虫歯、

歯周病など、

お

口

所 3 階

●初めて参加する方は

291·2111 (内線6775) 申電話で宮城野区家庭健康課☎

日

|時|| 時半

- ●会場=宮城野区役-12月26日川午後1時半

3 階

●予約制

歯と口の健康相談

気軽にご相談ください

る心配事はありませ

。ん か。

お 関

事前にご連絡ください

問宮城野区障害高齢課☎291

2

健康づくり相談・禁

禁煙相

お

知らせ

ラアムン

子どものこころの相談室

生活習慣病の予防や禁煙の方法習慣が大きく関わっています。健康づくりには、毎日の生活 習慣が大きく関わって健康づくりには、毎

親子水泳

鶴ケ谷温水プー

ル

の催

●日時=12月2

時日

=出花体育館 唯日午前10時 11日 11日

・ 11 20 内容半 27 ス

会場=

レ

・ッチ、

ウ

Ź

ング

など

●日時

みませんか。 で、話し合いや学び合い 心の病を抱える方の宮 い家族同 て士

3階 ●内容==3 接会場へ 1 1 1 (内線 6 7 4 2) 問宮城野区障害高齢課☎291 らげ る講話「認知症の方の ●日時―12月16日儉午後1軽に相談してみませんか。 こついて、一人で悩まずに、気認知症の方の対応や介護など 4 時 る接し方」 ●会場—宮城野区役所 症の方の不安を和・蓬田裕樹氏によーグループホーム と相談会 -後1時半

# 会認知症の介護講座と相談

●日時

日冰午後

●日時=

12月7日冰午後

時

い 2 る 時

●対象==

る 2

4 時

●会場 I 2 7

宮城野区役所

予約制

**申** 12 月

6日午前9時

●費用

体育館☎786・ 786・ 786・

から直接出花

4

6

●会場==

宮城野区役所3

応じます 精神科医や臨床 不安やスト

安やストレスについて、児童震災による子どもの心身面の

児童

心理士が相談に

が相談に応じます などについて、

保健師や栄養士

各土曜日

(全3回)

●費用―各50円

●持ち物=

飲み物

1 1 1	問宮	●直接	12/7例		
<b>(</b> 内	<b>城野区家</b>	按会場	9:00~ 10:00	13:30~ 15:00	日時
線6785・6	庭健康課☎	^	高砂保健センタ	階 宮城野区役所3	会場
6 7 8	291 2		乳幼児	どなたでも	対象

# 冬道の安全対策は万全に

## ◆除雪・凍結防止をする路線図をご利用ください

冬道の安全確保のため、12月~3月の積雪時に主要な道路で除雪や 凍結防止作業を行います。「除雪・凍結防止する道路」は、下記の問い 合わせ先で配布しているほか、市ホームページでもご覧いただけます。 ◆排雪場所について

排雪場所は、大雪時のみ開設します。詳しくはお問い合わせいただく か、市ホームページでご確認ください。

# ◆道路除雪等に、ご協力をお願いします

主要な道路の除雪等は市が実施しますが、身近な生活道路の除雪等は 市民の皆さんのご協力が欠かせません。本年度も地域ぐるみでの除雪に、 ご理解とご協力をお願いします。

