエ団のアーティストです。

菊名記念病院公開市民講座

認知症予防体操を学び、体を動かします。

千年の名文「源氏物語」の世界

「源氏物語」の背景や人間関係をきれいな絵巻が掲載されたテキストで学びます。講師は山田喜美子氏です。

港北昔話のお散歩

区制80周年を記念して、港北区の昔話の紙芝居とウォーキングを楽しみます。

欧州フェルトのブローチ作り

バッグチャームにもなります。

介護者のつどい

前半は講師の高橋亜希子氏から、リラックスヨガを学び、後半は茶話会をします。

GoGo健康元気づくり教室

スローエアロビクを取り入れ、楽しくゆったりと全身を動かします。口腔ケア・栄養の講義もあります。

小学生向け情報モラル講座

LINE(株)の社員から、安心安全なネット利用について学びます。保護者も見学できます。

ウォータージムナスティックス
 リズミカルに水中で運動を楽しみます。運動負荷はやや強めです。心肺機能を高めるなどの効果が期待できます。

フェローアートギャラリー
 ユーモラスなモチーフを引き立て、大胆で鮮やかな色彩が特徴の絵画を展示します。

Welcomeロビーコンサート
 横濱 JAZZ PROMENADE 2019 の連携事業として、ジャズソングを届けます。


ギャラリーインザロビー
 カメラや写真のコレクションを紹介します。

**保育園で
港北野菜を
いただきます**

港北区産のサツマイモを使った食育講座です。

日程: 10月
 会場: 区内の保育園
 対象: 未就学児と保護者
 ※詳細は会場によって異なります

☎ 区役所
 こども家庭係
 ☎ 540-2340
 ☎ 540-2426



老人福祉センター 菊名寿楽荘
 〒222-0011 菊名3-10-20
 ☎ 433-1255 ☎ 433-2895 (休) 第4火曜

■敬老のつどい
 「趣味の教室」や一般団体などの発表と展示。9月16日(月・祝)9時30分～12時30分

■スマホ(iPhone)教室
 操作や検索、アプリについて。10月10日～24日の木曜、全3回、10時～11時30分、60歳以上の市民、先着10人、300円
 ☎ 来館(9月16日～)

日産ウォーターパーク
 〒222-0036 小机町3302-5 (休) 第3火・金・土曜
 ☎ 477-5040 ☎ 473-3117 第4日曜

■ウォータージムナスティックス 🌸
 月曜: 12時30分～13時30分、水曜: 11時30分～12時30分、木曜・金曜: 10時30分～11時30分、各全4回、18歳以上、先着各20人、2,500円(入場料と事務手数料別)
 ※保育あり、1歳以上の未就学児、先着各6人、500円、要予約
 ☎ 電話か来館(9月15日～)

地域子育て支援拠点 だろっぷ
 〒222-0037 大倉山3-57-3 (休) 日(10月6日除く)・
 ☎ 540-7420 ☎ 540-7421 月曜・祝日、10月8日

■手形の日
 専用冊子に手形を押す。10月3日(木)14時～15時30分、0歳児と保護者

■土曜日両親教室
 育児・沐浴の講座と先輩家庭との交流。
 10月5日(土): だろっぷサテライト、19日(土): 高田地域ケアプラザ、26日(土): だろっぷ、10時～12時、区内在住の出産予定月が2020年2月で初出産の夫婦(妊婦のみも可)、抽選各15組
 ☎ ホームページ(9月22日まで)

■あつぷっぷ
 触れ合い遊びやママトーク。10月9日・23

日(水)、全2回、10時30分～11時50分、初回開催日に2～4か月の第1子と保護者、先着12組 ※おくるみかバスタオル持参
 ☎ 電話か来館(9月17日～)

■出産準備プログラム
 妊娠中に気になることを質問。11月9日(土)13時30分～14時50分、妊婦とパートナー、先着10組
 ☎ 電話か来館(10月1日～)

地域子育て支援拠点 だろっぷサテライト
 〒223-0052 綱島東3-1-7 (休) 日・月曜・
 ☎ 633-1078 ☎ 633-1072 祝日

■あつぷっぷ
 触れ合い遊びやママトーク。10月2日・16日(水)、全2回、10時30分～11時50分、初回開催日に2～4か月の第1子と保護者、先着12組 ※おくるみかバスタオル持参
 ☎ 電話か来館(9月17日～)

■助産師さんとみんなの知恵袋
 母乳やミルクの話。10月8日(火)10時30分～12時、未就学児と保護者、先着10組
 ☎ 電話か来館(9月20日～)

三ツ沢公園青少年野外活動センター
 〒221-0855 神奈川区三ツ沢西町3-1
 ☎ 314-7726 ☎ 311-6444
 (休) 9月10日～12日・30日

