



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

■ファクス番号が未掲載の場合は、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。
<https://www.city.sendai.jp/miyaginoku/>

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

おはなし会
 ●日時 12月11日・18日・25日
 各水曜日午後3時15分～3時45分
 ●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 3歳児～小学生

宮城野図書館の催し
お知らせ

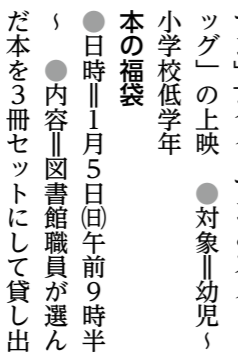


子どものこころの相談室
 震災等による子どもの心身の不安やストレスについて、児童精神科医や臨床心理士が相談に応じます。
 ●日時 12月6日(金)午後1時半～4時 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

コソコソフィットネスで骨美人
 ●日時 12月18日(水)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区中央市民センター ●内容 栄養士による骨粗しょう症予防に関する講話と運動指導員による運動指導 ●予約制
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

おはなし会
 ●日時 12月11日・18日・25日
 各水曜日午後3時15分～3時45分
 ●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 3歳児～小学生

宮城野図書館の催し
お知らせ



子どものこころの相談室
 震災等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 12月6日(金)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)

コソコソフィットネスで骨美人
 ●日時 12月18日(水)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区中央市民センター ●内容 栄養士による骨粗しょう症予防に関する講話と運動指導員による運動指導 ●予約制
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

保健・福祉

健康づくり相談
 生活習慣病を予防し、毎日健康に過ごすために、自分に合った健康づくりの方法と一緒に見つめましょう。
 ●日時 12月11日(水)・23日(月)午後1時～3時(1人30分程度)
 ●会場 宮城野区役所3階 ●内容 歯科医師(11日のみ)・保健師・栄養士による相談
 予約制 ●他の日を希望される方はお問い合わせください
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6782・6784)

BCG接種
 ●日時 12月9日(月)午後2時～2時半 12月18日(水)午後2時～3時 ●会場 ①岩切保健センター ②宮城野区役所3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「予接種種について」や、小冊子「予接種種と子どもの健康」等を事前にお読みください ●生ワクチンの予接種種をした翌日から27日以上、四種混合など不同

3歳児～小学校低学年(要保護者同伴)
「おはなし会」
 ●日時 12月14日(土)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～小学生(3年生以下は要保護者同伴)
 3歳児～小学校低学年向けおはなし会「おはなし会」
 ●日時 12月21日(土)午前11時～11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)
 冬休みDVD上映会
 ●日時 12月22日(日)午前10時半～11時25分 ●内容 「スノーマン」「スノーマンとスノーダック」の上映 ●対象 幼児～小学校低学年
 本の福袋
 ●日時 1月5日(日)午前9時半～ ●内容 図書館職員が選んだ本を3冊セットにして貸し出します(大人用・子ども用各20袋。無くなり次第終了)
 冬のスペシャルおはなし会
 ●日時 1月5日(日)午前11時～11時45分 ●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)
 ※いずれも直接会場へ
 問宮城野図書館 ☎256・7361

宮城野区のお知らせ①

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)

精神保健家族教室
 ●日時 12月16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6756)

禁煙チャレンジャー募集
 禁煙に取り組むための方法等について、保健師・栄養士が相談に応じます。
 ●日時 12月11日(水)・23日(月)午後1時～3時(1人45分程度)
 ●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6784・6786)

エイズ・梅毒 相談・検査
 ●日時 12月19日(水)午前9時～10時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●相談・検査は匿名で受けられます ●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 ●「HIV検査成績書」(有料)が必要な方は検査前日までに電話連絡の上、当日は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6716)

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。
 ●日時 12月24日(火)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 令和元年6月生まれ乳児(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
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6782・6783)

認知症の介護講座と相談会
 認知症の方の対応や介護の悩みについて、一緒に語り合う場です。介護の悩みを軽くし、苦勞を一人で抱え込まないために、気軽に参加してみませんか。
 ●日時 12月24日(火)午後1時半～4時 ●会場 宮城野区役所3階 ●内容 家族の会世話人による講話「介護体験談」介護

宮城野区のお知らせ②

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」の路線図は、区道路課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。
雪の排出場所について
 雪の排出場所は、大雪時のみ開設します。詳しくは市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。
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。

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(日)～3月31日(火) ●配布場所 宮城野区役所5階道路課(閉庁日は1階守衛室)、宮城野消防署、宮城野消防署高砂分署・鶴谷出張所・岩切出張所
 申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6753)

宮城野区のお知らせ③

手洗い評価スタンドを貸し出します
 感染症の予防には手洗いが大切です。多くの方に正しい手洗いの方法を学んでいただくため、「手洗い評価スタンド」の貸し出しを行っています。専用のローションを手に塗り、手洗いの後に「手洗い評価スタンド」に手をかざすと、洗い残しの部分が光って見えます。保育所や学校での健康教育、施設のスタッフ研修などにご利用ください。
 ●1団体3台まで貸し出しできます ●台数に限りがあります ●貸出期間など詳しくは、お問い合わせください
 申電話で宮城野区保健福祉センター管理課 ☎291・2111 (内線6716)