# ◆仙台雪道おたすけ隊を募集しています

冬季における安全な歩行空間の確保のため、市から支援を受けて歩道 等の除雪・凍結防止を行っていただける団体を募集しています。

●支援内容=小型除雪機械の購入補助、凍結防止剤の提供等 ●対象団 体─町内会、学区PTA、商工会等 ●申請方法等、詳しくはお問い合 わせください

## ◆車を運転する方へ

仙台市政だより 28.12.1

冬用タイヤへの交換はお済みですか。冬道の安全走行は、1割のスピ ードダウン、2倍の車間距離、3分早めの出発と道路状況の情報確認が 大切です。

## ◆ラジオの冬道情報をお聞きください

主要な道路の除雪・凍結防止の作業情報や道路状況をラジオでお知ら せしています。

●放送局=-東北放送(1260kHz) ●放送日時=-12月12日(月)~3月10 日金 (土・日曜日を除く) 午前6時55分~7時

# ◆小型除雪機械の購入補助をしています

市が管理する道路の除雪に協力していただける町内会や団体などに、 小型除雪機械の購入補助をしています。

10 (全3回) 午後1時~ 対象=おむつがとれて 4歳児と保護者15組 で有前9時から費用を 10 円 ●補助内容=小型除雪機械の購入金額の9割(上限30万円) ●対象団 体―仙台雪道おたすけ隊、町内会、市が認めるボランティア団体等 助成件数には限りがあります。申請方法等、詳しくはお早めにお問い合 わせください

# 凍結防止剤を配布しています

市道の凍結・積雪時に散布する凍結防止剤(粒状1袋5kg入り) を、散布にご協力いただける方へ配布しています。最寄りの配布場 所でお受け取りください。

●配布期間=12月1日(水)~3月31日(金) ●配布場所=宮城野区役 所5階道路課、宮城野消防署、宮城野消防署高砂分署·鶴谷出張所 ●市で管理している道路等に散布する場合に限ります

申・問宮城野区道路課☎291·2111 (内線6433)



# 宮城野区の お知らせ

接会場へ

はお問い合わせください

食生活と高血圧予防

はじめ

●内容=

=栄養士による講話

直程

111(内線6776)間宮城野区家庭健康課☎291

生活」

予約制

ましょう塩エコ(塩分ひかえめ)

申電話で宮城野区家庭健康課☆

他の区でも受けられます。日程隔を空けて受けてください ■種をした翌日から6日以上の問

間

●会場=

●日時==

●会場=宮城野区役所3=12月21日/k午後2時~ントを見つけませんか。

62 問高砂保健セント

さい ●直接会場へ 人を証明するものを 査前ビュ

防のヒン

講座に参加して生活習慣病予

# 宮城野区役所

〒983-8601 宮城野区五輪二丁目12-35 **四**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

までの乳児(標準的な接種期●対象=1歳の誕生日の前

●会場=

1歳の誕生日の第一宮城野区役所へ

6

li2 月 14

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/miyagi

BCG接種

**+Č** 

保

健

•

福

祉

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

合など不活化ワクチンの予防接翌日から27日以上、また四種混

●生ワクチンの予防接種をした康」等を事前にお読みください

健康生活講座

付の「予防接種につ

「予防接種と子どもの健予防接種について」や、

291 2 1

(内線6783)

小冊子

して)

●母子健康手帳別冊添

予約制

●持ち物=母子健康手帳・別冊

生後5カ月

~7カ月)

3 時

(第1子優先)と保護者44組〔先の平成28年6月生まれの乳児3階 ●対象=区内にお住まい 子さんと一緒にご参加くださいントについて学ぶ教室です。お離乳食の進め方や調理のポイ ●日時= 時半

いお

離乳食教室

T優先)と保護者45組 (先 ●対象=区内にお住まい ●対象=区内にお住まい 11月26日川午前10時~

●期日 せんか 保健師に相談したり、 仲間と情報交換したりしてみま いものです。子育てはいる ろ

牛前9 9時~10時 10時 (水) ●会場== 受付時 すくすく育児相談

一人で悩まな (内線678 いろと悩み 育児中の が多 いで、 4

> 査エ ーイズ・ 梅毒 相談・

検

理課 291

線67

問宮城野区保健福祉センタ

12週間たってから受けましょう査は感染したと思われる日から査は匿名で受けられます ●検 書」の発行説明します 宮城野区役所3時~10日 日 ●検査結果は、 本人に来所してい て 1'2 ます。 月 (有料) 10 15 ||料)はエイズ| 時半 1週間後以降に 階 ただき、 ●相談・ ●会場= **月** 5 直 の績 検

