

ふれあい製品展示販売会

◆宮城野区文化センター1階ロビー

日時	販売展示品目
5/6(金)	焼き菓子、手芸品、アクセサリー
5/7(土)	ヤーコン茶、パン、サブレ、野菜
5/13(金)	パン、焼き菓子
5/14(土)	シフォンケーキ、クッキー
5/15(日)	パン、クッキー、ガラス工芸品
5/20(金)	パン、クッキー
5/21(土)	パン、焼き菓子
5/27(金)	おにぎり、梅干し、焼き菓子、手工芸品
5/28(土)	パウンドケーキ、マドレーヌ
5/29(日)	パン、クッキー、ガラス工芸品
6/3(金)	パン、クッキー
6/4(土)	ヤーコン茶、パン、サブレ、野菜

●参加施設等詳しくは、市ホームページ<http://www.city.sendai.jp/fukushi/shogai/barrierfree/>をご覧ください

問健康福祉局障害者支援課 ☎214・8164

5月31日は「世界禁煙デー」、5月31日から6月6日は禁煙週間です。

たばこの害として、がんや脳卒中、動脈硬化のリスクが高くなることなどが挙げられます。また、肺の生活習慣病で増加している「COPD（慢性閉塞性肺疾患）」など、呼吸器の障害が起りやすくなる原因ともなっています。たばこは喫煙者本人だけでなく、受動喫煙により周囲の人たちにも影響を与えます。「禁煙しようかな…」と悩んでいる方は、この機会に禁煙にチャレンジしてみませんか。

パネル展
期間 5月23日(月)～27日(金)

●会場 宮城野区役所1階ロビー
●内容 たばこ健康に関する資料の展示、配布など
問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6784)

5月17日は「世界高血圧デー」—血圧、チェックしていますか？

血圧は高くても無症状であることがほとんどです。症状がないからといって血圧の高い状態を放置していると、動脈硬化が進行し、脳卒中や心臓病等の深刻な病気につながることもあります。血圧が気になる方、今は気にならない方も、この機会に定期的にチェックする習慣をつけましょう。

●期間 5月16日(月)～20日(金)
●会場 宮城野区役所1階ロビー
●内容 血圧と健康に関する資料の配布など
問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6784)

エイズ・梅毒 相談・検査

エイズ・梅毒について正しい知識を持ち、自分と大切な方を守りましょう。相談・検査とも匿名で受けられますので、ぜひご利用ください。

●日時 5月19日(木)、6月2日(木) 午前9時～10時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●検査は感染したと思われる日から12週間たってから受けましょう ●検査結果は、1週間後以降に本人に来所していただき、直接説明します ●「検査結果成績書」の発行(有料)は、エイズのみ行っています。必要な方は検査前日までに電話連絡の上、本人を証明するものをお持ちください ●直接会場へ
問宮城野区保健福祉センター管理課 ☎291・2111 (内線6717)

認知症高齢者を抱える家族のための「ほっとひと息相談会」

介護者の皆さんが、日頃の介護の様子や体験、認知症高齢者などのように向き合ったらよいかなどを語り合います。お気軽

●日時 5月11日(水)・13日(金)・17日(火)、6月1日(水)午後1時半～3時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制
申電話で宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6753)

精神保健家族教室

心の病を抱える方の家族同士で、話し合いや学び合いをしてみませんか。

●日時 5月23日(月)午後1時半～3時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●初めて参加する方は事前にご連絡ください
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6753)

二の健康相談

眠れない、やる気が起きないなどと悩んでいませんか。認知症の相談や、飲酒・ギャンブル

介護予防自主グループ 運動サポーター養成研修会



市では、高齢者の方が住み慣れた地域で運動などの介護予防活動ができる機会を増やすために、地域の介護予防自主グループを育成・支援する事業に取り組んでいます。現在区内では、43グループが活動しています。今回、地域の高齢者を対象に簡単な体操やレクリエーションなどを行う「運動サポーター(企画・運営を行うボランティア)」の養成講座を行います。

- 日時 6月24日～7月22日の毎週金曜日(全5回) 10:00～12:00
 - 会場 宮城野区役所6階
 - 内容 体操やレクリエーション、介護予防についての研修(実技を含む)
 - 対象 全回受講できる方で、講座修了後、区内でボランティアの運動サポーターとして活動できる方
- 申電話で6月1日までに

