



子育て・健康

第5回『つしぴーるーむ』

ID 980993984

集団遊び、スタッフと一緒に遊びます。その中でお子さんに合った育児方法や接し方をアドバイスします。

日時 12月25日(木)～令和8年2月

5日(木)(毎週木曜日・全6回)

午前10時～11時15分

場所 東地区子育て支援センター
(生涯学習センター内)

講師 臨床心理士、作業療法士、保健師、保育教諭

対象 市内在住の1歳6か月から就園前までのお子さんと保護者

定員 5人(先着)

申込 12月11日(木)の午前9時以降

に電話で下記へ。

問合 東地区子育て支援センター
☎24-1201



中央児童館で遊ぼう！ 12月の予定

中央児童館 ☎26-3540

イベント	日付	時間	対象	受付期間	定員	内容	参加費	持ち物
けん玉教室	1、15日 いずれも月曜日	午後4時～4時30分	小・中学生、高校生	当日受付	なし	けん玉の技やもしかめにチャレンジしよう	無料	上靴・水筒
なかよし広場	3、17日 いずれも水曜日	午前10時30分～11時15分	満1歳ごろから未就学児とその保護者	当日受付	なし	ふれあい遊びや体を動かして遊びましょう	無料	上靴・水筒
鑑賞会	6、20日 いずれも土曜日	午後1時30分～2時	幼児親子、小・中学生、高校生	当日受付	なし	大スクリーンでアニメを楽しもう	無料	上靴・水筒
けん玉・こま検定	7、14、21、28日 すべて日曜日	午後1時～2時	小・中学生、高校生	当日受付	なし	けん玉とこまの記録にチャレンジします	無料	上靴・水筒
運動遊び	13、27日 いずれも土曜日	午後3時30分～4時	小・中学生、高校生	当日受付	なし	身体を動かして遊ぼう、ドッジボールもするよ	無料	上靴・水筒・タオル
ハイハイ広場	15日(月)	午前10時30分～11時15分	0歳児とその保護者※1	当日受付	なし	身長体重測定、手形をデコレーションしよう	無料	バスタオル・水分補給できるもの
ベビーマッサージ	19日(金)	午前10時30分～11時30分	0歳児とその保護者※2	5日(金)～	5組	親子のリラックス法ふれあい遊びをします	オイル代、資料代500円	バスタオル・水分補給できるもの
クリスマス会	21日(日)	午後1時～3時	幼児親子 小・中学生、高校生	当日受付	なし	児童館でクリスマス会を楽しもう	無料	上靴・水筒
ビンゴ大会	26日(金)	午前11時30分	乳幼児親子、小・中学生、高校生	当日受付	なし	ビンゴ大会で盛り上がりよう	無料	上靴・水筒
中学生卓球大会	26日(金)	午後1時30分	中学生	12日(金)～23日(火)	なし	トーナメント戦を行います	無料	ラケット・上靴・水分補給できるもの

○ 開館時間:午前9時30分～午後5時(水曜日午後・木曜日・祝日の休館日を除く) 児童館に貴重品は持ってこないようにしましょう。携帯電話のご利用はお控えください。

○ 初回に来館の際に登録書の記載をお願いします。登録書に記載のある方は、電話での受付が可能です。

○ 定員のあるイベントの受付は、電話または直接児童館まで(定員になり次第受付終了)

※1 生後4カ月ごろ～満1歳ごろ ※2 生後1カ月健診後～満1歳ごろ

個別相談

ID 746312997

子育てやお子さんの発達で心配なこと、困っていることはありませんか。専門職員が子育てや発達、ことばに関する相談を受け、アドバイスや必要に応じた支援を無料で行います。

子育てや発達全般に関する相談

1月	9日(金)、16日(金)、29日(木)、 30日(金)
2月	6日(金)、13日(金)、 19日(木) 、20日(金)、27日(金)
3月	6日(金)、13日(金)、 17日(水) 、27日(金)
○ 午前9時30分～11時30分 (木) 午後1時30分～3時30分 (金) 午後1時30分～2時30分 ※3月13日(金)は、午後1時30分～3時30分(2枠)	

ことばの相談

1月	13日、20日
2月	10日、24日
3月	10日、24日
第2・4火曜日 午後3時～5時 ※1月のみ第2・3火曜日	

※相談員の都合で変更になることがあります。

場所 東地区子育て支援センター
(生涯学習センター内)

相談員 臨床心理士・言語聴覚士

対象 市内在住、0～18歳のお子さんの保護者

定員

子育てや発達全般に関する相談

○は1日2人、木曜日1日2人
金曜日1日1人

ことばの相談

各日2人

※1人約1時間予約制

申込 電話または直接下記へ。

問合せ 東地区子育て支援センター
☎24-1201



第5回親子あそび講座

ID 156893722

日時 令和8年1月14日(水)

