太白区のお知らせ

TAIHAKU Ward

仙台市総合コールセンター ☎398・4894
太白区役所（市外局番022）〒982-8601 太白区長町南3-1-15☎247・1111㈹ FAX249・1131（総務課）
秋保総合支所（市外局番022）〒982-0243 太白区秋保町長袋字大原45-1☎399・2111㈹ FAX399・2924（総務課）
東中田保健センター ☎242・1180
生出保健センター ☎281・0018
中田証明発行センター ☎241・1111
生出証明発行センター ☎281・2111
■ファクス番号が未掲載の場合は、太白区役所総務課FAX249・1131・秋保総合支所総務課FAX399・2924へお問い合わせください

太白区のお知らせは太白区ホームページでもご覧いただけます。
https://www.city.sendai.jp/taihakuku/

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、5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。

保健・福祉

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、市ホームページをご覧いただくかお問い合わせください。

●日時＝6月17日㈮午後2時～3時半　●会場＝太白区役所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）

●母子健康手帳と別冊のBCG予診票を記入の上、切り離してお持ちください　●小冊子「予防接種と子どもの健康」および母子健康手帳別冊にとじ込みの「予防接種について」等を事前にお読みください　●直接会場へ

問太白区家庭健康課☎247・1111（内線6772）

麻しん（はしか）・風しんの予防接種

対象の幼児は、登録医療機関で早めに接種を受けてください。

●予防接種登録医療機関で受けられます（予約が必要な場合がありますので、事前に医療機関にご確認ください）　●母子健康手帳と母子健康手帳別冊にとじ込みの予防接種予診票を記入してお持ちください　●対象時期を過ぎると任意の予防接種となり、全額自己負担となります

問太白区家庭健康課☎247・1111（内線6772）

時期	対象
第1期	1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日までの幼児
第2期	令和5年4月小学校入学予定（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）の幼児

6月は食育月間です　―モーベジ！　朝ごはんに野菜を

6月は「食育月間」です。食育への関心を高め、健康的な食習慣を身に付けましょう。

区では「モーニングベジタブル―朝ごはんに野菜を」、略して「モーベジ！」として、1日の元気のもとになる朝ごはんに野菜を取り入れるための工夫やモーベジレシピを紹介しています。毎日バランスの良い朝ごはんを食べ、健康的な食生活をスタートしましょう。

■モーベジ生活へのヒント

●翌朝に何を食べるか決めておくなど、前日に準備しておきましょう　●10分だけでも早起きすると、1品多く食べる余裕ができます　●「とりあえず1週間」「とりあえず週末だけ」という気持ちで、気楽に取り組んでみましょう　●家族や友人と楽しみながら続けることが大事です

■食育月間パネル展

●期間＝5月27日㈮～6月12日㈰　●会場＝太白図書館　●内容＝食育パネル展示、モーベジレシピ・幼児向け料理レシピの配布、食に関する本の展示

野菜たっぷりモーベジ！　レシピ

キャベツトースト

◆材料（1人分）
食パン6枚切り・・・1枚（60g）
キャベツ・・・1枚（40g）
ウインナー・・・1本（15g）
マヨネーズ・・・小さじ1
ピザ用チーズ・・・20g

◆作り方
①キャベツは2cm角に切り、器に入れてラップをかけ、電子レンジ（600w）で30秒加熱する。加熱後、水気をキッチンペーパーで拭き取る
②ウインナーは斜め薄切りにする
③食パンにマヨネーズを塗り、①、②、ピザ用チーズをのせてトースター（1200w）で2分程度焼く

★モーベジレシピは、太白区ホームページに掲載しているほか、太白区役所1階総合案内でも配布しています。ぜひご利用ください

問太白区家庭健康課☎247・1111（内線6787）

太白区の人口（対前月増減数）　男：113,537人　女：122,551人　計236,088人（+454）　107,997世帯（+552）　5月1日現在

もぐもぐセミナー

離乳食の進め方、歯の手入れの仕方についてお話しします。

●日時＝6月15日㈬午前9時半～10時10分、10時45分～11時25分　●会場＝太白区役所3階　●対象＝区内にお住まいで令和3年12月生まれの乳児（第1子限定）と保護者各8組16人（先着）　●持ち物＝母子健康手帳・筆記用具等　●保護者のみの参加も可