問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6790)



宮城野区のお知らせ

宮城野区役所

〒983-8601 宮城野区五輪二丁目12-35
☎291・2111(代)
FAX291・2371 (総務課)

高砂保健センター ☎259・7862
岩切保健センター ☎255・7727
高砂証明発行センター ☎258・1111
岩切証明発行センター ☎255・8004

●未掲載のファクス番号を確認したい場合は、総務課FAX291・2371へお問い合わせください

宮城野区のお知らせは
宮城野区ホームページでもご覧いただけます。
<http://www.city.sendai.jp/miyagino/>

お知らせの見方 申 申し込み 問 問い合わせ 申・問 申し込み・問い合わせ ・料金の記載のないものは無料です・来庁の際は公共交通機関をご利用ください

保健・福祉

BCG接種

日時	会場
5/30(月) 9:30～10:00	高砂保健センター
5/18(水) 14:00～15:00	宮城野区役所6階

●対象 1歳の誕生日の前日までの乳児(標準的な接種期間は、生後5カ月～7カ月) ●持ち物 母子健康手帳・別冊(BCG予接種予診票を記入して) ●母子健康手帳別冊添付の「予接種について」や、小冊子「予接種と子どもの健康」等を事前にお読みください ●生ワクチンの予接種をした翌日から27日以上、また四種混合など不活化ワクチンの予接種をした翌日から6日以上の間隔を空けて受けてください ●他の区でも受けられます。日程はお問い合わせください ●直接会場へ 問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6776)

離乳食教室

離乳食の進め方や調理のポイントについて学ぶ教室です。お子さんと一緒に参加ください。 ●日時 5月27日(金)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 区内にお住まい

の平成27年11月生まれの乳児(第一子優先)と保護者45組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・バスタオル
申5月9日午前9時から電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6783)

子どもの二の相談室

震災による子どもの心身の不安やストレスについて、児童精神科医や臨床心理士が相談に応じます。

●日時 5月11日(水)、6月1日(水) 午後1時半～4時 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制
申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

妊婦歯科健診

妊娠中の虫歯や歯周病の予防に、ぜひ健診を受けましょう。託児がありますのでお子さん連れの方もどうぞ。

●日時 5月25日(水)午後1時～3時 ●会場 宮城野区役所3階 ●内容 歯の健診と相談、歯磨きの練習 ●持ち物 歯ブラシ・母子健康手帳 ●予約制
申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6788)

すくすく育児相談

子育てはいろいろな悩みが多いものです。一人で悩まないで、保健師や心理士、栄養士に相談

安全・安心で、元気あふれるまちを目指して

東日本大震災から5年、震災復興計画期間終了という節目を迎えましたが、引き続き、被災された方々のお住まいの再建や心身の健康のための取り組みを進めてまいります。

また、津波被災地域においては、津波から命を守るための避難施設の整備を進めながら、コミュニティの再生や地域活性化



宮城野区長 境 洋文

化のための活動についても、支援してまいります。

併せて、高齢の方や障害のある方が住み慣れた地域で安心して暮らせる環境づくりを図るとともに、楽しみながら子育てができるまちづくりに区民の皆さまと力を合わせて取り組んでまいります。

したり、育児中の仲間と情報交換したりしてみませんか。

●直接会場へ
問岩切保健センター ☎255・7727、高砂保健センター ☎259・7862

日時	会場	持ち物
6/1(水) 9:00～10:00	高砂保健センター	母子健康手帳
5/18(水) 9:00～10:00	岩切保健センター	母子健康手帳

健康づくり相談・禁煙相談

健康づくりには、毎日の生活習慣が大きく関わっています。生活習慣病の予防や禁煙の方法など、保健師や栄養士が相談に応じます。

●日時 5月11日(水)午後1時～

歯と口の健康相談

虫歯、歯周病など、お口に関する心配事はありませんか。お気軽にご相談ください。

期日	受付時間	会場	対象
6/1(水)	9:00～10:00	高砂保健センター	乳幼児
5/18(水)	9:00～10:00	岩切保健センター	乳幼児
	13:30～15:00	宮城野区役所3階	どなたでも

