

青

こころの健康相談

落ち込んでやる気が出ない、眠れない、物忘れが多くなったなどの心の問題に、精神科医などが相談に応じます。

日時 3月11日(木)・18日(木)午後1時半～4時半 ●会場 青葉区役所3階 ●予約制

申電話で青葉区障害高齢課 ☎225・7211 (内線6735)

全

禁煙チャレンジャー募

禁煙に取り組むための方法など、保健師が相談に応じます。

青葉区役所3階

日時 3月16日(火)午前9時半～11時

宮城総合支所2階

日時 3月19日(金)午前10時～11時

※いずれも ●予約制

申電話で前日までに 青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6784)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5461)

全

健康相談

健康診断で治療の必要はないものの、血圧や血糖値、コレステロール値が高いと言われた方の生活改善方法について、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。

青

青葉区役所3階

日時 3月16日(火)午前9時半～10時30分

宮城総合支所2階

日時 3月19日(金)午前10時～11時

※いずれも ●予約制

申電話で前日までに 青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6784)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5461)

全

認知症高齢者の家族会

認知症への対応の悩みや介護での工夫、自分の健康などについて語り合います。

日時 3月8日(月)午後1時～3時 ●会場 青葉区役所2階

対象 高齢の認知症の家族を介護している方 ●直接会場へ 問青葉区障害高齢課 ☎225・7211 (内線6734)

宮

歯ッピ教室

1歳児向けの歯磨き教室です。教室に参加して疑問や不安なことを解消しましょう。

日時 3月17日(水)午前9時半～10時 ●会場 宮城保健センター

内容 虫歯予防のお話、仕上げ磨き・ホームケアのアドバイス、歯科健診(フッ素塗布体験を含む)、栄養・育児等に関する個別相談 ●対象 令和2年2月・3月生まれの

乳幼児と保護者各5組(「先着」)

持ち物 母子健康手帳・仕上げ磨き用歯ブラシ・せんだいでんたるノート・おやこパスポート ●予約制

申3月8日午前9時から電話で宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5460)

その他のお知らせ

自動車学校の教官からの実技指導を通して、運転方法や交通ルール・マナーを再確認します。

日時 4月11日(日)午前9時半～11時40分 ●会場 中山ドライブスクール(青葉区荒巻本沢1-10-20) ●対象 普通自動車運転免許をお持ちで、高齢の方や運転技術に不安のある方28人(「先着」)

申3月8日午前9時から電話または直接青葉区区民生活課 ☎225・7211 (内線6142)

移動図書館の日程

移動図書館車による巡回サービスを行っています。日程や巡回場所など、詳しくはホームページ <https://lib-www.smt.city-sendai.jp/> をご覧いただくか、お問い合わせください。

市民図書館・広瀬図書館の催し

市民図書館 ☎261・1585

	日時	催し名(内容)	対象
①	3/10～31の毎週水曜日	おはなし会(絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	幼児～小学校低学年と保護者 各日10人(「先着」)
②	3/20(祝)	おはなしパーク(絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	幼児～小学校低学年と保護者 10人(「先着」)
③	3/24(水)	おはなしぴよぴよ(わらべ歌、絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	2・3歳児と保護者5組(1)生後4カ月～1歳児と保護者各5組(いずれも「先着」)

●会場 市民図書館2階おはなしのへや ②③ せんだいメディアテーク2階会議室 ●直接会場へ

広瀬図書館 ☎392・8421

日時	催し名(内容)	対象
3/10～31の毎週水曜日	おはなし会(絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど)	幼児～小学校低学年 各日3組10人程度(「先着」)
3/10(水)・17(水)	おはなしふたば(絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど)	0～2歳の乳幼児と保護者各日3組10人程度(「先着」)

●会場 広瀬図書館おはなしのへや ●直接会場へ

雨天時等は中止の場合有り

問市民図書館 ☎261・1585

春の火災予防運動

「その火事を防ぐあなたに金メダル」をスローガンに、3月1日から7日まで全国で火災予防運動が行われます。期間中、午後5時から7時に、宮城消防署北側壁面に火災予防啓発動画の投影等を行います。

問宮城消防署 ☎392・8119

産直市で乾燥生ごみを野菜と交換します

産地直送野菜等を販売する朝市タ市ネットワーク合同市にて乾燥生ごみと野菜を交換します。電気式生ごみ処理機で生成した

乾燥生ごみを1キログラムにつき100円相当の野菜と交換できます。交換の上限は5キログラム(500円相当)です。マイバッグをご持参ください。

日時 3月18日(木)午前10時～午後2時 ●会場 勾当台公園 問環境局家庭ごみ減量課 ☎214・8229

ふれあい製品展示販売会

日時 3月9日・3月18日の毎週火・木曜日午前11時～午後2時 ●会場 青葉区役所9階ラウンジ ●参加施設や展示販売品目など詳しくは、市ホームページでご覧いただけます

