

広報なごや

Nagoya News

令和4年(2022年) 9月号



No. 897

広報なごやは毎月10日までにお配りしています。 配布/区役所総務課
記事の内容(開催日・申込期限など)が原則、毎月11日以降のものを掲載しています。
広報なごや点字版・声の広報なごやをご希望の方はご連絡ください。
編集・発行/名古屋市長室広報課 ☎052-972-3134 FAX052-972-4126
〒460-8508 名古屋市中区三の丸三丁目1番1号 ①www.city.nagoya.jp

●人口/2,326,440人
●世帯/1,142,213世帯
●面積/326.50km²
(令和4年8月1日現在)

↓ 東海豪雨(2000年)の際の名古屋市と近隣市町村の様子



ぜひ読んでね!

今|月|の|特|集

水害への「備え」できていますか



国土交通省庄内川河川事務所 提供

国土交通省庄内川河川事務所 提供

新型コロナウイルス感染症について

- 発熱などの症状がある方で、受診を希望する場合はかかりつけ医にご連絡ください。
- 相談する医療機関に迷う場合、一般的な相談、療養後も続く症状(いわゆる後遺症)の相談は、受診・相談センター(コールセンター)にご連絡ください。
☎ **050**-3614-0741 (24時間受付) FAX **050**-8882-9703 ✉ nagoya_jyushinsoudan@medi-staffsup.com
※電話番号のお掛け間違いが発生しています。電話番号をよくお確かめのうえ、お掛け間違いのないようお願いいたします。
- 同感染症陽性となった方には、保健センターからショートメッセージなどでご連絡します。
- 抗原検査キットで自自行った検査などで陽性と判明した場合や自宅療養中の方向けの情報について、詳しくは市ウェブサイトをご覧ください。

市ウェブサイトは
こちら→



新型コロナウイルス感染症の影響により各ページに記載のある行事などは中止や内容変更となる場合があります。各催しの問い合わせ先へご確認ください。

市政に関する
お問い合わせは

名古屋おしえて
ダイヤル

☎ **052-953-7584** 午前8:00~午後9:00
年中無休
FAX 052-971-4894 ✉ 7584@oshiete-dial.jp

よくある質問はウェブサイト
または市公式LINEへ



←ウェブサイト
市公式LINE→



今月の特集

水害への「備え」できていますか

近年、全国各地で激しい災害が頻繁に起こるようになってきました。名古屋でも過去には伊勢湾台風や東海豪雨など大規模な災害が発生しています。災害は待ったなしでやってきます。いざというとき、慌てずに自分と家族の命を守るための「備え」できていますか？

市も水害対策に全力で取り組んでいます。皆さんも自分や家族を守るための備えを今一度確認しましょう！

名古屋市長 河村たかし



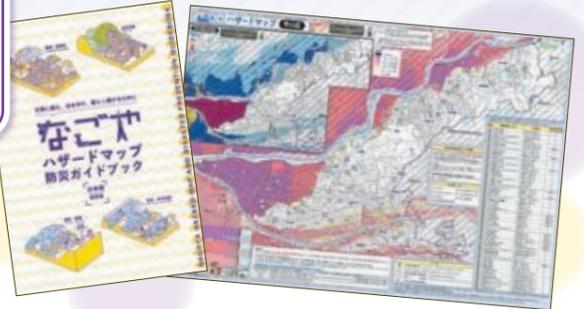
新しくなったハザードマップで、災害時の避難行動を確認しておきましょう

ハザードマップについて詳しくは市ウェブサイト→

● 来年3月に紙のハザードマップを全世帯に配布する予定です。



9月から、ハザードマップが新しくなりました！



1 どんな危険がある？

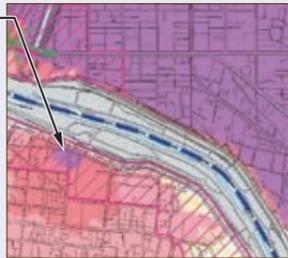
ハザードマップで、自宅周辺が何メートル浸水するのかなどの災害の危険性を確認しておきましょう。新しくなったハザードマップでは、浸水の想定が大きく変わっています。



家屋倒壊等氾濫想定区域

はんらんりゅう かがんしんしよく
氾濫流や河岸侵食の恐れがあるため、区域外への早期の立退き避難が必要です。

- 5.0m～10.0m未満の浸水想定区域
- 3.0m～5.0m未満の浸水想定区域



氾濫流

洪水の流れが速く建物が壊される

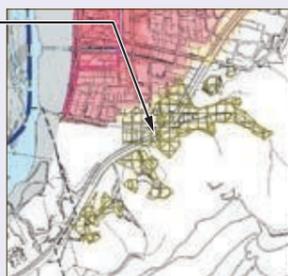
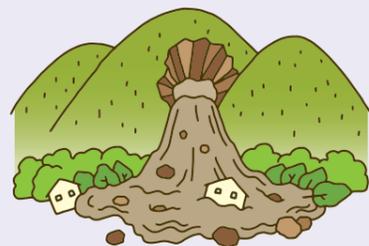


河岸侵食

河の岸が削られて建物が流される

土砂災害(特別)警戒区域

崖が崩れて建物を押し潰したり、押し流したりする恐れがあります。



大雨のときは早めに避難しましょう。

※掲載している地図は、実際のハザードマップから改変したイメージ図です。

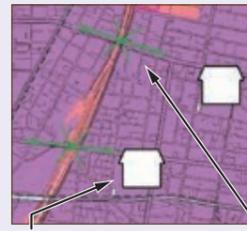
2 どこに逃げる？

災害ごとに避難場所を決めておきましょう。マンションの高層階など浸水の恐れのない高さに部屋がある場合は、自宅に留まることもできます。市が指定する避難場所以外にも、親戚・知人宅やホテルなどへの避難も検討しておきましょう。



避難をする場合は、具体的な経路・所要時間も確認しておきましょう

アンダーパスに水が溜まって通れなくなったり、冠水した道路で側溝などが見えにくくなったりすることもあります。危険を避けられる避難経路を組み立てておくことが重要です。



指定緊急避難場所



アンダーパス



キケン!

3 いつ逃げる？

避難に時間のかかる高齢者や障害のある人などは、特に早めの避難が必要です。警戒レベルがいくつかのうちに避難を始めるのか、あらかじめ考えておきましょう。

警戒レベル	住民が取るべき行動
3	高齢者等は避難
4	全員避難
警戒レベル4までに必ず全員避難	
5	すでに災害が発生・切迫した状況



安全な避難ができず、命が危険な状況です。

事前に準備しましょう

● マイ・タイムラインの作成

今回確認したことをまとめて、マイ・タイムラインを作っておきましょう。マイ・タイムラインとは、台風・大雨などのときに「いつ」「誰が」「どのように」行動するかを時間の流れに沿って考えておくものです。



詳しくはこちら→

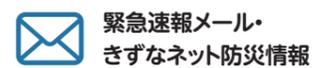


● 正しい情報を得るために

市が発令する避難情報は、さまざまな方法で発信しています。正しい情報をいち早く得る方法を確認しておきましょう。



詳しくはこちら↑



● 備蓄品の確認

水が引かず長期間家から出られなくなったり、ライフラインが使えず衛生環境が悪化したりする場合があります。食料や水の備蓄をしておきましょう。

新型コロナワクチン

無料



STOP! COVID-19差別

ワクチンを接種する人・しない人
お互いの選択を尊重しましょう

従来通り、1～3回目の接種や、小児接種(5歳～11歳)も引き続き受けることができます。

ワクチンを接種することにより、新型コロナウイルスの感染予防・発症予防・重症化予防の効果が得られます。早めの接種をご検討ください。

4回目接種

新たに「医療従事者など」と「高齢者施設などの従事者」が接種対象者になりました。

対象

3回目接種から5カ月経過した

● 60歳以上の方

● 18～59歳で次のいずれかに当てはまる方

- ✓ 基礎疾患がある方、
その他重症化リスクが高いと医師が認めた方
- ✓ 医療従事者など、高齢者施設などの従事者



接種券の送付

- 60歳以上の方
- 18～59歳で次のいずれかに当てはまる方
 - ・ 障害者手帳をお持ちの方、自立支援医療・小児慢性特定疾病医療・特定医療費などを受給している方(5/30時点で該当の方)
 - ・ 1～2回目接種時の予診票で以下にチェックをした方

- ✓ 基礎疾患を有する
- ✓ 医療従事者など(昨年7/12までに2回目接種をした方)
- ✓ 高齢者施設などの従事者

→ 3回目接種日から5カ月経過後に送付

注意

接種券が送付されても、現在対象とならない方は4回目接種を受けられません。

● 18～59歳で上記以外の方

→ 接種券の発行申請が必要

申請方法は
こちら→



接種場所・予約方法は、接種券同封のチラシか市ウェブサイトをご覧ください。

問合 新型コロナウイルスワクチンコールセンター ☎050-3135-2252(毎日午前9:00～午後5:30) FAX972-4386

市ウェブサイトは
こちら→



誰か助けて (((SOS!!!)))