●持ち物 歯ブラシ ●直接会場へ
問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6785)

お知らせ

●日時 5月11日(水)午後11時、6月1日各水曜日午後3時〜3時半

●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴) ●直接会場へ

●日時 5月11日(水)午前11時、11時半 ●内容 かわらべ歌、手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象 2〜3歳児と保護者 ●直接会場へ

●日時 5月14日(土)午前10時半

福岡図書館の催し



**4月8日に新しく
西山コミュニティ・センター
が開館しました**

大小の会議室、多目的ホールがあり、地域の皆さんの交流の場や、文化・スポーツの活動の場として利用できます。



- 所在地=東仙台6丁目17-1 ☎299-6230
- 利用時間=9:00~21:00
- 休館日=毎週月曜日。8月13日~16日、12月29日~1月4日

利用希望の方は、利用日の1カ月前から(休館日を除く午前9時から正午まで)、センター事務室で直接お申し込みください。詳しくはお問い合わせください。

問西山コミュニティ・センター ☎299・6230

宮城野図書館の催し

●日時 5月11日〜6月1日の毎週水曜日午後3時〜3時半

●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 3歳児〜小学校低学年(要保護者同伴) ●直接会場へ

0〜2歳児向けおはなし会「あかちゃん ほっぺ」

●日時 6月1日(水)①午前10時50分〜11時10分 ②午前11時半〜

元氣フィールド仙台の催し

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●持ち物 ①水着・水泳帽・必要の方は水中眼鏡 ②運動靴・飲み物 ③運動靴 ④ゴルフクラブ

⑤アーチェリー教室	④シニア健康プラウンド・ゴルフ	③キッズスポーツデー(遊具遊び・ダンス等)	②シニア健康エクササイズ	①シニア健康アクアピクス	教室等
6/16~7/14の毎週水曜日(予備日7/21・28、8/4。全5回)	5/31(火)	5/17(火)	5/12・19、6/2各木曜日	5/9(月)	日時
10:00~11:20	9:00~12:00(受け付けは8:45~)	9:30~11:30	13:30~14:30(受け付けは13:00~)	10:30~11:30(受け付けは10:10~)	費用
6,000円	200円	300円(未就学児は無料)	各300円	500円	対象
一般の方10人(先着)	一般の方	未就学児と保護者	60歳以上の方	60歳以上の方30人(先着)	

出花体育館の催し

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●持ち物 ①運動靴・飲み物

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

②ヨガ	①アンチエイジングプログラム(ストレッチ等)	教室等
6/23~7/28の毎週水曜日	5/10~31の毎週火曜日	日時
12:30~14:00、14:30~16:00	10:00~11:30(受け付けは9:30~)	費用
各3,600円	各500円	対象
一般の方各15人(抽選)	一般の方	

人権擁護委員の日「無料特設相談所」

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

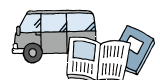
●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

●日時 5月11日、午後2時〜2時半

●内容 「グリーンヴァレー物語 ポウさんのカヌー」「タヌキと彦市」 ●対象 幼児〜小学校低学年(要保護者同伴)

問市民図書館 ☎261・1585

土		金		木		水		曜日										
5/7・21、6/4		5/14・28		5/13・27		5/20、6/3		5/19、6/2	5/11・25									
10:45~11:15	10:00~10:30	14:00~14:30	10:35~11:05	9:50~10:20	10:40~11:10	10:00~10:30	15:00~15:30	14:00~14:40	14:40~15:20	14:00~14:30								
谷東公園	岩切三丁目鶴ヶ谷店	みやぎ生協鶴ヶ谷店	ケアハウスインいわき	急飯設住宅	福田町南公園急飯設住宅	仙台湾背後地6号公園急飯設住宅	港南西公園急飯設住宅	隣	蒲生蓬田前公園	みやぎ生協若切店	福室公園	福田町四丁目公園	福室公園	ヤマザワ田子店	福住町公園西側駐車場	福住町公園西側駐車場	福住町公園西側駐車場	福住町公園西側駐車場



移動図書館の日程

●雨天等中止