Aグループ 午前10時～11時

Bグループ 午前11時～正午

場所 生涯学習センター第6会議室

内容 親子えいご

対象

Aグループ 市内在住の1歳以上2歳未満の未就園児とその保護者13組

Bグループ 市内在住の2歳以上の未就園児とその保護者13組

申込 12月24日(水)の午前9時以降に電話または直接下記へ。

問合せ 東地区子育て支援センター
☎24-1201

市民病院公開講座

がんと言われたら
～こころの整理と準備～

がんと言われると、心に大きなストレスをもたらし、どのように考えていけば良いか不安に思うこともあると思います。

本講座は、がんと向き合うための大切なことをお伝えします。

日時 12月5日(金) 午後2時～3時

場所 市民病院2階講義室

講師 市民病院がん化学療法看護認定看護師

対象 どなたでも(当院に通院していない方も参加可能)

参加費・申込 不要

問合せ 市民病院地域医療センター
☎28-5151 内線3410



脳がよるこぶ!! **笑顔**がうまれる!! シナプソロジー® 津島市で初導入!!

SYNAPSOLOGY
シナプソロジー

半日型
リハビリ専門

津島柔整リハビリ デイサービスセンター

ヒザの痛み
何とかならない
かしら...

ヒザ・腰痛を改善し元気を取り戻しましょう

送迎あり・体験できます

ニーズにあった
個別指導

週1～2回の
体操で
健康づくり!

外出サポート
“お助け隊”で
お出かけも安心

ご自宅でのリハビリなら
ながた訪問鍼灸マッサージ

健康保険が使えます (※医師の同意書が必要)

寝たきりや
歩行が
困難な方に

ご自宅で
機能訓練が
できます

☎0567-23-3339 (夜間はこちら ☎0567-26-7711)

〒496-0833 津島市常盤町 4-33-7 ※南小学校南門前の緑の建物です

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主にお問い合わせください。

1月の母子健康診査、教室のお知らせ

会場・予約先・問い合わせは保健センター

種別	日	受付時間(開催時間)	対象	定員	持ち物
離乳食教室(前期)	14(水)	午前9時45分～10時 (午前10時～11時30分)	4～7カ月ごろになるお子さんをもつ保護者 ※対象の月齢以外でも予約できます	25人 予約制	母子健康手帳
4カ月児健康診査	7(水)	午後1時～2時 ※指定された時間	4カ月を過ぎたお子さん ※対象者に個別通知をします (1歳未満まで受診可)		母子健康手帳 問診票 バスタオル
	28(水)				
1歳6カ月児健康診査	15(木)	午後1時～2時 ※指定された時間	1歳6カ月を過ぎたお子さん ※対象者に個別通知をします (2歳未満まで受診可)		母子健康手帳 問診票 バスタオル
2歳児歯科健康診査	8(木)	午後1時～2時 ※指定された時間	2歳以上3歳未満のお子さん ※対象者に個別通知をします (3歳未満まで受診可)		母子健康手帳 問診票 タオル
3歳児健康診査	9(金)	午後1時～2時 ※指定された時間	3歳2カ月ごろのお子さん ※対象者に個別通知をします (4歳未満まで受診可)		母子健康手帳 問診票 視力・聴力アンケート
	16(金)				

☆乳幼児健康診査はすべて1～2時間程度かかります。乳幼児健康診査を受けていない方は保健センターの保健師がご家庭を訪問します。

☆麻しん(はしか)、風しん(三日ばしか)、水痘(水ぼうそう)、流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、とびひ等にかかっている方は、医師の許可が出てからお越しください。