最近の妻はいつもぼんやりとしていて、どこか様子がおかしい。子どもも心配しているけど、妻からは何も話してくれない。妻の力になりたいけど、どうしたらいいんだろう。

ナゴヤ コマルくん

9/10(土)～16(金)は自殺予防週間です

長引くコロナ禍の影響もあり、特に女性や子ども・若い方の自殺が増加している傾向にあります。悩みを一人で抱えないように、まずは相談することが大切です。

異変に気付けたことは素晴らしいです。気付いた後は、次のポイントを意識して実践してみましょう。



健康福祉局健康増進課 岸上さん

いつもと違う様子を感じたら、
まずは声を掛けましょう。



自分から悩みを打ち明けるのは勇気が必要です。「悩みを相談していいんだ」と思えるようなきっかけを作りましょう。

相手の気持ちに寄り添い、
じっくりと話を聴くことが大切です。



悩みを打ち明けられたときは、まずは共感し、気持ちをそのまま受け止めましょう。その際、うなずきや相づちで真剣に聴いている姿勢を伝えることも大切です。

悩みが深刻な場合は、
医療機関や相談窓口を頼りましょう。



専門の相談窓口などにつないだ後も、あなたが「気に掛けている」ことを伝え、温かい気持ちで見守っていきましょう。

声の掛け方や話の聴き方のポイントなど、ゲートキーパー研修動画で詳しく紹介しています。ぜひご覧ください!

「こころの絆創膏」
YouTubeチャンネルはこちら→



悩みを抱えているあなたへ

人に迷惑をかけたくないという気持ちが強い人ほど、悩みを一人で抱えてしまいがちです。もしも周りの人に相談することが難しい場合は、相談窓口を利用してみませんか?

こころの健康(夜間・土日)無料相談 家族による相談も可能です

精神科医などによる面接相談を実施(要予約)。まずは気軽にご相談ください。

- ・ 電話相談 ☎962-9002
(祝休日を除く毎日 午前9:00～午後9:00)
- ・ LINE相談 祝休日を除く木曜・日曜日 午後4:00～9:00

LINE相談はこちら→



さまざまな悩みに関する相談窓口や相談方法がわかります

ウェブサイト「こころの絆創膏」では、悩みに応じた約190の相談機関やうつ病に関する知識、精神科医療に関する情報を掲載しています。



「こころの絆創膏アプリ」では、相談機関の検索の他、うつ病やストレス度合いのセルフチェックもできます。このアプリを活用し、こころの健康づくりをはじめましょう。

ダウンロードなど詳しくはこちら→



エスディーゼーズ

みんなで取り組むSDGs

SDGsとは、健康・教育・経済成長・気候変動などに関する17の持続可能な開発目標のことで、2030年までの達成を目指す世界共通の目標です。「誰一人取り残さない」社会の実現を目指し、一人一人ができることから行動していきましょう。

一人一人にできるSDGs

「SDGs」は聞いたことがあるけど、具体的に何をすればいいの？

5 ジェンダー平等を
実現しよう

**性別にとらわれず仕事や
家事をすることはSDGs!**

性別にとらわれない役割を担って活躍することで、個性と能力を十分に発揮できる社会の実現につながります。



15 陸の豊かさも
守ろう

**買い物のときにFSC®マーク
を選ぶことはSDGs!**

あなたがこのマークの商品を選ぶことで、森林を守ることに繋がります。

※FSC®マークがついているものは、森林の環境や地域社会に配慮して作られた製品です。




↑ SDGsをわかりやすく解説する冊子「SDGsってなに？」を市ウェブサイトで公開中

SDGs未来都市として名古屋市が取り組むSDGs

SDGs未来都市とは…

SDGsの達成に向けた優れた取り組みを提案する自治体のことで、名古屋市は、令和元年に選定されています。

SDGs未来都市のロゴマークを今月号から表紙に掲載しています→



市の取り組みがどのようにSDGsの達成につながっているの？

今月のトピックス(4⑤面)とのつながりを紹介します。

ホームページはこちら→



ポートメッセなごや 市国際展示場 10/1[土]リニューアル!



第1展示館は、あおなみ線「金城ふ頭」駅のすぐ横に移転!



移転 第1展示館

国際見本市・展示会、コンサートやスポーツイベントの会場として、皆さまに一層親しんでいただける会場に!



波をイメージした躍動感のある外観



注目!



柱のない2万平方メートルの広大な空間で多目的な利用が可能

新設 コンベンションセンター

会議室やレストランを備える
コンベンションセンターも同時オープン!



船をモチーフとした特徴的な外観

注目!



海を眺められるフードコート



企業・国際機関などが行う会議・展示会などの誘致を行うことで、経済成長や技術革新につながっています。



いつもの食事に緑をプラス! ベジ食べ応援レシピコンテスト

健康な身体作りの基本はバランスよく食べること。分かってはいるけれど、いつも偏った食事になってしまう…。そんな人にオススメしたい、ささっと作れる**野菜を使った”もう一品”レシピ**を大募集!優秀作品にはプレゼントあり!

申込方法 公式TwitterかInstagramをフォローし、「#ベジ食べ応援レシピ」をつけて、料理の写真と簡単なレシピ、アピールポイントを投稿!

案内 ホームページ **受付** 9/30(金)まで
問合せ 健康福祉局健康増進課 ☎972-3078 FAX972-4152



食育の推進は、栄養不良の解消や健康促進につながっています。

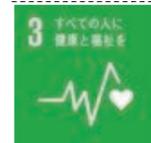
秋の交通安全市民運動(9/21~30)

秋の初めから日没時間が急激に早まり、交通事故の危険性が高まります。夕方や夜間に外出する際は、交通ルールを守り、次のことに気を付けましょう。

- ☑反射材を着用する
- ☑明るく目立つ色の服装を着用
- ☑ドライバーも自転車利用者も早めのライト点灯



問合せ スポーツ市民局地域安全推進課 ☎972-3123 FAX972-4823



交通安全を意識することで、交通事故が減少し、皆さんが健康体で生きていくことにつながっています。

せん定枝・落ち葉・刈り草を収集します(9/25) 資源化のための実験にぜひご参加ください!(申込必要)

★せん定枝



出し方

- ・2m以下(太さ10cmを超える場合は1m)に切る
- ・木の根、丸太は不可
- ・トゲがある場合は、「トゲあり」と表示
- ・ひもで束ねる(1m以上の場合は、2カ所で束ねる)

★落ち葉・刈り草



出し方

- ・土などは落とす
- ・市指定袋か透明・半透明の袋に入れ、片手で持てる重さにする

日時 9/25(日)午前8:00まで。可燃ごみと同じ場所に出す
申込 市ウェブサイト・電話・ファクスで環境事業所
受付 9/19(月・祝)まで
問合せ 環境事業所・環境局作業課 ☎972-2394 FAX972-4133



草木類を資源として利用することで、ごみの減量、気候変動の対策につながっています。

人とペットの共生するまちを目指して



全ての人とペットが幸せに暮らせる社会をつくることを目標に、殺処分ゼロに向けた取り組みなどを進めています。

★動物を捨てるのは犯罪です…飼えなくなり困ったら、必ず相談してください。新しい飼い主探しは人とペットの共生サポートセンター(☎681-2211)に、どうしても飼い主が見つからないときは市動物愛護センター(☎762-0380)に相談してください。

案内 市ウェブサイト

市ウェブサイトはこちら→



★動物フェスティバル…①動物愛護が学べるコンテンツ、ワークショップ、長寿犬・猫展など
②講演会、パネルディスカッション、長寿犬・猫表彰式など(予約制)

日時 ①9/2(金)~10/3(月)
②9/25(日)午前10:00~午後4:00
場所 ①オンライン②鯉城ホール(中区栄一丁目)
案内 ホームページ



問合せ 健康福祉局食品衛生課 ☎972-2649 FAX955-6225

ホームページはこちら→



ペットの健康や地域の生態系の保護につながっています。

環境デーなごや中央行事(9/17)

藤前干潟ラムサール条約登録20周年~つなげよう!命の輝き いきものつながり~



環境に関するステージや、NPO・企業・学校などがさまざまにアイデアを凝らしたブースを出展。子どもから大人まで楽しみながら環境について学べます。 ※マイバッグをご持参ください。感染症の流行状況などにより、後日オンラインで開催する場合があります。

藤前干潟ラムサール条約登録20th記念企画

藤前干潟の歴史や生き物について学べるステージ!!

時間 午後1:15~2:30
場所 エディオン久屋広場



藤前干潟のブースもあります!干潟の生き物にも出会えるかも?

場所 エンゼル広場



トビハゼ
クロベンケイガニ
(NPO法人藤前干潟を守る会 提供)
※当日、別の生き物になることがあります。

日時 9/17(土)午前10:00~午後4:00
場所 久屋大通公園(エンゼル広場・エディオン久屋広場・ミツコシマエヒロバス)
案内 ホームページ
問合せ 同実行委員会(環境局環境企画課内) ☎972-2684 FAX972-4134



SDGs巡って学ぼうシールラリー

会場内でシールを集めクイズに答えると、先着500人に「木のノート」をプレゼント!

時間 午前10:00~午後3:00
場所 エディオン久屋広場 受付テント



生物多様性などの環境についてみんなで学び、環境にやさしい行動をすることは、SDGs達成につながっています。

市|政|ト|ピ|ック|ス

保育園探しはじめの一步!!

区役所に行く前にできること



保育園などに入るまでのいろいろが
わかる動画を公開中!!