申6月8日午前9時から電話で太白区家庭健康課☎247・1111（内線6787）

生活習慣改善の個別相談

健診で血圧や血糖値、コレステロール値等が高いから食事に気を付けるよう言われた、家族の健康が心配など、自分や家族の生活習慣の改善について、お気軽にご相談ください。内容に合わせて、栄養士・保健師が個別に相談に応じます。

●日時＝6月28日㈫午前9時半～、10時半～　●会場＝太白区役所3階　●予約が必要です

申電話で太白区家庭健康課☎247・1111（内線6782）

歯と口の健康週間

6月4日から10日は歯と口の健康週間です。歯と口の健康を保つことは、体と心の健康につながります。かかりつけ歯科医院で定期健診や自分の口に合った歯磨きの仕方等のアドバイスを受け、虫歯と歯周病を予防しましょう。

歯と口の健康づくりのポイント

●食生活を含めた生活習慣を整えましょう　●歯と口の機能を保つため、食事はよくかんで食べましょう　●歯磨きの際は虫歯予防に効果的なフッ化物配合の歯磨き剤や、デンタルフロス、歯間ブラシなどを使いましょう

問太白区家庭健康課☎247・1111（内線6783）

禁煙チャレンジャー募集

たばこをやめたいと思っている方、禁煙に挑戦してみませんか。禁煙に取り組むための方法などについて、保健師等が相談に応じます。

●日時＝6月21日㈫午後1時半～、2時半～　●会場＝太白区役所3階　●予約が必要です

申電話で太白区家庭健康課☎247・1111（内線6782）

認知症家族交流会

●日時＝6月14日㈫午後1時半～4時　●会場＝太白区役所2階　●内容＝「認知症当事者の声と介護相談会」と題した講話と相談会　●対象＝認知症の方を介護している方、これから介護に携わる方　●直接会場へ初めて参加を希望する方は事前にご連絡ください

問太白区障害高齢課☎247・1111（内線6739）

茂庭台育児相談

子育ては楽しいことも大変なことも多いものです。1人で考え込まず、相談してみませんか。子どもと一緒に参加できます。

●日時＝6月17日㈮午前10時～11時　●会場＝茂庭台市民センター　●内容＝保健師や栄養士等への心配事の相談（発達面を含む）、身体測定など　●対象＝未就学児と保護者5組［先着］　●持ち物＝母子健康手帳・バスタオル

申6月7日午前9時から電話で太白区家庭健康課☎247・1111（内線6778）

こころの健康相談

気分が落ち込んでやる気が出ない、眠れない等のさまざまな心の問題に、精神科医が相談に応じます。

●日時＝6月8日㈬・16日㈭・21日㈫・22日㈬午後1時半～4時（いずれも1人1時間程度）　●会場＝太白区役所2階　●予約が必要です

申電話で太白区障害高齢課☎247・1111（内線6735）

精神保健家族教室（おしゃべりサロン）

●日時＝6月15日㈬午後1時半～3時半　●会場＝太白区役所5階　●内容＝心の病気がある方の家族同士の交流会と講話　●予約が必要です

申電話で太白区障害高齢課☎247・1111（内線6734）

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。

日時		主な展示販売品目
6/7㈫	11:00～14:00	串団子・コーヒー豆・ポチ袋
6/8㈬		コースター・米粉パン・手ぬぐい
6/9㈭		野菜・クッキー・アクセサリー
6/15㈬		米粉パン・手ぬぐい・焼き菓子
6/16㈭		バッグ・ストラップ・野菜
6/21㈫		ポーチ・冷凍シューマイ・かりんとう
6/22㈬		アクリルタワシ・パン・クッキー
6/23㈭		野菜・弁当・総菜
6/28㈫		ポチ袋・野菜・トートバッグ
6/29㈬		米粉パン・焼き菓子・バッグ
6/30㈭		コースター・ポーチ・巾着
7/5㈫		野菜・弁当・焼き菓子

●会場＝太白区役所1階ロビー　●参加施設など詳しくは市ホームページ（サイト内検索で「ふれあい製品」と検索）でご覧いただけます

問健康福祉局障害企画課☎214・8151

お知らせ

カメイアリーナ仙台の催し

教室	シニア健康エクササイズ	週いち！アクア
日時	6/29、7/6・13 各水曜日	6/20～7/11の毎週月曜日
日時	9:30～10:30	11:10～12:00
対象	おおむね60歳以上の方 各20人〔先着〕	一般 各５人〔先着〕
費用	各400円	各700円