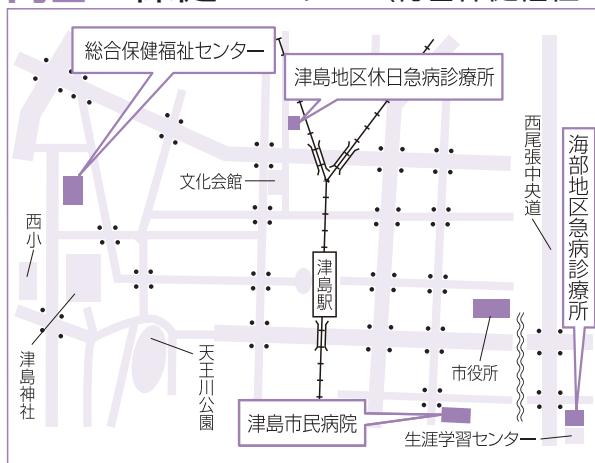
☆予約制の場合は、定員になり次第締め切らせていただきます。

☆暴風警報等が、愛知県西部地方に発令された場合は実施できないことがありますので、保健センターにお問い合わせください。

★あなたの健康づくりを応援します 保健師・管理栄養士が担当します。

事業名	内容	開催日時
健康ホットライン ☎27-1021(相談専用)	ご自身や家族の健康について、また、育児に関することを専用電話で保健師が相談をお受けします。	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時30分～11時
健康相談	生活習慣病など健康に関すること。	月～金曜日(祝日を除く) 午前9時～午後4時 ※要予約 ※電話相談可
健康チェック	体成分分析・血圧・喫煙度・HbA1c簡易測定ができます。	
こころの健康相談	こころの不調への早期対応、予防に関すること、ひきこもりに関すること。	
家庭訪問	ご家庭に訪問して相談をお受けします。	
栄養相談	食生活に関する相談を管理栄養士がお受けします。	12月8日(月)、令和8年1月19日(月) ※要予約 ※上記以外の日程でも相談可能

問合 保健センター(総合保健福祉センター内) 所在地 上之町1-60 ☎23-1551



津島地区休日急病診療所 内科・小児科 日曜日・祝日 午前9時～11時30分 午後1時～4時30分 所在地 藤浪町4-14 ☎24-3611	海部地区急病診療所 内科・小児科 平日 当面の間、休診 土曜日 午前9時～11時30分 日・祝日 午後1時～4時30分 歯科 日・祝日 午前9時～11時30分 午後2時～4時30分 所在地 莪原町字郷西37 ☎25-5210
津島市民病院 所在地 橘町3-73 http://www.tsushimacity-hp.jp/ ☎28-5151	診療可能な病院を案内します 消防本部 ☎23-0119 救急医療情報センター ☎26-1133

上記医療機関を受診される場合は、それぞれの時間外窓口事前に電話確認のうえ受診してください。

12月1日は世界エイズデー

世界エイズデーは、世界レベルでのエイズのまん延防止と患者・感染者に対する差別や偏見の解消を図ることを目的として定められました。この機会にエイズの正しい知識を身につけましょう。

エイズとは

エイズ(後天性免疫不全症候群)は、HIV(ヒト免疫不全ウイルス)の感染によって起こります。

HIVに感染すると、免疫力が低下します。そして、健康な時は自分の力で抑えることができた病気にかかりやすくなります。抵抗力が落ちることで発症する疾患のうち、代表的な23の指標疾患が決められており、これらを発症した時点でエイズ発症と診断されます。

HIVに感染しても、早期に治療を開始することでエイズの発症を防ぎ、感染していない人と同じように長く、健康的な社会生活を送ることができます。

感染経路

HIVは主に①性行為による感染②血液感染③母子感染の3つの経路で感染します。日本国内では性行為による感染が約8割を占め、その多くが男性同性間の性行為による感染です。HIV感染を防ぐためにはコンドームを正しく使用することが重要です。

本来、HIVの感染力は弱く、特定の条件が整わなければ感染しないため、日常生活で感染することはありま

せん。正しい知識を持つことが予防するうえで大切です。

日本におけるエイズの発生状況

令和6年新規HIV感染者・エイズ患者
新規HIV感染者 664件
新規エイズ患者 336件
報告数 1,000件

新規報告数は昨年より増加傾向です。新規報告数の約3割がエイズを発症して見つかっており、早期発見が重要です。HIV感染リスクがある方は、積極的に検査を受けましょう。

早期発見のために

HIV感染の有無はHIV検査を受けることでしかわかりません。検査は抗体検査で行います。感染の有無をはっきり確認したいときは、感染の可能性のある機会から3カ月以上たってから検査を受けてください。まずは自分の感染について知ることが早期治療への近道です。

HIV検査はどこで受ける?

HIV検査は保健所、病院、クリニックなどで受けることができます。また、全国の保健所では、無料・匿名で検査を受けることができます。HIV感染の心配が少しでもあれば、検査を受けるようにしましょう。

愛知県の検査実施保健所については二次元コードをご確認ください。
※検査を希望される場合は、事前にホームページの確認をお願いします。



問合せ 津島保健所 ☎24-6999

「こころの体温計」をご活用ください!

ID 413135908

よく眠れない、食事がおいしく食べられない、何をしてもおっくうなど、気になる症状があれば、ストレス状態のチェックを試みましょう。市ホームページに、こころの健康状態を簡単にチェックできる「こころの体温計」を掲載しています。

心のストレスを感じたら?