詳細は
市ウェブサイト→



市公式LINEで保育に関する
疑問にお答えします

市公式LINEの
登録はこちら→
ID:@nagoyacity



はじめの一步
「利用の手続き」編

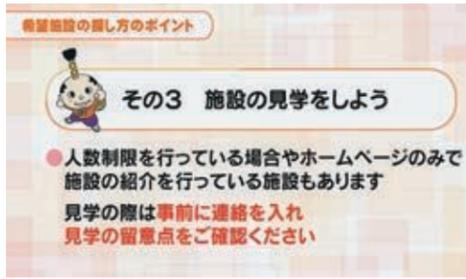
申し込み～利用決定までの流れや「保育の必要な事由」ごとの提出書類などについてわかりやすく説明



申し込み方法や利用調整などに関する疑問にお答えします。

①を押す
⇒「子育て・教育」ボタンを押す
⇒②を押す
または③を押して
“保育”と入力

ほかにも、メインメニューで受信設定すると、「子育て・教育」に関するお知らせが届くよ。



はじめの一步
「希望施設の探し方・情報収集の方法」編

「保育園の探し方は?」「保育施設の見学はおこなったほうがよい?」など、さまざまな疑問にお答えしています!

来年4月からの保育園の利用申し込みに関する情報を、区ごとに9月号または10月号の各区版に掲載しています。

問合 子ども青少年局保育企画室 ☎972-2528 FAX972-4146

なごやのチカラ

行政と共に名古屋を支える人、行政で働く人を取り上げて紹介。
今年度は“子ども”に関わる仕事・活動をしている人をクローズアップ!

のびのび子育てサポートの活動をクローズアップ



のびのび子育てサポート提供会員
やました さえこ
山下 冴子さん
約18年にわたり、60人の子どもたちを預かってきた。学童やトワイライトスクールでカバーしきれない時間帯などに自宅で子どもを預かっている。

預けられる子どもたちもいろいろな感情を抱えてやってくる

子どもたちは、親御さんと離れたくない。だから初めのうちは大泣きして感情を前面に出したり、送られてきて、親御さんに促されても「おはよう」って言えなかったり。その子にとってあいさつをすることは私を受け入れて、親御さんと離れることを意味するわけです。そういうときは、無理強いせず、子どもたちの心情にできるだけ寄り添うように接しています。

純粹に子どもたちの成長がうれしくてやっている

それぞれの子どもと過ごしているうちに、いろいろなことができるようになったり、だんだんと心を開いてくれるようになります。そんな成長を間近で見ていると、初めはどうなってしまうんだろうなと思っていた子も、成長していく姿に希望が湧いてきます。それがやりがいだし、パワーをもらえますよね。今健康を保っているのは、やっぱり子どもたちと接してきたおかげさまでと思っています。

ぜひ読んでね!

市公式noteで山下さんのインタビューを紹介しています。



預かっているお子さんがくれた感謝のお手紙

のびのび子育てサポートとは…

子育てのお手伝いをしたい人(提供会員)が、手助けをしてほしい人(依頼会員)に対して、保育所・学校への送迎や預かりなどの支援を行う事業。市内で提供会員約1,300人、依頼会員約6,500人、両方を兼ねる両方会員約250人が登録(令和4年6月末現在)

<p>利用方法基本の流れ</p>	<p>1 登録</p> <p>提供会員・依頼会員が会員登録(依頼会員のみ登録料1,000円)</p>	<p>2 依頼・打ち合わせ</p> <p>依頼会員が、利用したいときにのびのび子育てサポートに依頼し、提供会員が見つければ事前の打ち合わせを行う</p>	<p>3 利用当日</p> <p>子どもの送迎・預かりなどを行う</p>
	<p>料金 1時間800円(月曜～金曜日の午前7:00～午後7:00)・1時間1,000円(左記以外の時間帯、土曜・日曜・祝休日) 交通費、食事代など実費(提供会員・依頼会員の事前の打ち合わせで取り決め)</p>		
	<p>↑登録方法などの詳細はホームページから</p>		

問合 子ども青少年局子育て支援課 ☎972-3083 FAX972-4419

暮らしのガイド

2022/9月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
①	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

2022/10月

日	月	火	水	木	金	土
						1
②	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23/30	24/31	25	26	27	28	29

○印は区役所・支所、市税事務所・出張所の日曜窓口の実施日：午前8:45～正午。取扱業務は転入・転出届の受付や各種証明書の交付など。詳しくは区役所・支所、市税事務所・出張所、名古屋おしえてダイヤル☎953-7584(お掛け間違いにご注意ください)

- 広報なごや9月号には…
記事の内容(開催日・申込期限など)が原則、9/11(日)以降のものを掲載しています。
- 案内書・募集要項などの配布物・市ウェブサイトなどでの案内は…
日にちの記載がない場合は原則、9/1(木)からです。
- 市役所への郵便物は…
郵便番号(〒460-8508)と局・課名のみで届きます。
- 市ウェブサイトのアドレスは…
<https://www.city.nagoya.jp> こちらからアクセス
- はがき・封書・ファクス・Eメールの記入は…
右記の往復はがき記入例と同様の記入事項をお書きください。
- 市電子申請サービスでの申し込みは…
市ウェブサイト「電子申請サービス」こちらからアクセス **検索**

記入例 (往復はがき)

6.3
〒460-8508
名古屋市
〇〇区〇〇丁目〇〇番〇〇号
〇〇〇〇 〇〇〇〇

(申込先)

(記入しない)

←記入事項

6.3
〒460-8508
名古屋市
〇〇区〇〇丁目〇〇番〇〇号
〇〇〇〇 〇〇〇〇

(返信用表面)

〇 催し名
〇 住所
〇 全員の氏名
〇 電話番号
〇 各催しの必要事項

(返信用裏面)

※記載の休所日の他に、施設などにより休みの場合があります。
※インターネットを使用するものには通信料がかかります。

新型コロナウイルス感染症の影響について

掲載されているイベントや行事などについては、中止や内容変更となる場合がありますので、あらかじめご了承ください。最新情報は各問い合わせ先へご確認いただくか、市ウェブサイトをご覧ください。イベントなどに参加する場合は、感染症対策にご協力をお願いいたします。

今一度、基本的な感染防止対策の徹底を!

こまめに
手洗い・手指消毒



着用が必要な場面では、
正しくマスクを着用



空気の流れを考え、
効果的に換気



生活・福祉

子どもと親のためのセミナー 無料

- ①考えておきたいライフプラン②ひとり親家庭への支援策③養育費と面会交流
- 日時 ①10/8(土)②10/22(土)③11/1(火)午後1:30～3:30
- 場所 栄ガスビル(中区栄三丁目)
- 対象 市内在住で離婚を考えている方・ひとり親家庭の方(託児要予約)。抽選で各10人
- 申込 ホームページ・電話・ファクスで
ジョイナス、ナゴヤ☎252-8824 FAX252-8842
- 受付 ①10/1(土)②10/15(土)③10/25(火)まで
- HP www.joinas-nagoya.jp

高等学校修学支援

- ①高校入学準備金の貸し付け…経済的理由で修学が困難な方に貸し付け
- 対象 本人・保護者が市内在住で県内の高校へ進学予定の方(所得要件あり)。選考で270人
- 受付 学校により異なる
- 問合せ 在籍する学校・教育委員会学事課☎①972-3385
②972-3219 FAX972-4175
- ②私立高等学校授業料の補助
- 対象 本人・保護者が市内在住で県内の私立高校に在籍し、県の授業料軽減が対象外の方(所得要件あり)
- 受付 学校により異なる
- 問合せ 在籍する学校・教育委員会学事課☎①972-3385
②972-3219 FAX972-4175

里親制度啓発イベント

- 「家族のかたち」里親への一步 無料
- パネル展示・クイズなど
- 日時 9/18(日)午前10:00～午後4:30
- 場所 イオンモールナゴヤドーム前
ノースコート(東区矢田南四丁目)
- ★相談ブース
- 日時 9/18(日)午前10:00～午後4:30
- 対象 市内在住の方。抽選で8組程度
- 申込 電話・ファクスか直接、市里親会こどもピース☎933-6446 FAX935-2815
- 受付 9/17(土)まで
- 問合せ 子ども青少年局子ども福祉課☎972-2519 FAX972-4438

小児慢性特定疾病児童等自立支援事業講演会「無理なく災害に備えるために」 無料

- 日時 10/22(土)午後2:00～3:30
- 場所 市総合社会福祉会館(北区清水四丁目)かオンライン
- 対象 小児慢性特定疾病医療受給の方(申請予定の方含む)と保護者。抽選で30組
- 受付 10/5(水)まで 案内市ウェブサイト
- 子ども青少年局子育て支援課
- 問合せ ☎972-2629 FAX972-4419

敬老金の贈呈

- 大正12年生まれの方に3万円、昭和10年生まれの方に3千円を贈呈。9/16(金)以降に郵送される口座振込依頼書に必要事項を記入の上、返送してください。
- 問合せ 市敬老金コールセンター(9/16開設)☎766-6699 (健康福祉局高齢福祉課)☎972-2544 FAX955-3367

里親制度休日相談窓口 無料

- 日時 10/8(土)午後1:00～2:00・午後2:30～3:30・午後4:00～5:00
- 場所 758キッズステーション(中区栄三丁目)
- 対象 市内在住で里親登録を検討している方。先着各2組。託児あり
- 申込 9/12(月)午前9:00～電話・ファクス・Eメール(希望時間も記入)で子ども家庭支援センターさくら☎821-7867 FAX821-7869 ☒c-sakura@xrh.biglobe.ne.jp
- 問合せ 子ども青少年局子ども福祉課☎972-2519 FAX972-4438

