

### 健康づくり相談

健康診断の結果を振り返りながら、自分に合った健康づくりについて、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。

●日時 4月17日(水)午後1時～3時 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制 ●電話での相談を希望する方はお問い合わせください

申・問電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6784)

### 禁煙チャレンジ募集

たばこを健康について考えてみませんか。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 4月17日(水)午後1時～3時 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制 ●電話での相談を希望する方はお問い合わせください

申・問電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6784)

### 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ます。

●日時 4月15日(月)午後1時半～3時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●直接会場へ。初めて参加される方は事前にご連絡ください



# 宮城野区のお知らせ

仙台市総合コールセンター ☎398・4894

宮城野区役所 (市外局番 022)  
〒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

## 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、ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

●日時 4月10日(水)・24日(水)午後2時～3時 ●会場 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5～7カ月) ●持ち物 母子健康手帳・別冊にとじ込まれているBCG予防接種予診票を記入してお持ちください ●母子健康手帳別冊添付の「予防接種について」や、小冊子「予防接種と子どもの健康」等を事前にお読みください ●直接会場へ

問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

### 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。子どもと一緒に参加ください。

●日時 4月26日(金)午前10時半～11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 令和5年10月生まれの子と保護者15組(先着) ●持ち物 母子健康手帳

## お知らせ

### 弘進ゴム アスリートパーク仙台の催し

教室	日時	対象	費用
①ナイトマラソン練習会	4/19(金) 19:00～21:00	高校生以上60人(先着)	500円
②月1 楊名時太極拳	5/7(水) 13:30～14:30	一般18人(先着)	500円
③月1 ヨガ棒	5/29(水) 13:30～14:30	一般18人(先着)	500円
④月1 バレトンスタンディング・フロー	5/31(金) 13:30～14:30	一般15人(先着)	500円

問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6733)

●①直接会場へ  
②③④の申 4月6日午前9時から直接施設へ。ホームページ <https://www.spf-sendai.jp/shiiku/>からも申し込み可能です

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

### 産後ボディメイク 親子でフィットネス

●日時 5月17日～6月14日の毎週金曜日(全5回) 午前10時～10時50分 ●会場 元氣ワールド仙台 ●対象 1～3歳

### 宮城野区のお知らせ①

帳・バスタオル  
申 4月11日午前9時から電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6783・6784)

### 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、心理士、栄養士へご相談ください。

●日時 4月10日(水)午前9時半～11時 ●会場 高砂保健センター ●持ち物 母子健康手帳 ●直接会場へ

問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6728)

### 子どもの心の相談室

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 4月17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6778)

### こころの健康相談

眠れない、気分が落ち込んでやる気がおきかないなどで悩んでいます。認知症や飲酒、ギャンブルなどの相談、また震災によるストレスに関する相談も受け付けます。

●日時 4月9日(火)・12日(金)・15日(日) 午前9時から直接施設へ。ホームページ <https://www.spf-sendai.jp/genki/>からも申し込み可能です

申・問元氣ワールド仙台 ☎231・1221

### シニア健康エクササイズ

●日時 4月9日・16日・23日 各火曜日午前10時～11時 ●会場 出花体育館 ●定員 各30人(先着) ●費用 各400円

●直接会場へ  
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 4月9日～5月2日の毎週火・木曜日午前11時～午後2時

宮城野区文化センター1階ロビー  
●日時 4月6日～5月4日の毎週金・日曜日午前11時～午後2時

※いずれも参加施設や販売品目など詳しくは、市ホームページ(サイト)内検索で「ふれあい製品」と検索をご覧ください

問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151

## お花見はマナーを守って 気持ち良く

桜の花が咲く季節になりました。公園でお花見をする際は、下記の点にご協力・ご注意ください。

◆ごみは持ち帰りましょう  
気持ち良くお花見をするため、ごみの持ち帰りなどのマナーを守り、公園の美化にご協力ください。

◆周辺の渋滞対策のため、榴岡公園の有料駐車場を閉鎖します  
3月28日(木)～4月22日(月)の期間中、駐車場を閉鎖するため、利用できません。バスや電車などの公共交通機関をご利用ください。

◆高森山付近で交通規制を行います  
高森山入り口から県民の森方面への一方通行になります。

●交通規制日時 4月6日～29日の土・日曜日、祝休日9:00～17:00  
問宮城野区公園課 ☎291・2111 (内線6412)

### ペアレント・プログラムで学ぶ たのしい親子関係づくり

25日(木)、5月1日(水)・7日(火)午後1時半～5時 ●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6733)

●日時 5月9日(木)・22日(水)・6月6日(木)・20日(木)・7月4日(木)・10日(水)(全6回) 午前10時～11時半 ●会場 将監市民センター ●内容 子どものできるところを見つけて褒めるなど、楽しく子育てに向き合うことを学びます ●対象 未就学児の保護者10人(抽選) ●持ち物 筆記用具 ●託児あり(1歳6カ月～4歳6人まで。要申し込み)