問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151

あおば

青葉区のお知らせ

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

宮城総合支所管内の方のみ 右記以外の方 青葉区内全域の方

●マークによって対象となる方が異なります

次の地区は宮城総合支所管内です。お間違えのないようご注意ください。

吉成・南吉成・吉成台・中山吉成・中山台・国見ヶ丘・郷六・栗生

お知らせの内容は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止や延期となる場合があります。また、2月号以前に掲載した内容についても、中止や延期となっている場合があります。必ず事前に、各問い合わせ先にご確認ください。

また催し等に参加する際は、マスクを着用するなど感染防止にご協力ください。

全

離乳食教室

離乳食についてお話をします。子どもと一緒に参加してください。

青葉区役所2階

日時 3月16日(火)午後2時半～3時半 ●対象 令和2年9月生まれの乳児と保護者20組

全

子どものこころの相談

子どもの心身の不安やストレスについて、臨床心理士が相談に応じます。

日時 3月17日(水)午後1時半～4時半 ●会場 青葉区役所2階 ●対象 18歳未満の子どもと保護者 ●予約制

申電話で青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6774)

全

5歳児のびのび発達相談

5歳の子どもを対象に、行動面や発達面で気になること、心配事などの相談に応じます。子どもと一緒に参加してください。

青葉区役所2階

日時 3月8日(月)午後1時半～

宮城保健センター

日時 3月11日(木)午後1時半～

全

BCG接種

各区役所・総合支所でBCG接種を実施しています。お住まいの区以外でも受けることができます。日程等詳しくは、ホームページをご覧ください。

日時

会場

3/15(月)	3/11(木)
14:00～15:30	9:30～10:30
青葉区役所2階	宮城保健センター

●対象 1歳の誕生日の前までの乳児(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・別冊の予防票(記入の上、切り離してお持ちください) ●直接会場へ 問青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6774)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5458)

引っ越しシーズンが到来！

区役所の窓口は混雑を避けてご利用ください

青葉区役所戸籍住民課窓口は、毎年3月中旬から4月上旬にかけて、引っ越しに伴う住所異動等の手続きで通常期の4～5倍の混雑となります。下記カレンダーを確認し、できるだけ大混雑日や混み合う時間帯(10:00～15:00ごろ)を避けてお越しください。

●3月22日(月)～4月5日(月)(土・日曜日を除く)の期間は、区役所窓口の開設時間を18:00まで延長します ●転出届(仙台市外への引っ越し)の郵送手続きや証明書のコンビニ交付・郵送申請もご活用ください(詳しくは8ページ)

3月 4月

日	月	火	水	木	金	土
14	15	16	17	18	19	20
×	◎	○	○	○	○	×
21	22	23	24	25	26	27
×	◎	◎	◎	◎	◎	×
28	29	30	31			
●	◎	◎	◎			

◎ 大混雑日 ○ 混雑日 × 閉庁日 ● 日曜開設日 9:00～15:00

※8:30～9:30の時間帯は、例年比較的口が空いています

※区役所には駐車場がありませんので、来庁の際は公共交通機関をご利用ください。

問青葉区戸籍住民課 ☎225・7211 (内線6154～6157)