就学援助

- 学用品費・給食費などを援助
- 対象 市内国公立小中学校の児童生徒の保護者(所得要件あり)
- 案内 市ウェブサイト
- 問合せ 在籍する学校・教育委員会学事課☎972-3217 FAX972-4175

就学時健康診断の日程を市ウェブサイトで公開しています

- 家庭への就学時健康診断のお知らせを、10/1(土)時点の住所に順次発送します。
- 問合せ 教育委員会学校保健課☎972-3246 FAX972-4177

子宮頸がん予防接種費用の還付

- 定期接種期間後～令和4年3月31日に接種を受けた費用を還付。上限あり
- 対象 令和4年4月1日時点で市内に住民登録があった平成9年4月2日～平成17年4月1日生まれの女性(その他要件あり)
- 受付 9/12(月)～
- 案内 市ウェブサイト
- 問合せ 健康福祉局感染症対策室☎972-3379 FAX972-4203

小児気管支ぜんそく患者へのネブライザー(吸入器)の貸し出し

- 期間 1年間(最長5年まで延長可)
- 対象 吸入治療が必要な市内在住の14歳以下の同患者で、定期的な保健指導などにご協力いただける方。選考で70人
- 料金 無料(機器の維持・管理費用は自己負担)
- 申込 電子申請・はがき・ファクスで環境局公害保健課☎972-2688 FAX972-4156
- 受付 10/11(火)必着(申し込み後、10/28までに主治医意見書の提出必要)

市立幼稚園 園児の募集

- 入園は来年4月。預かり保育も実施。弁当持参週3回程度、その他は園が用意する会食。保護者の送迎必要
- 対象 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれの方
- 受付 10月上旬～
- 要項配布 9月上旬～各市立幼稚園
- 問合せ 各市立幼稚園・教育委員会教職員課☎972-3243 FAX972-4177

私立幼稚園 園児の募集

- 入園日・教育内容は園により異なる
- 受付 10/1(土)～
- 案内 ホームページ
- 問合せ 各私立幼稚園(教育委員会学事課)☎972-3219 FAX972-4175

貯水槽水道点検サービス 無料

- 設置者・管理者の立ち合い必要
- 対象 市水道給水区域内の貯水槽水道(マンションやビルなどに設置されている、受水槽・高置水槽を経て給水する設備)を利用する方
- 問合せ 上下水道局営業センター・営業所

敬老の日 9/19(月・祝) 高齢者への無料開放

- 場所 東山動植物園(千種区東山元町)、東山スカイタワー(千種区田代町)、名古屋城(中区本丸)、徳川園(東区徳川町)、白鳥庭園(熱田区熱田西町)、揚輝荘(南園)聴松閣(千種区法王町)、文化のみち二葉館・榎木館(東区榎木町)、体感!しだみ古墳群ミュージアム(守山区大字上志段味)、市科学館※プラネタリウムを除く(中区栄二丁目)、プールやトレーニング室など敬老手帳により減免が受けられる施設(市内23カ所)
- ※無料開放のほか、市内各所で優待サービスを実施
- 対象 市内在住で65歳以上の方(住所・年齢を確認できるものが必要)
- 案内 市ウェブサイト
- 問合せ 健康福祉局高齢福祉課☎972-2544 FAX955-3367

令和4年度住民税非課税世帯と家計急変世帯向け臨時特別給付金確認書などの提出期限は9/30(金)消印有効です!

- 交付金額 1世帯あたり10万円(1回限り)
- 案内 市ウェブサイト
- 問合せ 同給付金コールセンター☎050-3135-3260(祝休日を除く月曜～金曜日の午前9:00～午後5:00) FAX228-2774



くらしのガイド

スポーツ・健康

スポーツの日の催し

- ①親子ラジオ体操in鶴舞
日時 10/10(月・祝)午前6:30～6:50(雨天中止)
場所 テラスポ鶴舞(昭和区鶴舞一丁目)
②東山一万歩ウォーキング
日時 10/10(月・祝)午前8:00～10:00受け付け(雨天中止)
場所 東山動植物園(千種区東山元町)正門集合
対象 小学生以下は保護者同伴
申込 不要
問合せ スポーツ市民局スポーツ振興室
☎972-3262 FAX972-4417

福祉スポーツセンターの講座

- ①シルバーフィットネス…体力・健康状態の測定と生活などの指導
日程 10月～来年3月の火曜・金曜日
②高齢者スポーツ教室…軽スポーツ・健康体操・太極拳
日程 10～12月
対象 市内在住で60歳以上の方。抽選で①30人②各15～25人
料金 ①3,000円②2,280円
受付 9/20(火)必着
案内 区役所福祉課・支所区民福祉課・同センター(瑞穂区弥富町)
☎835-3881 FAX835-4094

障害者スポーツ競技用補装具などの購入補助

購入費の9割以内。上限25万円
対象 市内在住で身体障害のある方。所得要件あり
受付 10/31(月)必着
案内 市ウェブサイト・スポーツ市民局スポーツ振興室
☎972-3262 FAX972-4417

ウエルネスガーデン健康づくり講座

①ポールウォーキング②ノルディックウォーキング
初心者向け。貸し出し用ポールあり
日時 ①10/2(日)・9(日)・11/6(日)・20(日)の各全2回②10/1(土)・8(土)・10/30(日)・11/13(日)の各全2回。午前10:00～正午
場所 同所(北区平手町)
対象 市内在住の方。先着各20人
料金 傷害保険料必要
申込 9/12(月)午前9:00～電話・ファクス・Eメールで健康福祉局健康増進課☎972-2605 FAX972-4152
☎a2605@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp

往復はがきなどの記入方法・案内書の配布日などは7面右上参照

障害者スポーツ大会 卓球の部

無料
日時 11/13(日)正午～午後4:30
場所 障害者スポーツセンター(名東区勢子坊二丁目)
対象 市内在住・在学または市内施設に入所・通所する、12歳以上で、愛護(療育)・身体障害者・精神障害者保健福祉いずれかの手帳をお持ちの方
受付 9/30(金)必着
案内 区役所福祉課・支所区民福祉課・同センター
☎703-6633(水曜日休み) FAX704-8370

レジャー

名古屋競輪場 共同通信社杯(GII)イベント

地元アイドルBOYS AND MEN・SKE48が特設ステージに登場。BMX・キックバイクの体験会やキッチンカーの出店など
日程 9/16(金)～19(月・祝)
場所 同所(中村区中村町)
料金 入場無料
※競輪の売り上げの一部は市の収益となり、社会福祉に使われます。
問合せ 名古屋競輪組合
☎411-0013 FAX411-9767
HP nagoyakeirin.com

ゆとりーとライン秋のウォーキング

「すいどうみち緑道から庄内川・白沢溪谷・小幡緑地へ」
ゆとりーとライン「守山」駅発～「小幡緑地」駅着のコース(約6km)。先着400人に完歩賞(清涼飲料水)あり。スマートフォンを利用した一日乗車券が便利
日時 10/2(日)午前9:00～10:30受け付け。雨天決行(荒天中止)
申込 不要 案内 ホームページ
問合せ 名古屋ガイドウェイバス
☎758-5620 FAX758-5621
HP www.guideway.co.jp

市民の森づくりin木曾

日時 10/22(土)午前7:15～午後7:00
場所 市民の森(長野県木曾郡木曾町)・王滝村(長野県木曾郡王滝村)など。集合は県自治センター(中区三の丸二丁目)
人数 抽選で40人
料金 5,500円(交通費・弁当代など)
申込 電話かEメールでツアーリズムデザイナーズ☎629-5828
☎info@tourismdesigners.com
受付 9/22(木)まで
問合せ 名古屋城総合事務所
☎231-1700 FAX201-3646

「なごや 堀川クルーズ」名古屋城近くから乗れる!!堀川水上散歩

名古屋城前～納屋橋の乗船場をガイド付きの船が運航。協力店の特典あり
日時 9/17(土)～11/27(日)の土曜・日曜日・祝休日、午前9:00～午後4:30
料金 小学生250円・中学生以上500円(片道)・未就学児は大人1人につき1人無料
案内 ホームページ
問合せ 東山ガーデン
☎659-6777 FAX659-6779 (住宅都市局名港開発振興課)
☎972-3975 FAX972-4161

堀川ウォーターマジックフェスティバル

堀川納屋橋周辺が丸ごとビアガーデンに!船上の特設バーや川沿いでビールを楽しめます
日時 9/23(金・祝)午後4:00～9:00・24(土)午後1:00～9:00
場所 堀川納屋橋周辺(中区錦一丁目～中村区名駅五丁目)
料金 入場無料(船上ビールバーは500円必要)
案内 ホームページ・区役所情報コーナー・緑政土木局河川計画課
☎972-2891 FAX972-4193
HP horikawa-wmf.com

いとりどり緑区展

「緑区フォトコンテスト」の受賞作品や有松・鳴海絞など、緑区の魅力を紹介
日程 10/8(土)～11/7(月)
場所 名古屋マリオットアソシアホテルロビー・名古屋JRゲートタワーホテルロビー(中村区名駅一丁目)
問合せ 緑区役所地域推進室
☎625-3874 FAX623-8191