11月の健康相談
 認知症や飲酒・ギャンブルなどに関する相談、震災等によるストレスに関する相談を受け付けます。
 ●日時 12月13日(金)・17日(火)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)

車を運転する方へ
 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(AM1260kHz、FM93.5MHz)
 ●放送日時 12月9日(月)～3月13日(金)(土・日曜日を除く)6:48～6:53
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。
 ●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

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」の路線図は、区道路課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。

雪の排出場所について
 雪の排出場所は、大雪時のみ開設します。詳しくは市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

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

申・問宮城野区道路課 ☎291・2111 (内線6433)

●雨天時等は中止の場合有り
問市民図書館 ☎261・1585

土		金		木		水		曜日				
12/14		12/7・21		12/6・20		12/19		12/18				
10:45 ～ 11:15	10:00 ～ 10:30	14:00 ～ 14:30	10:40 ～ 11:10	9:50 ～ 10:20	10:40 ～ 11:10	10:00 ～ 10:30	15:00 ～ 15:30	14:00 ～ 14:40	14:40 ～ 15:10	14:00 ～ 14:30	9:50 ～ 10:20	曜日 期日 駐車時間
岩切三丁目鶴ヶ谷東公園	みやぎ生協鶴ヶ谷店	ケアハウスインいわきり	新田中央公園	仙台港背後地8号公園	岡田会館	蒲生蓬田前公園	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	みやぎ生協岩切店	巡回場所

移動図書館巡回日程

申・問弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場)
☎256・2488

ヨガ教室	健康リズム体操教室	インナーコンディショニングヨガ教室	ピラティス教室	教室
1/15～3/18の毎週水曜日(各全10回)		1/14～2/25の毎週火曜日(2/11を除く。全6回)	1/10～3/13の毎週金曜日(全10回)	日時
10:45～11:45	9:30～10:30	19:30～20:30	10:00～11:00	対象
30人(先着)	20人(先着)	20人(先着)	30人(先着)	費用
5,000円	5,000円	3,600円	5,000円	申し込み
12/18 10:15～ 電話または直接窓口	12/18 9:00～ 電話または直接窓口	12/17 19:00～ 電話または直接窓口	12/13 9:30～ 電話または直接窓口	

弘進ゴム アスリートパーク仙台の催し

●直接会場へ
問元気フィールド仙台 ☎231・1221

③シニア健康エクササイズ	②キッズスポーツデー	①シニア健康水中運動	教室
12/12(木)・19(木)	12/10(木)	12/9(月)	日時
13:30～14:30	9:30～11:30	10:30～11:20	対象
60歳以上	未就学児と保護者	60歳以上30人(先着)	費用
各400円	300円(未就学児は無料)	600円	

元気フィールド仙台の催し

●日時 11月5日(日)午前9時半～
●内容 図書館職員が対象年齢ごとに選んだ本を3冊セットにして貸し出します(65袋)。

●日時 12月11日・18日・25日
●内容 水曜日午後3時～3時半
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊び等 ●対象 幼児、小学校低学年
おはなしぷりん
●日時 12月18日(水)午前11時～11時半
●内容 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
本の福袋
●日時 11月5日(日)午前9時半～
●内容 図書館職員が対象年齢ごとに選んだ本を3冊セットにして貸し出します(65袋)。

榴岡図書館の催し

おはなし会

無くなり次第終了) ※いずれも●直接会場へ
問榴岡図書館 ☎295・0880

出花体育館の催し

②ヨガ	①アンチエイジングプログラム	教室
1/9～2/27の毎週木曜日(各全8回)	12/10・17・24各火曜日	日時
13:15～14:15、14:30～15:30	10:00～11:30	対象
各15人(抽選)	-	費用
各5,000円	各500円	

●①は直接会場へ(30分前から受け付け)
●②の申電話で12月21日までに。直接窓口も可
問出花体育館 ☎786・3446

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。
◆宮城野区役所 1階ロビー

日時	主な展示販売品目
12/24(木)	11:00～14:00 パン、クッキー、さをり織り製品 手工芸品、そば、菓子、弁当 クッキー、手芸品、アクセサリ
12/25(金)	
12/26(土)	

◆宮城野区文化センター 1階ロビー

日時	主な展示販売品目
12/6(金)	11:00～14:00 パン、菓子 マーラーカオ、ヤーコン茶 パン、菓子、雑貨 パン、クッキー パン、菓子 パン、菓子、雑貨 菓子、弁当、総菜、豆腐、デザート パン、菓子 パン、菓子、雑貨 パン、菓子 パン、菓子、雑貨
12/7(土)	
12/8(日)	
12/13(金)	
12/14(土)	
12/15(日)	
12/20(金)	
12/21(土)	
12/22(日)	
12/27(金)	
1/5(日)	

●参加施設等詳しくは市ホームページをご覧ください
問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151