令和3年度 市民センター「老壮大学」受講生募集

区内市民センターでは、高齢の方を対象とした学習講座「老壮大学」の受講生を募集しています。修学期間は1年間です。

●開講式日程など、詳しくは各市民センターへお問い合わせください ●往復はがきによる申し込みは「講座名、住所、氏名、電話番号、年齢、返信先」を記入

※市民センターが新型コロナウイルスワクチン接種会場に決定した場合は、日程等を変更することがあります

センター名等	講座名	学習日時等	対象	開講日	費用	申込方法
青葉区中央市民センター ☎223・2516、FAX261・3251 〒980-0811 一番町2-1-4	あおばカレッジ	【水曜日コース】 月1回（8・2・3月を除く） 原則第3水曜日 10:00～11:30 【金曜日コース（手話通訳・要約筆記付き）】 月1回（8・2・3月を除く） 原則第3金曜日 10:00～11:30 ※手話通訳・要約筆記を希望する場合は事前にご連絡ください	おおむね60歳以上 各30人【抽選】	6/18 (金)	実費	4/16（必着）までに往復はがき（希望コース名も記入）または直接センターへはがき持参 ※申し込みは1人1コースのみ
柏木市民センター ☎233・8066、FAX233・8484 〒981-0933 柏木3-3-1	はぐりゅう 柏梁学院	【Aコース】 月1回（8月を除く） 原則第1水曜日 9:30～10:30 【Bコース】 月1回（8月を除く） 原則第1水曜日 11:00～12:00	60歳以上 各40人【抽選】	5/12 (水)	実費	3/18（必着）までに往復はがき（希望コース名も記入）または直接センターへはがき持参 ※申し込みは1人1コースのみ
北山市民センター ☎272・1020、FAX272・1036 〒981-0934 新坂町8-4	北山シルバースクール	月1回（8月・3月を除く） 原則第4金曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 50人【先着】	5/28 (金)	実費	3/9 10:00から直接センターへはがき7枚持参
福沢市民センター ☎223・9095、FAX213・1647 〒980-0002 福沢町9-9	福沢シニア大学	月1回（8月・3月を除く） 第3木曜日 10:00～11:30	60歳以上 60人【抽選】	5/20 (木)	実費	4/15（必着）までに往復はがきまたは直接センターへはがき持参
旭ヶ丘市民センター ☎271・4729、FAX271・7984 〒981-0904 旭ヶ丘3-25-15	旭ヶ丘老壮大学	隔月1回（5月・7月・9月・11月・1月・3月）全6回 原則第1金曜日 ①9:30～10:30②11:00～12:00	60歳以上 各30人【抽選】	5/14 (金)	無料	3/31（必着）までに往復はがきで（①②いずれかの希望時間も記入）
三本松市民センター ☎274・3955、FAX234・5355 〒981-0912 堤町3-23-1	三本松老壮大学	月1回（8月を除く） 原則第2水曜日 10:00～11:00	おおむね60歳以上 50人【先着】	5/12 (水)	実費	3/10 10:00から電話または直接センターへ
片平市民センター ☎227・5333、FAX268・0234 〒980-0813 米ヶ袋1-1-35	片平シニア りんかい 隣経大学	月1回 第2木曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 60人【先着】	5/13 (木)	無料	3/11 9:00から直接センターへはがき持参
貝ヶ森市民センター ☎279・6320、FAX279・6704 〒981-0942 貝ヶ森1-4-6	貝ヶ森シニア学園	月1回（8月・10月を除く） 水曜日 10:00～11:00	60歳以上 65人【先着】	5/26 (水)	実費	3/6 9:00から直接センターへはがき2枚持参
広瀬市民センター ☎392・8405、FAX392・8410 〒989-3125 下愛子字観音堂5	広瀬老壮大学	年5回 原則第4木曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 60人【抽選】	6/26 (土)	実費	4/15（必着）までに往復はがきまたは直接センターへはがき持参
宮城西市民センター ☎393・2829、FAX393・2491 〒989-3432 熊ヶ根字石積47	老壮学級	月1回 原則第3木曜日 10:00～11:30	60歳以上 75人【先着】	6/17 (木)	実費	4/15 9:00から電話または直接センターへ
大沢市民センター ☎394・6891、FAX394・6439 〒989-3212 芋沢字要害65	大沢朗々学園	月1回 原則第3木曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 60人【先着】	5/20 (木)	実費	3/6 10:00から直接センターへはがき持参
落合市民センター ☎392・7301、FAX392・6737 〒989-3126 落合2-15-15	落合栗生実年学級	月1回（8月・3月を除く） 原則第3木曜日 10:00～11:30	おおむね65歳以上 45人【先着】	5/20 (木)	実費	3/18 13:00から電話または直接センターへ
中山市民センター ☎279・9216、FAX719・2150 〒981-0952 中山3-13-1	中山銀鈴倶楽部	月1回（5月・6月・9月・10月・11月）全5回 【Aグループ】第2金曜日 【Bグループ】第3金曜日 10:00～11:00	おおむね60歳以上 各30人【先着】	A 5/14(金) B 5/21(金)	実費	3/6 10:30から電話または直接センターへ ※申し込みは1人1グループのみ
折立市民センター ☎226・1226、FAX226・2660 〒982-0261 折立3-20-1	折立老壮大学	月1回（3月を除く） 原則第3木曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 40人【先着】	5/20 (木)	実費	3/10 10:00から電話または直接センターへ
吉成市民センター ☎279・2033、FAX279・9431 〒989-3201 国見ヶ丘2-2-1	きらめきスクール	月1回 原則第2金曜日 10:00～11:10 【①健康コース】5・7・9・11月 【②文化コース】6・8・10・12月	おおむね60歳以上 各40人【抽選】	① 5/14(金) ② 6/11(金)	無料	3/31までに往復はがきで（希望コース名も記入） ※申し込みは1人1コースのみ
木町通市民センター ☎711・2561、FAX212・4330 〒980-0801 木町通1-7-36	木町通老壮大学	【はぎコース】 月1回（8月・3月を除く） 第2水曜日 10:00～11:30 【けやきコース】 月1回（8月・3月を除く） 第3水曜日 10:00～11:30	おおむね60歳以上 各50人【抽選】	5/12 (水)	実費	4/2までに往復はがきで（希望コース名も記入） ※申し込みは1人1コースのみ