東山動植物園 環境教育動物講座

①ツシマヤマネコを守る②動物園のレストラン③動物園で学ぶ霊長類講座
日時 ①10/10(月・祝)②11/3(木・祝)③11/23(水・祝)午後2:00～2:45
人数 抽選で各60人
料金 入園料必要
申込 電子申請か往復はがき(1通1人まで。希望講座名・氏名のふりがなも記入)で同園(〒464-0804千種区東山元町3-70)
☎782-2111(月曜日、ただし祝日の場合は翌平日休み)
FAX782-2140
受付 9/23(金・祝)必着

市国民健康保険にご加入の方へ

おんたけ休暇村セントラル・ロジへお値打ちに泊られます
1人1泊につき千円割引(1世帯1年度4泊まで)。宿泊当日、同保険証を持参
場所 同所(長野県木曾郡王滝村)
申込 電話で同所☎0264-48-2111
問合せ 健康福祉局保険年金課
☎972-2567 FAX972-4148

文化・芸術

名古屋お屋敷めぐり 4館スタンプラリー

スタンプを全て集めた方先着200人にプレゼントあり(旧豊田佐助邸以外で交換)
日程 9/9(金)～10/10(月・祝)
場所 文化のみち二葉館・榎木館(東区榎木町)・旧豊田佐助邸(東区主税町)・揚輝荘(南園)聴松閣(千種区法王町)
料金 各施設の入館料必要
問合せ 文化のみち榎木館
☎939-2850 FAX939-2851

蓬左文庫秋季特別展 「名物・由緒正しき宝物」

尾張徳川家が収蔵した茶の湯道具と刀剣を中心とした名物を紹介
日時 9/17(土)～11/6(日)の開館日、午前10:00～午後5:00(入館は午後4:30まで)
料金 観覧料必要
問合せ 同所(東区徳川町)☎935-2173(月曜日、ただし祝休日の場合は翌平日休み)
FAX935-2174

びじゅつかんでアウトドア 彫刻ウォッチング

美術館の庭や白川公園内にある野外彫刻を鑑賞し粘土で立体作品を制作する
日時 11/19(土)・20(日)午前10:00～11:30・午後2:00～3:30
場所 市美術館(中区栄二丁目)
対象 小中学生。抽選で各20人
料金 200円
受付 10/14(金)まで
案内 9/5(月)～ホームページ・区役所情報コーナー・同館
☎212-0001(月曜日休み)
FAX212-0005
HP art-museum.city.nagoya.jp/

往復はがきなどの記入方法・案内書の配布日などは7面右上参照

くらしのガイド

ウィーン・ピアノ五重奏団
ミニコンサート **無料**

日時 10/26(水)午後2:00~3:00
場所 市公館(中区三の丸三丁目)
人数 抽選で100人
申込 往復はがき(1通2人まで。氏名にふりがなも記入)で観光文化交流局文化芸術推進課
☎972-3172 FAX972-4128
受付 9/22(木)必着

名古屋演奏家育成塾コンサート

人気投票や専門家によるアドバイスを
を通じ、若手演奏家を育て応援する
日時 9/17(土)午後1:30~4:30
場所 千種文化小劇場(千種区千種三丁目)
人数 150人程度
料金 1,500円(当日2,000円)。チケットは同所、アイ・チケット(clanago.com/i-ticket)で販売中
問合せ 同実行委員会事務局
☎762-0068 FAX764-0666
(観光文化交流局文化芸術推進課
☎972-3172 FAX972-4128)

名古屋城 夜間特別コンサート

日時 10/4(火)午後6:30~7:30
場所 本丸御殿南側庭園(中区本丸)
人数 100人程度
料金 1,500円(観覧料含む)
申込 電話で市文化振興事業団
☎249-9387
受付 10/2(日)まで
問合せ 名古屋城総合事務所
☎231-1700 FAX201-3646

名古屋フィルハーモニー交響楽団
定期演奏会

演目はシヨスタコーヴィチ:交響曲第5番ほか
日時 10/7(金)午後6:45~8:45・
10/8(土)午後4:00~6:00
場所 県芸術劇場(東区東桜一丁目)
対象 小学生以上の方。1,700人程度
料金 2,200~6,400円
申込 電話で名フィル・チケットガイド
☎339-5666 FAX322-3066
受付 開催日の前日まで

ナゴヤ・マーチング&
バトン・ウェーブ

日時 10/2(日)午後0:30~4:00
場所 日本ガイシホール(南区東又兵衛町)
人数 2,500人程度
料金 1,500~2,000円。チケットはチケットぴあ(Pコード223-810)で販売中
受付 9/27(火)まで
案内 区役所情報コーナー・観光文化交流局文化芸術推進課など
☎972-3172 FAX972-4128

自然・環境

SDGsまちづくりキックオフ
セミナー(オンライン開催) **無料**

SDGsにおける企業の役割に関する講演やSDGsまちづくりの事例紹介など
日時 9/22(木)午後6:00~7:20
人数 抽選で100人
受付 9/20(火)まで
案内 市ウェブサイト
問合せ 環境局環境企画課☎972-2293
FAX972-4134

なごや生物多様性センター
の催し **無料**

①秋のピオトープ観察会~季節の昆虫を見つけよう!!~
日時 10/1(土)午前10:00~正午
②森林保全体験を通して生物多様性を学ぶバスツアー
日時 10/15(土)午前8:00~午後7:00
場所 ①同センター(天白区元八事五丁目)②岐阜県下呂市。集合・解散は同センター
対象 小学5年~中学生と保護者。抽選で①20組②30人
受付 9/21(水)必着
案内 ホームページ・区役所情報コーナー・同センター
☎831-8104 FAX839-1695
HP ikimono.city.nagoya.jp

水源地探検隊 **無料**

日時 10/22(土)午前8:00~午後6:00
場所 徳山ダム(岐阜県揖斐郡揖斐川町)
対象 市水道給水区域内にお住まいの小学生と保護者(2人1組)。抽選で20組
受付 9/30(金)必着
案内 ホームページ
問合せ 上下水道局水道計画課
☎972-3655 FAX961-0314
HP www.water.city.nagoya.jp

フードドライブ
家庭にある手つかずの食品
を持ち寄りください!

食品はフードバンクを通じて福祉施設などに届けられます。
日時 ①9/23(金・祝)~25(日)午前10:00~午後6:00②10/1(土)正午~午後3:00
場所 ①イオンモールNagoya Noritake Garden(西区則武新町三丁目)②ドルフィンズアリーナ入場ゲート前(中区二の丸)
案内 市ウェブサイト
問合せ 環境局資源化推進室
☎972-2379 FAX972-4133

ヨシ原の人気者
カニとトビハゼに会おう! **無料**

日時 10/10(月・祝)午前10:30~午後0:30
場所 稲永ビクターセンター(港区野跡四丁目)
人数 抽選で30人
申込 電話・ファクス・Eメール(学年も記入)で藤前干潟ふれあい事業実行委員会(エコパルなごや内)
☎223-1067(月曜日、ただし祝休日の場合は翌平日休み)
FAX223-4199
✉ecopal@n-kd.jp
受付 9/23(金・祝)まで

収穫体験

①サツマイモ・秋冬野菜の部
日程 10/29(土)・30(日)・
11/5(土)・6(日)のうち1日
場所 中川区大当郎農園
②カキの部
日程 11/5(土)・6(日)のうち1日
場所 天白区池見農園
対象 市内在住か在勤(学)の方。抽選で①50組②60組
料金 1組①4千円②千円
申込 往復はがき(1組1通まで)で株式会社HOPE(〒460-0003中区錦一丁目17-13名興中駒ビル4階)
受付 9/20(火)消印有効
問合せ 緑政土木局都市農業課
☎972-4071 FAX972-4141

森の手入れをしよう **無料**

竹の除伐やヒノキの間伐などを体験
日時 9/24(土)午前10:00~正午(雨天の場合は10/1に延期)
場所 相生山緑地(天白区天白町)
対象 小学4年生以上の方(小学生は保護者同伴)。抽選で15人
申込 電子申請かはがき(年齢も記入)でみどりの協会(〒466-0064昭和田鶴舞一丁目1-166)
☎731-8590 FAX731-0201
受付 9/17(土)必着
問合せ 緑政土木局緑地利活用課
☎972-2489 FAX972-4143

教養・実用

水の歴史資料館企画展
「下水処理のはじまり~日本初の
活性汚泥法~」 **無料**

日時 9/17(土)~10/23(日)の開館日、午前9:30~午後4:30
問合せ 同館(千種区月ヶ丘)
☎723-3311(月曜日、ただし祝休日の場合は翌平日休み)
FAX723-3312

講座「犯罪被害を学ぶ会」 **無料**

被害者遺族の経験談など
日時 ①③10/20(木)②③11/16(水)午後2:00~3:50
場所 ①緑文化小劇場(緑区乗鞍二丁目)②青少年文化センターアートピアホール(中区栄三丁目)③オンライン
人数 ①②各200人程度③制限なし
申込 はがき・ファクス・Eメール(参加場所、③はメールアドレスも記入)でスポーツ市民局人権施策推進室
☎972-2582 FAX972-6453
✉a2580@sportsshimin.city.nagoya.lg.jp
受付 ①10/17(月)②11/11(金)③各受け付け日の1週間前必着