時半 ●会場=宮城野区役所14日/水・20日/火午後1時半~日時=12月7日/水・9日/8

3

9日金

●会場—宮城野区役所3

どに関する相談、

震災によるス

レスに関する相談などを受け

ます

認知症や飲酒・ギャンブル

こころの健康相談

申電話で宮城野区障害高齢課階 ●予約制

2

(内線67

# チエイジングプロ グ

# 252・1186 添えて直接鶴ケ谷温水プー ル

291·2111 (内線6786) 申電話で宮城野区家庭健康課☎

# 2

# のをお持ちくい 管 だ本 **間**宮城野区区民生活課☎291·2111 (内線6144)

宮城野区のお知らせ①

# 申12月7日午前9岁バスタオル ●持ち物 -母子健康手帳

宮城野区家庭健康課☎291 (内線6783) ・時か ら電話で 2 1

●日時= 栄養士が相談に応じます 妊産婦食生活相談 妊娠中や産後の食事に 持ち物=母子健康手帳会場=宮城野区役所3 月11日冰午後1時 っ りり

申電話で宮城野区家庭健康課☆ 交通事故を防ぎましょう ■12月1日~31日は「年末の交通事故防止運動」月

間です 区内では今年、3件の交通死亡事故が発生し、3人の

尊い命が失われました (10月末日現在)。

これから年末年始にかけ、飲酒機会の増加に伴う飲酒 運転や路面凍結によるスリップなど、交通事故が発生す る危険性が高くなります。次のことを守り、交通事故防 止に努めましょう。

◆飲酒運転の根絶

飲酒運転は、重大な交通事故に直結します。「飲んだ ら乗らない、乗るなら飲まない、運転する人に飲ませな い」の「酒飲み運転追放3ない運動」を推進し、飲酒運 転をなくしましょう。

◆自転車の安全利用

自転車を運転した時点から車両の仲間入りとなり、道 路交通法が適用されます。無灯火や運転中の傘差し、携 帯電話等の使用はやめ、交通ルールとマナーを守り、安 全運転に努めましょう。

◆歩行者・自転車利用者の反射材着用

夕暮れ時や夜間に外出する際は、運転者から発見され やすい明るい服装と反射材用品を着用しましょう。

# 移動図書館巡回日程

曜日

期日

駐車時間

巡回場所

水

 $12/7 \cdot 21$ 

14:00

14:30

|駐車場| |福住町公園西側

14:40

15:20

ヤマザワ田子店

宮城野図書館の催

おはなし会

各水曜日午後3時~3時半

●日時=12月7日·14日·21

土						金		
	12/17		12/10 · 24			12/16	12/9	
	10:45 ~	10:00 ~	14:00 ~	10:40	9:50 ~	10:00 ~	10:40 ~	10:00
	11:15	10:30	14:30	11:10	10:20	10:30	11:10	10:30
	谷東公園岩切三丁目鶴ケ	谷店谷店	いわきり	新田東中央公園	号公園	店を生協岩切	岡田会館	隣 第生蓬田前公園

児~小学校低学年(要保護者同 ③11時半~11時50分 ●内容= 半~10時50分②11時~11時20分 0~2歳児向けおはなし会 内容=絵本の読み聞かせ、 わらべ歌、手遊び、絵本の読み ●日時―12月7日冰①午前10時 かちゃん 手遊びなど ●対象=3歳 ●直接会場へ ほっぺ」 紙芝

月~1歳未満の乳児と保護者③ 聞かせなど ●対象=①②4カ 1~2歳児と保護者各15組〔先 ●直接会場へ

木

12/15

14:00

14:40

福室公園

15:00

15:30

3歳児~小学生向けおはなし会 「おはなし会ぷらす」

対象―3歳児~小学生(小学3 かせ、紙芝居、手遊びなど ● 3時半 ●日時=12月10日出午後3時~ ●内容=絵本の読み聞

映画上映会 直接会場へ

年生以下は要保護者同伴)