■鉄板料理教室
 11月9日(土)・10日(日)、10時～14時、抽選各80人、2,200円、小学生1,800円、4歳以上の未就学児1,000円、3歳以下100円
 ☎ ホームページか往復はがき(9月29日消印有効) [必要事項]と年齢、希望日を記入

■あつぷっぷエコキャンプ
 11月16日(土)13時～17日(日)15時(1泊2日)、小学生、抽選50人、6,500円
 ☎ ホームページか往復はがき(9月29日消印有効) [必要事項]と学年を記入

■やきいも教室
 11月23日(土・祝)・24日(日)、13時30分～15時30分、抽選各90人、1,000円、小学生800円、4歳以上の未就学児400円、3歳以下100円

☎ ホームページか往復はがき(9月29日消印有効) [必要事項]と年齢、希望日を記入

アートフォーラムあざみ野
 男女共同参画センター横浜北 (休) 第4月曜
 横浜市民ギャラリーあざみ野
 〒225-0012 青葉区あざみ野南 1-17-3

※1～3は保育あり、1歳6か月以上の未就学児、有料、要予約

男女共同参画センター横浜北 1～3
 ☎ 910-5700 ☎ 910-5755

1 女性のためのパソコン講座
 Googleの活用を学ぶ。10月21日(月)10時～15時30分、女性先着12人、5,600円
 ☎ 電話かホームページ(9月18日～)
 ☎ 862-4496(9時～15時30分、第4木曜・日曜・祝日除く)

2 ひろばdeアート
 イベントブースで子の写真を撮影。10月27日(日)10時30分～15時30分、1歳以下の子と保護者、先着20組、1,500円
 ☎ 電話(10月2日～) ☎ 910-5724

3 映画上映「日日は好日」
 10月27日(日)13時30分～15時20分、先着180人、1,000円
 ☎ 電話かホームページか来館(9月15日～) ☎ 910-5723

横浜市民ギャラリーあざみ野 4～6
 ☎ 910-5656 ☎ 910-5674

4 フェローアートギャラリー 🌸
 長瀬明代展。10月27日(日)まで

5 Welcomeロビーコンサート 🌸
 9月22日(日)12時～12時40分

6 ギャラリーインザロビー 🌸
 記念カメラ展。10月2日(水)～10月27日(日)

港北区社会福祉協議会
 〒222-0032 大豆戸町13-1吉田ビル206
 ☎ 547-2324 ☎ 531-9561 (休) 第1日曜

■善意銀行(寄託6月まで)
 (株) 横浜アリーナ、区仏教会、ゆとりのカラオケ、菊池信二、匿名個人[敬称略]ありがとうございました

健診などの日程 申込制は電話で申込が必要です

*詳細は、各家庭に配布している「福祉保健センターからのお知らせ」もご覧ください
 *基本健康診査は、各医療保険者が「特定健康診査」もしくは「健康診査」として実施します

区役所こども家庭係 ☎・☎ ☎ 540-2340 ☎ 540-2426

乳幼児健診 当日直接区役所へ
 4か月児 ▶ 9月13日・27日、10月4日(金) 9時～9時45分受付
 1歳6か月児 ▶ 9月12日・19日・26日、10月10日(木) 9時～9時45分受付
 3歳児 ▶ 9月24日、10月1日(火) 12時45分～13時30分受付

歯つらつ1歳歯みがき教室 申込制(9月17日～)、区ホームページでも申込可
 親子でむし歯予防の話や歯磨き実習、むし歯菌チェック
 10時～、13時30分～、区役所 2018年9月、10月、11月生まれ:10月2日(水)

乳幼児・妊産婦歯科相談 申込制(受付中)
 乳幼児(未就学児)と妊産婦(妊娠中か産後1年未満)の歯科健診や相談、歯磨きのアドバイス、区役所
 9月30日(月) 乳幼児:13時15分～14時30分受付 妊産婦:14時30分受付

区役所健康づくり係 ☎・☎ ☎ 540-2362 ☎ 540-2368

生活習慣改善相談 申込制(受付中)
 子どもの小食や偏食、大人的生活習慣病(高血圧・脂質異常・糖尿病など)の個別相談、1時間程度
 9月17日(火)・19日(木)、10月9日(水) 13時30分～、14時30分～、15時30分～、区役所

7～8か月児の離乳食教室 当日直接会場へ
 離乳食の進め方や作り方、試食。離乳食が1日2回程度食べられる7～8か月児、子ども用スプーン・エプロン・手拭きタオル・飲み物、離乳食手帳(4か月健診で配布)持参
 1人1回まで 受付:10時～ 9月20日(金)・30日(月)、区役所

肺がん検診 申込制(10月7日～)
 40歳以上、先着50人、検診料680円 11月7日(木)9時～、10時～、区役所

禁煙相談 申込制(受付中)
 個別相談と呼気中一酸化炭素濃度測定。申込時に日時調整、区役所