- ・生活リズムを整えましょう。
- ・情報の集めすぎは、ほどほどに。
- ・不安な事を書き出してみよう。
- ・友人や家族に不安な気持ちを話してみよう。

身近な相談窓口

こころの健康相談

保健センター ☎23-1551
平日 午前9時～午後4時30分

メンタルヘルス相談

津島保健所 ☎26-4137
平日 午前9時～正午
午後1時～4時30分

あいちこころほっとライン365

☎052-951-2881
毎日 午前9時～午後4時30分

ドローンであなたの未来を開こう!

YUTAKA DRONE SCHOOL

ユタカドローンスクール名古屋津島校

受講生募集中!

YDS民間資格が2日間で取得
初心者・経験者どなたでも大歓迎!
受講料 ¥154,000 (税込)

ドローンパイロットは空撮、物流、測量、インフラ点検、災害対応、警備、農業、水産業、調査など幅広い分野で活用が期待されています。民間資格はそれらの基盤となります。

1日目 9:00~17:00	ドローンパイロットに必要な知識・関係法令を学習します。
2日目 9:00~17:00	ドローンパイロットに必要な基礎操作、応用操作を取得します。

お申し込み・お問合せは ▶ TEL.0567-22-3720

株式会社グリーンサービス
〒462-0854
愛知県名古屋市中区若菜通四丁目18-1
若菜ビル1F
1日目座学講習はこちらの会場での受講も可能です

財源確保のため有料広告を掲載しています。広告については市が推奨するものではありません。内容については直接広告主にお問い合わせください。

長寿教室



日時・場所・定員等 下表のとおり

対象 市内在住の65歳以上の方

受講料 無料

申込 12月1日(月)～8日(月)に電話または
直接問い合わせ先へ(応募者多数の場合)

合は、初めて参加する方、要介護認定
をお持ちでない方を優先の後、抽選)。

※1人1教室のみ申し込み可

問合せ 高齢介護課地域包括ケアG
☎55-9471

教室名	開催日	開催時間	会場	講師	回数	定員
プール教室 【初級】 ※流水プールでの 水中運動 ※泳げなくても 参加可能	令和8年1月7日～ 3月18日(毎週水曜日) ※2月11日は休み	午後2時30分 ～3時10分	第二陽だまりの里 (寺野町字好土)	ヒルズ陽だまり職員	10回	各回 5人
		午後3時15分 ～3時55分				
		午後4時 ～4時40分				
元気サンサン教室 【初級】	令和8年1月19日～ 3月30日(毎週月曜日) ※2月23日は休み	午前10時 ～11時	サンガーデン スポーツプラザ	サンガーデン トレーナー	10回	30人
ヨガ教室 【初級】	令和8年1月14日～ 3月18日(毎週水曜日) ※1月28日、2月11日は 休み	午後1時30分 ～3時	生涯学習センター	ヨガインストラクター	8回	12人
転倒予防教室 【中級】	令和8年1月8日～ 3月19日(毎週木曜日) ※2月26日は休み	午後1時30分 ～3時	神島田公民館	公益社団法人 愛知県柔道整復師会 津島市介護予防事業会 会員	10回	15人



スポーツ

愛知万博メモリアル第18回 愛知県市町村対抗駅伝競走大会

愛知万博のメモリアルイベントとして、県内54市町村が出場する愛知駅伝が開催されます。

神野監督をはじめとする津島市代表チームは一つでも上の順位を目指し全力でタスキを繋ぎます。津島市の代表として走る選手を皆さんで応援しましょう。

日時 12月6日(土) 午後0時30分

場所 愛・地球博記念公園内

その他 大会の様子は東海テレビで生中継される予定です。

問合せ 社会教育課東公園整備推進室
スポーツ振興G ☎55-9428

アウトドア大作戦in立山 参加者募集

ID 966794535

降り積もった雪の中で、色々な体験活動を行います。立山の大自然を満喫しましょう!

日時 令和8年1月17日(土)・18日(日)

場所 国立立山青少年自然の家

参加費 20,000円

※ホワイトウイングズ会員 17,000円

参加資格 小学3～6年生(会員または会員経験者のみ中学生も可)

事前説明会

日時 12月19日(金) 午後7時

場所 錬成館第1修養場

申込 所定の申込用紙に必要事項を記入のうえ、12月10日(水)までに(有)片岡トラベルへ申し込みください。参加費は事前説明会の際に徴収します。

窓口 (有)片岡トラベル ☎28-8856

主催 津島スポーツクラブホワイトウイングズ

問合せ 社会教育課東公園整備推進室
スポーツ振興G ☎55-9428



寄附

ご厚意ありがとうございました

市へ

津島ロータリークラブ様

……………アート作品

明治安田生命保険相互会社

名古屋西支社様……………現金