イーブルなごや 後期講座

女性・男性の多様な生き方を応援。男女平等参画と女性教育に関する講座
日程 ①10~12月②来年1~3月
人数 抽選で各20人程度。託児要予約
料金 無料~7千円(託児は別途料金必要)
受付 ①9/27(火)②12/13(火)必着
案内 ホームページ・区役所情報コーナー・同所(中区大井町)
☎331-5288(第3木曜日休み)
FAX322-9458
HP e-able-nagoya.jp

イコールなごやシンポジウム
「メディアの視点から考えるジェンダー平等」

要約筆記あり
日時 10/21(金)午後2:00~4:20
場所 イーブルなごや(中区大井町)
講師 相模女子大学大学院特任教授の白河桃子さん
人数 抽選で160人。託児要予約
料金 無料(託児は別途料金必要)
申込 ホームページ・電話・ファクスでスポーツ市民局男女平等参画推進室☎972-2234 FAX972-4206
受付 10/3(月)必着



↑ホームページはこちら

なごやナースキャリアサポートセンター 市民公開講座 **無料**

テーマは「ロコモ予防」
日時 11/24(木)午後2:00~3:30
場所 東スポーツセンター(東区大幸南一丁目)
人数 抽選で100人程度
申込 はがき・ファクス・Eメールで同センター(〒461-0004東区葵一丁目4-7)☎936-4883
FAX979-4560
✉a9351755-08@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp
受付 11/17(木)必着

くらしのガイド

往復はがきなどの記入方法・案内書の配布日などは7面右上参照

教養・実用

鯉城学園楽陶館陶芸教室入門コース

日時 10/17(月)～12/5(月)の月曜日の全8回、午後1:00～3:00
対象 市内在住で60歳以上の陶芸初心者。抽選で30人
料金 1万8千円
申込 往復はがき(年齢も記入)で同館(〒465-0051名東区社が丘三丁目1206)☎・FAX701-7211
受付 9/30(金)消印有効

高齢者就業支援センター 就業にも役立つパソコン講座

①エクセル基礎②ワード基礎
日時 ①10/17(月)～11/2(水)の月曜・水曜・金曜日の全8回、午前10:00～正午②10/17(月)～31(月)の月曜・水曜・金曜日の全7回、午後1:30～3:30
対象 市内在住で55歳以上のマウス操作などできる方。抽選で各10人
料金 ①13,300円②11,800円
申込 電子申請・電話・ファクスで同センター(昭和区御器所通)☎842-4691 FAX842-4894
受付 9/20(火)まで

ユースクエア はじめてのWEBサイト基礎講座 ～めざせIT企業・IT事務～

HTMLとCSSの基礎。WEBページ構築の基礎スキルの習得。初心者向け
日時 10/16(日)～12/25(日)の日曜日(10/30は除く)午後2:00～5:00、来年1/7(土)・8(日)午前9:30～午後5:30の全12回
対象 15～34歳(中学生除く)でパソコンの基本操作ができる方。抽選で10人
受付 9/29(木)必着 案内 ホームページ
問合せ 同所☎991-8440 FAX991-8441
HP youth-nagoya.jp

ゲートキーパー養成研修

日時 <入門編>10/22(土)<実践編>10/29(土)<応用編>11/13(日) 午前10:00～11:45
場所 ウィンクあいち(中村区名駅四丁目)
対象 市内在住か在勤(学)の方。先着各100人程度
受付 9/12(月)午前10:00～
案内 ホームページ
問合せ 市ゲートキーパー研修事務局☎090-2180-0284 FAX308-4579 (健康福祉局健康増進課)☎972-2283 FAX972-4152)
HP oubu39.com/

つながり・支えあおう 地域福祉のすゝめ

「多様なつながりを生かした地域の支えあい」がテーマの講演と実践報告。オンライン配信あり
日時 10/25(火)午後2:00～4:00
場所 名古屋国際会議場白鳥ホール(熱田区熱田西町)
人数 抽選で360人程度
受付 10/7(金)まで
問合せ 市社会福祉協議会☎911-3193 FAX917-0702 (健康福祉局地域ケア推進課)☎972-2548 FAX955-3367)

精神障害者家族交流事業 晴れときどき虹

日時 10/23(日)午後1:00～4:00
場所 鯉城ホール(中区栄一丁目)
対象 精神障害のある方の家族など。当日先着390人
案内 保健センター
問合せ 健康福祉局健康増進課☎972-4075 FAX972-4152

市ひきこもり地域支援センターの講座

精神科医や支援機関による講義など①ひきこもり支援サポーター養成研修②ひきこもり家族教室
日時 10/14(金)・31(月)・11/29(火)・12/9(金)の全4回、午後2:00～4:00
場所 市精神保健福祉センターこころば(中村区名楽町)
対象 ①市内在住か在勤(学)の方②市内在住でひきこもりの方の家族。先着各15人程度
申込 9/12(月)午前9:00～電話で市ひきこもり地域支援センター☎483-2077 FAX483-2029

ホームヘルパー現任研修

テーマは「知っていますか?精神障害について」
日時 ①11/19(土)②11/26(土)③12/3(土)の全3回、午後1:00～5:00(11/19は午後0:20～)
場所 ①③オンライン②名古屋聖マタイ教会(昭和区明月町)
対象 市内在住か在勤(学)で、精神障害者の支援事業所などで従事している方か介護職員初任者研修修了などの資格取得者。先着25人
料金 7千円
受付 9/12(月)午前10:00～
案内 9/12(月)～市ウェブサイト・区役所情報コーナー・健康福祉局障害者支援課
HP 972-2558 FAX972-4149

管理栄養士 オススメ 簡単!ズボラひとり飯 ～作って食べて健康に～

豆腐のカプレーゼ



所要5分

*材料(1人分)

木綿豆腐1パック(150g)・トマト小1個・スライスチーズ1枚・大葉1枚・オリーブオイル小さじ1・塩適量・あらびきコショウ適量

《1人分栄養価》 エネルギー220kcal 食塩相当量0.5g

- ① 豆腐とトマトをそれぞれ6枚に、チーズを6等分に切る。
② トマト、豆腐、チーズの順に重ねたものを皿に並べる。
③ 上から千切りにした大葉をちらし、オリーブオイルと塩・コショウをかける。

大葉の代わりにバジルでも!豆腐を使っているので食べ応えがありますよ。



熱田保健センターの佐藤さん

料理を作ったら「#ズボラひとり飯なごや」をつけて、Instagramに投稿しよう!(アレンジ料理歓迎)健康増進課SNSで紹介することがあります。

ホームページ「なごや食育ひろば」でも情報発信中→



問合せ 健康福祉局健康増進課☎972-3078 FAX972-4152

在宅療養講演会 食で高齢者を応援!望む暮らしを続けるために今できること

Youtubeで配信
日程 9/26(月)～12/31(土)
案内 ホームページ
問合せ 市療養サービス事業団☎482-3781 FAX482-3785 (健康福祉局健康増進課)☎972-2637 FAX972-4152)
HP nrs.or.jp

堀川検定 ～めざせ!堀川アンバサダー～

上級合格者を「堀川アンバサダー」に任命
★初級 無料 …オンライン受験
日程 随時
★中級 …オンライン受験
日時 11/23(水・祝)午前10:00～11:00
人数 先着100人 料金 千円
受付 10/1(土)午前9:00～
★上級 無料 …中級合格者へ12月下旬に問題を交付。回答期限は1月上旬
案内 ホームページ
問合せ 水辺とまちの入口研究所☎・FAX735-5586 (緑政土木局河川計画課)☎972-2823 FAX972-4193



↑ホームページはこちら

今ナゴヤで起きていることを「自分ごと」として考える講演会

自分の住むまちについて学びあう場づくりに取り組む方の話を聞く
日時 10/9(日)午後1:30～3:30
場所 市総合社会福祉会館(北区清水四丁目)
講師 大ナゴヤ大学のちのここひらさん
人数 抽選50人
受付 9/30(金)まで
問合せ 市社会福祉協議会☎911-3180 FAX917-0702 (健康福祉局地域ケア推進課)☎972-2548 FAX955-3367)

国際留学生会館 留学生による外国語・外国文化紹介講座

★英語初級会話…全て英語で進行
日時 10/17(月)～11/21(月)の月曜日の全6回、午後6:30～7:45
★韓国語会話入門
日時 10/21(金)～11/25(金)の金曜日の全6回、午後6:30～7:45
対象 高校生以上の方。各30人程度
料金 3千円
申込 ホームページか封書(希望講座も記入。切手を貼った返信用封筒を同封)で同館(〒455-0015港区港栄二丁目2-29)☎654-3511 FAX654-3510
受付 9/12(月)～22(木)必着
HP nic-nagoya.or.jp