申開催日２週間前の午前９時から電話または直接施設へ

申・問カメイアリーナ仙台（仙台市体育館）☎244・1111

シニア健康エクササイズ

●日時＝７月22日㈮午前10時～11時半　●会場＝秋保体育館　●対象＝60歳以上の方10人〔抽選〕　●費用＝400円

申往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、返信先を記入して７月１日（必着）までに。ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/akiu/からも申し込めます

申・問秋保体育館（〒982―0243太白区秋保町長袋字上原21―３☎399・2757）

太白区探訪・坪沼「蛍と平家琵琶の夕べ」鑑賞モニターバスツアー

太白区西部地域をバスで巡り、秋保地区の名所観光や、坪沼八幡神社で平家琵琶の演奏と源氏蛍を鑑賞する「蛍と平家琵琶の夕べ」などを楽しみます。参加される方に、区の魅力やツアーに関するアンケートにご協力いただきます。

●日時＝６月25日㈯午後１時～９時　●費用＝８千円（夕食代・保険代含む）　●定員＝15人〔先着〕　●詳しくはお問い合わせください

申６月６日午前10時から電話で㈱たびのレシピ☎393・7458

問太白区まちづくり推進課☎247・1337

たいはく朝市

区内の生産者が、新鮮な季節の野菜を直接販売します。

●日時＝６月12日㈰・26㈰午前６時～７時半（売り切れ次第終了）　●会場＝太白区役所南側駐車場　●マイバッグをお持ちください　●出店者を募集しています。自分で生産した農産物・加工品等を出して販売できる個人・団体が対象です。詳しくはお問い合わせください

問太白区まちづくり推進課☎247・1111（内線6136）

太白図書館の催し

◆おはなし会

●日時＝６月８日・15日・29日各水曜日15:00～15:20　●会場＝太白図書館１階おはなしのへや　●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど　●対象＝２歳児～小学校低学年の児童と保護者各４組程度〔先着〕

◆赤ちゃんおはなし会

●日時＝６月15日㈬10:30～10:50、11:00～11:20　●会場＝太白区中央市民センター４階和室　●内容＝わらべ歌、手遊びなど　●対象＝生後４カ月～１歳児と保護者各12組〔先着〕

◆紙芝居おはなし会

●日時＝６月22日㈬15:00～15:20　●会場＝太白図書館１階おはなしのへや　●内容＝「紙芝居文化の会みやぎ」の会員による紙芝居　●対象＝２歳児～小学校低学年の児童と保護者４組程度〔先着〕

◆太白図書館八本松分室おはなしひろば

●日時＝６月25日㈯14:30～14:50　●会場＝八本松市民センター図書室　●内容＝図書ボランティア「コスモス」による絵本の読み聞かせなど　●対象＝２歳児～小学校低学年の児童と保護者

※いずれも●直接会場へ

問太白図書館☎304・2742

移動図書館巡回日程

期日		巡回場所	時間
火曜	6/7・21、7/5	八木山南公園	14:00～14:40
		八木山東・松山公園	14:50～15:20
水曜	6/15・29	柳生四丁目公園	14:10～14:40
		西中田公園	14:50～15:20
	6/8・22	秋保小学校	13:00～13:30
		馬場小学校	13:40～14:10
		湯元小学校	14:40～15:10
木曜	6/16・30	ひより台公園	10:00～10:30
		太白団地・太白市営住宅集会所	10:40～11:10
金曜	6/10・24	西の平集会所前広場	14:00～14:30
		東中田市民センター	14:00～14:30
		ウジエスーパー袋原店	14:40～15:20
		あつみや駐車場・緑ケ丘三丁目バス停前	14:45～15:15
	6/17、7/1	みやぎ生協西多賀店	9:45～10:15
		西中田二丁目・介護老人保健施設ソアーズ	10:35～11:05
		人来田・ポッケの森	14:00～14:30
		羽黒台・望洋台公園	14:40～15:10
土曜	6/18、7/2	茂庭台市民センター	14:00～14:40

●雨天時等は中止の場合有り

問市民図書館☎261・1585