る幻影」の上映 ●定員=35人 先着〕 ●直接会場へ ~3時25分 ●内容=「大いな ●日時―12月20日火午後1時半

おはなしぷりん

※いずれも問榴岡図書館☎295

無くなり次第終了)

●直接会

宮城野体育館へ

ち物―運動靴・飲み物 上の方 ●費用―各処円 午後1時~) ●対象=66歳以 後1時半~2時半(受け付けは

直接 持

ットにして貸し出します(65袋 テーマごとに選んだ本を3冊セ ●内容=図書館員が対象年齢や

聞かせ、紙芝居、手遊びなど 3年生以下は要保護者同伴) 11時45分 ●内容=|絵本の読み ●日時=12月23日祝午前11時~ |対象|||3歳児~小学生(小学

# ふれあい製品展示販売会 障害のある方が製作した「ふれあい製品」 を展示・販売します。 ◆宮城野区文化センター 1 階ロビー

## 主な販売展示品目 12/9金 パン、クッキー ヤーコン茶、パン、焼き菓子、 12/10(土) 12/11(日) パン、焼き菓子、ガラス工芸品 12/16金 11:00 パン、クッキー 14:00 12/17(土) ピザ、生パスタ、豆腐、おにぎり 12/23(祝) 焼き菓子、手芸品、アクセサリー

# ヤーコン茶、パン、野菜、手芸品 12/24(土) パン、焼き菓子、ガラス工芸品 12/25(日)

# ◆宮城野区役所1階ロビー

日時		主な販売展示品目			
12/7例		キルト椅子、ダンベル、刺しゅう 布巾、ストラップ			
12/8休)		さをり織り製品、ビーズ製品、ポストカード			
12/21例	11:00	コースター、小銭入れ、豆腐、ド ーナツ			
12/22休	14:00	焼き菓子、おにぎり、パン、ガラ ス工芸品			
12/28例		パン、焼き菓子、クラフト作品			
1/5休		パン、クッキー			

●年間スケジュール等詳しくは市ホームペー ジでご覧いただけます 問健康福祉局障害者支援課☎214·8164

# 榴岡図書館の催

おはなし会

本の福袋

●上映の10分前までに直接会場

シニア健康エクササイズ

●直接宮城野体育館

●日時=12月8日休·15日休午

●期間=1月5日休~19日休

居、手遊びなど 内容―絵本の読み聞かせ、 各水曜日午後3時~3時半 ~小学校低学年 ●日時=12月7日·14日·21日 ●直接会場へ ●対象=幼児 (要保護者同

居など 遊び、絵本の読み聞かせ、 11時半 ●内容=わらべ歌、手 ■対象=2~3歳児と 紙芝

冬のスペシャルおはなし会

●日時=12月10日出午前10時半 おつきさまとって!」「一休 ●対象=幼児~

●日時=12月21日||3日時|| ●直接会場へ

さん」の上映 小学校低学年 ~、午後2時~ ●内容=「パ (要保護者同伴)

子ども映画会

就学児は無料 と保護者 ダンスなど 具遊び、ボール遊び、軽体操、 前9時半~11時半 ●日時=12月6日火·20日火午 キッズスポーツデー ●費用―各30円 ●対象==未就学児 持ち物= ●内容=遊

仙台☎23:1221

いずれも申・問元気フィール

元気フィールド仙台の催

申12月13日午前9時から電話ま み物。運動できる服装で 半~8時20分 ●内容=手軽に 毎週火曜日(全8回)午後7時 ナイトエクササイズ たは直接宮城野体育館へ ●持ち物=運動靴・タオル・ =30人[先着] ●費用=5千円 できるストレッチなど ●定員 ●日時=1月2日~3月1日の