往復はがきなどの記入方法・案内書の配布日などは7面右上参照

くらしのガイド

応急手当を身につけましょう

無料

講習名 日時
救命入門 ①成人 10/29(土)・11/27(日)・12/10(土)午前10:00～11:30
②小児・乳児 10/23(日)・11/26(土)・12/18(日)
午前10:00～11:30・午後1:30～3:00
③普通救命I (成人) 10/2(日)・3(月)・7(金)・17(月)・19(水)・21(金)・★24(月)・28(金)・11/7(月)・11(金)・15(火)・16(水)・19(土)・24(木)・29(火)・30(水)・12/4(日)・6(火)・★8(木)・9(金)・19(月)・22(木)・23(金)・28(水)午前9:00～正午
10/2(日)・3(月)・7(金)・17(月)・19(水)・21(金)・24(月)・28(金)・11/1(火)・4(金)・7(月)・14(月)・★15(火)・19(土)・24(木)・28(月)・12/4(日)・8(木)・9(金)・19(月)・21(水)・22(木)・26(月)・27(火)午後1:30～4:30
④普通救命III (小児・乳児) 10/6(木)・31(月)・11/8(火)・14(月)・12/12(月)・20(火)
午前9:00～正午
10/18(火)・29(土)・11/25(金)・27(日)・12/2(金)・10(土)
午後1:30～4:30

場所 応急手当研修センター(昭和三区御器所通)
対象 市内在住か在勤(学)で①②小学4年生以上の方③④中学生以上の方(★は女性のみ)
人数 先着各①17人②8組(子ども同伴可)③④15人
申込 ①②④9/13(火)③9/12(月)午前8:45～電話で同センター
☎853-0099 FAX853-1682 市ウェブサイト 応急手当 検索

動物愛護センターの催し 無料

★問題犬のためのしつけ方教室

日時 ①10/12(水)午後1:30～3:30

★パピー教室

日時 ②10/23(日)③11/20(日)午後1:30～3:00

対象 ①市内在住の方②③市内在住で狂犬病予防注射・混合ワクチン接種が済んでいる生後6カ月までの子犬を同伴できる方。抽選で①15組②③各10組

申込 電子申請か往復はがき(教室名・希望日・犬の種類・月齢・性別①は体重・困っていることも記入)で同センター(〒464-0022千種区平和公園二丁目106)

☎762-1515 FAX762-0423

受付 ①9/28(水)②10/9(日)③11/6(日)必着

市政資料館

謎とき「100年の時を超えて」 無料

建物に秘められた謎のメッセージを読み解く。記念品あり

日時 9/1(木)～来年3/31(金)午前9:00～午後5:00

問合せ 同館(東区白壁一丁目)

☎953-0051(月曜日、ただし祝休日の場合は翌平日、第3木曜日休み) FAX953-4398

市バス営業所見学会 無料

運転士体験・非常口からの脱出体験・記念撮影など

日時 12/3(土)午前10:00～正午・午後2:00～4:00

場所 緑営業所(緑区兵庫一丁目)

対象 小学生以上の方(1組2人まで。小学生は保護者同伴)。抽選で各20人

受付 9/21(水)まで

問合せ 交通局管理課

☎972-3865 FAX972-3932

青少年のための科学の祭典

実験・工作やサイエンスショーなど

日時 10/1(土)・2(日)午前10:00～午後4:00(入場は午後3:30まで)

場所 市科学館・でんきの科学館(いずれも中区栄二丁目)

料金 入場無料 申込 不要

問合せ 市科学館 ☎201-4486(月曜・第3金曜日休み) FAX203-0788

港防災センター

伊勢湾台風写真展 無料

記録写真とともに伊勢湾台風を振り返り、風水害の恐ろしさ・災害に対する備えの必要性を学ぶ



被災者の遺品の靴が積まれた「くつ塚」に手を合わせる市民

日時 9/13(火)～12/11(日)の開館日、午前9:30～午後4:30

問合せ 同センター(港区港明一丁目)

☎651-1100(月曜・第3水曜日、ただし祝休日の場合は翌平日休み) FAX651-6220

なごや介護の日フェア

職業選択の参考となるよう、若年層向けに介護の仕事のやりがいや魅力を伝える

日時 11/5(土)午前10:00～午後4:00

場所 Hisaya-odori Park ケヤキヒロバ(中区丸の内三丁目)

料金 入場無料 申込 不要

問合せ 健康福祉局介護保険課

☎972-2537 FAX972-4147

HP 1111kaigo.com/

マンション管理初級セミナー 無料

「高経年マンションの再生に向けて、気を付けたい7つのポイント」など

日時 10/1(土)午後1:30～4:30

場所 鯉城ホール(中区栄一丁目)

対象 マンション管理組合役員・区分所有者・居住者など。抽選で250人

申込 はがきかファクス(マンション名も記入)で住宅都市局住宅企画課

☎972-2960 FAX972-4172

受付 9/21(水)必着

農業センターdelaふぁーむ 羊のお話と羊毛マスコットづくり

日時 10/9(日)午前10:30～11:30

対象 小学生と家族(1組4人まで)。抽選で11組

料金 1組500円

申込 電子申請か往復はがき(学年も記入)で同センター(〒468-0021天白区天白町大字平針字黒石2872-3) ☎801-5221(月曜日休み) FAX801-5222

受付 9/20(火)必着

市教育文化祭高等学校展覧会 無料

絵画や写真など市立高校生の作品を展示

日時 9/20(火)～25(日)午前9:30～午後6:00(9/25は午後4:00まで)

場所 市民ギャラリー栄(中区栄四丁目)

問合せ 教育委員会指導室

☎972-3234 FAX972-4177

職員などの募集

※会計年度任用職員については、再度の任用の可能性があります。

学校用務員・給食調理員

試験 10/8(土) 採用 来年4月

対象 昭和62年4月2日以降生まれで中学校卒業以上の方。選考で10人程度

受付 9/22(木)消印有効

要項 市ウェブサイト・区役所情報

配布 コーナー・教育委員会教職員課

☎972-3238 FAX972-4177

緑政土木局職員(土木現業技士)

土木事務所などで道路・河川・公園緑地などの維持管理

試験 11/12(土)

採用 来年4月

対象 昭和62年4月2日以降生まれで車両総重量7.5トン未満の自動車運転できる免許取得(見込み)者で、中学校卒業以上の方。選考で若干人

受付 9/22(木)消印有効

要項 市ウェブサイト・緑政土木局総務

配布 課 ☎972-2804 FAX972-4166

環境局職員(技士)

①廃棄物の収集②廃棄物の収集に1～2年従事したのち、収集車の運転業務に転任

試験 10/8(土) 採用 来年4月

対象 ①昭和62年4月2日～平成17年4月1日生まれの方②昭和62年4月2日以降生まれの大型免許取得者(平成31年4月1日以降に運転免許の停止・取り消し処分を受けた者を除く)。選考で各5人程度

受付 9/20(火)消印有効

要項 市ウェブサイト・区役所情報

配布 コーナー・環境事業所

問合せ 環境局職員課

☎972-2364 FAX972-4130

会計年度任用職員

子どもの権利擁護調査相談員

子どもの権利にかかる相談への対応、調査・調整、普及活動など

期間 採用月～来年3月

対象 社会福祉士・臨床心理士などの資格取得者か相談支援業務などに従事した経験のある方。選考で4人程度

受付 随時

要項 市ウェブサイト・区役所情報

配布 コーナー・子ども青少年局子ども未来企画室分室(東区東桜一丁目) ☎211-8071

FAX211-8072

スポーツ推進審議会公募委員

期間 令和4年12月～令和6年12月

対象 市内在住か在勤(学)で18歳以上の方。選考で1人

受付 9/30(金)必着

要項 市ウェブサイト・区役所情報

配布 コーナー・スポーツ市民局スポーツ振興室 ☎972-3262

FAX972-4417

市からのお知らせ

9/4(日)～10(土)は救急医療週間

風邪や発熱などの軽症時でも、夜間や休日に救急病院を受診する方が多く、重症者の受け入れができなくなる恐れがあります。救急医療体制の維持のため、次の点についてご理解とご協力をお願いします。

★かかりつけ医を持ち、日頃から健康管理を心掛けましょう。

★夜間や休日は夜間急病センター・休日急病診療所を利用しましょう。

問合せ 健康福祉局保健医療課

☎972-2623 FAX972-4154

9/24(土)～30(金)は結核予防週間

市内では1日に1人以上の方が結核と診断されています。咳・たんなどの症状が2週間以上続いたら、早めに医療機関を受診しましょう。また、1年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。

案内 市ウェブサイト

問合せ 健康福祉局感染症対策室

☎972-2633 FAX972-4203

皆さんの意見を市政にパブリックコメント
皆さんのご意見をお寄せください

計画(案)・資料などの配布・閲覧は区役所情報コーナー・市民情報センター(市役所西庁舎1階)のほか、市ウェブサイトでもご覧いただけます。点字版・音声変換用テキストファイルを希望される方は問い合わせ先へご連絡ください。

瑞穂公園陸上競技場地区バリアフリー基本構想(案)

瑞穂公園陸上競技場地区をバリアフリー法に基づく重点整備地区に指定し、バリアフリー化のための基本構想(案)を策定しました。

配布・募集期間 9/28(水)まで

問合せ 健康福祉局障害企画課 ☎972-2538 FAX951-3999

✉a2538@kenkofukushi.city.nagoya.lg.jp

小学校年齢期における放課後施策の新たな方向性(案)

子どもたちが豊かに放課後を過ごせる環境を整備するため、放課後施策についての新たな方針をまとめました。

配布・募集期間 9/12(月)～10/11(火)

問合せ 子ども青少年局放課後事業推進室 ☎972-3096 FAX972-4119

✉a3096@kodomoseishonen.city.nagoya.lg.jp

くらしのガイド

市からのお知らせ

9月は「屋外広告物を考える月間」

道路・電柱などの公共物件には、立看板・のぼり旗・貼り紙などの広告物を掲出できません。違反広告物は街の景観を損なうだけでなく、歩行者などの通行を妨げ危険です。広告物の掲出ルールを守りましょう。

問合せ 住宅都市局ウォークブル・景観推進室 ☎972-2735 FAX972-4485

寄附金募集!昭和にタイムスリップ!?復刻デザイン「レトロカラーバス」応援プロジェクト

かつて市内を走っていた「昭和レトロ」な車両塗装や花バス・市電をラッピングなどで再現するための寄附を募集



受付 9/30(金)まで
案内 ホームページ
問合せ 交通局経営企画課 ☎972-3824 FAX972-3938



↑ホームページはこちら

パーソナリティ調査にご協力をお願いします

市民の皆さんの一日の活動内容を把握し今後のまちづくりに活用するため、交通に関する調査を実施

日程 9~12月
対象 無作為に抽出した市内約11万世帯・約20万人
問合せ 同調査サポートセンター ☎0120-052-133 (住宅都市局交通企画課) ☎972-2724 FAX972-4170

往復はがきなどの記入方法・案内書の配布日などは7面右上参照

大江川下流部公有水面埋立に係る環境影響評価準備書の縦覧・意見募集など

①縦覧②事業者の閲覧機会の提供
日程 9/6(火)~10/5(水)の開庁・開所日

場所 ①環境局地域環境対策課・港区役所(港区港明一丁目)・南区役所(南区前浜通)など②緑政土木局河川工務課

③意見募集…郵送・Eメールか直接、環境局地域環境対策課

✉asesu-iken@kankyokyo.city.nagoya.lg.jp

受付 9/6(火)~10/20(木)必着

④事業者の準備書説明会
日時 9/17(土)午前10:00~正午

場所 大江破砕工場敷地内大江ホール(港区本星崎町)

問合せ ①③環境局地域環境対策課 ☎972-2697 FAX972-4155

②④緑政土木局河川工務課 ☎972-2897 FAX972-4165

中部国際空港の滑走路増設に係る意見募集

日程 10/20(木)まで
案内 ホームページ

問合せ 中部国際空港(常滑市) ☎0569-38-7838

FAX0569-38-7847 (総務局空港対策室) ☎972-2224 FAX972-4112



↑ホームページはこちら

人事行政の運営状況等の公表

令和3年度の市職員数などを公表
日時 9/28(水)午前10:00~

閲覧 市ウェブサイト、区役所情報コーナー・支所、図書館

問合せ 総務局人事課 ☎972-2123 FAX972-4115

就業構造基本調査にご回答ください

10/1(土)現在の就業実態を調査。9月上旬から調査員がご自宅に伺います。結果は雇用に関する政策に活用されます。

対象 無作為に抽出された市内在住の15歳以上の方。4,600世帯程度

問合せ 区役所総務課・総務局統計課 ☎972-2253 FAX972-4114

後期高齢者医療 保険証の更新

10/1(土)から窓口負担割合に2割負担の区分が加わるため、今お持ちの保険証の有効期限は9/30(金)までです。9月中に新たな保険証を送付します。

問合せ あいち後期高齢者医療コールセンター ☎0570-011-558 (区役所保険年金課・支所区民福祉課)

マダニに咬まれないよう注意!

マダニは森林などの屋外に生息し、近づいた動物や人に咬みついて吸血します。マダニによって媒介される感染症にかからないために、森林や草地に入る際には長袖・長ズボンを着用するなど、肌の露出を少なくしましょう。

問合せ 市保健所環境薬務課(健康福祉局内) ☎972-2644 FAX972-4153

木造住宅無料耐震診断未受診の方へ順次案内を送付しています

市に登録している耐震診断員による耐震診断を受けることが可能

対象 昭和56年5月以前に着工した2階建て以下の木造住宅(プレハブ・ツーバイフォー工法などは除く)の所有者で、診断を受けていない方

問合せ 住宅都市局耐震化支援室 ☎972-2921 FAX972-4179

弁護士による1日無料法律相談

民事法律問題についての面接相談
日時 10/14(金)午前9:45~午後4:55(1人30分)

場所 市役所西庁舎

人数 先着16人

申込 10/1(土)午前9:10~電話で名古屋法律相談センター ☎565-6110

問合せ スポーツ市民局広聴課 ☎972-3139 FAX972-3164

市ウェブサイトから国民健康保険料の口座振替申込手続きができるようになります

(10/3~) 一部の金融機関で対応。取扱金融機関は今後順次拡大予定

対象 市国民健康保険加入者

案内 市ウェブサイト

問合せ 区役所保険年金課・支所区民福祉課

平和公園 お彼岸時の交通規制

お彼岸の時期は平和公園内の道路が大変混雑するため、一部道路で一方通行規制を行います。墓参りは公共交通機関をご利用ください。最寄りには市バス「平和公園」・「平和公園南」停

日時 9/23(金・祝)午前6:30~午後3:30

場所 平和公園一丁目~三丁目

問合せ 東山総合公園 ☎782-2111(月曜日休み) FAX782-2140

中小企業向け情報

★金融相談窓口…月曜~金曜日(祝休日休み)の午前9:00~正午・午後1:00~4:00。予約制。無料

★BCPセミナー…①10/7(金)午後1:15~4:15②来年1/19(木)・2/16(木)午前9:15~午後4:15。先着①70人②各30人。無料

問合せ 経済局中小企業振興課 ☎735-2100 FAX735-2104

無料相談窓口

就職相談

なごやジョブサポートセンター(千種区吹上二丁目) ☎733-2111 FAX733-2115
HP www.nagojob.city.nagoya.jp

月曜~金曜・第1土曜日の午前9:00~午後5:00(祝休日休み、水曜日は午後6:30まで)。専門の相談員による就業相談など(予約制)、市内事業者からの求人も受け付け中。対象は、学生・既卒・子育て中の女性など幅広い世代の求職者。キッズスペースあり

中小企業事業展開支援補助金の申請受付中

新たな事業分野への進出や事業の拡大を行い、市内の事業所などに設備・機器などを導入した場合、経費(税抜)の4分の3(上限30万円・下限10万円)を補助。要件あり

対象 市内の中小企業者

受付 10/14(金)消印有効

案内 ホームページ

問合せ 同コールセンター ☎228-7007(祝休日を除く月曜~金曜日の午前9:00~午後5:00) FAX972-4136



↑ホームページはこちら

市政広報テレビ・ラジオ番組

*都合により放送内容や放送日時が変更になることがあります。

問合せ 市長室広報課 ☎972-3134 FAX972-4126

テレビ番組 (字幕放送あり) *各番組HPで、放送終了後に番組を視聴できます。

林修のナゴヤかるた (出演: 林修さん)

4ch 中京テレビ 日曜日 午後 5:25 ~ 5:30 (再放送/月曜日 午前 2:15 ~ 2:20、火曜日 午前 0:54 ~ 0:59)

市政情報を分かりやすくお伝えします。

- 9/11 草木類収集実証実験
9/18 市立大学データサイエンス学部
9/25 小中学生起業家育成事業
10/2 食品ロス削減
10/9 里親制度



最新の放送予定はこちら↓



HP www.ctv.co.jp/nagoyakaruta/

おもてなし隊なごや (出演: 名古屋おもてなし武将隊)

6ch M-テレ 月曜日 午後 6:57 ~ 7:00 (再放送/金曜日 午前 0:52 ~ 0:57、金曜日 午後 1:45 ~ 1:48)

施設や行催事などを紹介します。

- 9/12 みどりが丘公園
9/19 堀川ウォーターマジックフェスティバル
9/26 ポートメッセなごやのリニューアルオープン
10/3 市博物館「兵馬俑と古代中国~秦漢文明の遺産~」
10/10 名古屋港水族館



最新の放送予定はこちら↓



HP www.nagoyatv.com/omotenashi/

ラジオ番組 各回の放送内容は市ウェブサイト案内しています。市ウェブサイトラジオ広報 検索 各番組HPで、放送終了後に番組を視聴できます。

NAGOYA CITY | LOVE NAGOYA!

ZIP-FM 77.8MHz 月曜・金曜日 午前10:00ごろ~

月曜日は「BRUNCH STYLE」内、金曜日は「FRIDAY MUSIC PUZZLE」内で放送

HP zip-fm.co.jp/blog/lovenagoya/

*9/19の放送は9/20、9/23の放送は9/22、10/10の放送は10/11の午前10:16ごろ~

名古屋市だより

CBCラジオ AM 105.3kHz 火曜・木曜日 午前11:28ごろ~ 水曜日 午前8:17ごろ~ FM 93.7MHz 金曜日 午後4:24ごろ~

火曜・木曜日は「つボイノリオの聞けば聞くほど」内、水曜日は「多田しげおの気分爽快!! ~朝からP・O・N」内、金曜日は「ドラ魂キング」内で放送

HP hicbc.com/radio/nagoya/

Useful information for foreign residents is provided by the City of Nagoya website and the Nagoya International Center.

The City of Nagoya website : www.city.nagoya.jp/en Nagoya International Center : ☎052-581-0100 website : www.nic-nagoya.or.jp

Nagoya International Center website



名古屋市広報課 フェイスブック www.facebook.com/nagoyakoho