申電話で4月19日までにサンホーム ☎080・4851・9570  
問健康福祉局障害者支援課 ☎214・8188

●日時 5月9日(木)午後1時半～2時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 認知症の方を介護している家族 ●直接会場へ。初めて参加される方は10分前までに会場にお越しください

問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6735)

## 無料市民相談のご案内

生活上の問題について、専門的な知識を持つ相談員が相談に応じます。相談内容などの秘密は厳守しますので、お気軽にお越しください。

- 会場 一宮城野区役所4階市民相談室
- 相談時間は30分以内
- 法律相談、税務相談、登記・相続相談、遺言・くらし手続相談、宅地・建物相談の予約は相談日の前月初日の開庁日から電話で受け付けます。人権相談、行政相談は直接会場へ
- 交通事故相談は、交通事故相談所(☎214・6150)へお問い合わせください。区役所で面接での相談を希望する場合は、相談日前日の午後4時までにご予約ください
- ※印の相談日が祝休日に当たる場合は、前後いずれかの週の同じ曜日等に振り替え。詳しくはお問い合わせください

申・問宮城野区区民生活課 ☎291・2111 (内線6146～6148)

相談種別	相談内容	相談日時	相談員
※法律(予約優先)	賃貸借、不動産、相続、離婚、その他法律全般(係争中、事業、法人関係を除く)	第2・3・4火曜日 10:00～12:00、13:00～15:00	弁護士
※税務(予約優先)	所得税、贈与税、相続税、その他税全般	4～11月第4水曜日、12～3月第2・4水曜日 13:00～16:00	税理士
※登記・相続(予約優先)	不動産の登記、相続、遺言、成年後見制度、土地の境界等	第2木曜日 13:00～16:00	司法書士 土地家屋調査士
※遺言・くらし手続(予約優先)	遺言・相続(登記を除く)に関する書類作成、許認可申請手続き等	第2木曜日 10:00～12:00	行政書士
宅地・建物(予約優先)	宅地建物の売買・賃貸の契約や取引等	第1金曜日 10:00～12:00	宅地建物取引士
人権	いじめ、虐待、DV、近隣関係、その他人権等	第1・3木曜日 10:00～12:00、13:00～15:00	人権擁護委員
行政	国や県、市の仕事に関する意見、要望、苦情等	第2・4金曜日 10:00～12:00、13:00～15:00	行政相談委員
交通事故(予約制)	損害賠償、保険の請求、示談の仕方、その他	第1・3水曜日 10:00～12:00、13:00～15:00	専門相談員

●雨天時等は中止の場合あり  
問市民図書館 ☎261・1585

土					金		木		水			曜日
4/13・27		4/6・20			4/19		4/11・25		4/10・24			期日
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	14:55 ～ 15:25	14:00 ～ 14:40	14:45 ～ 15:15	14:00 ～ 14:30	9:50 ～ 10:20	駐車時間
岩切三丁目公園	みやぎ生協鶴ヶ谷店	ケアハウスインいわき	新田中央公園	なかの一丁目公園	岡田会館	隣 蒲生蓬田前公園	ヤマザワ田子店	高砂市営住宅 原つば公園東側	福田町四丁目公園	福住町公園	みやぎ生協岩切店	巡回場所

移動図書館巡回日程

コミュニティまつりに助成します

●対象は町内会等が主催する季節の祭りなどのコミュニティまつりで、他の公共的団体から助成を受けていないもの ●予算額に達し次第受け付けを終了しますので、お早めにお申し込みください ●詳しくは区役所まちづくり推進課、市民センターで配布する申し込み案内（ホームページ <https://www.hm-sendai.jp/>）からもダウンロード可をご覧ください  
申申し込み案内に添付の申込用紙で祭り実施日の1カ月前までに（4月に実施する場合を除く）  
問仙台ひと・まち交流財団 ☎268・4789



宮城野区のお知らせ ③

宮城野図書館・榴岡図書館の催し

春の子ども読書フェスティバル

4月19日(金)～5月22日(水)

4月23日は「子ども読書の日」、4月23日～5月12日は「こどもの読書週間」です。子ども読書推進活動の一環として、図書館ではさまざまな催しを行います。また、恒例のおはなし会もあります。

■宮城野図書館・榴岡図書館共通

①読書の木 「花いっぱいになあれ」

●期間＝4月19日(金)～5月22日(水) ●内容＝本を借りた子どもたちに、本の帯で作った花を「読書の木」に貼ってもらい、読書の花を咲かせます

②子どもの本の展示会

●期間＝4月19日(金)～5月22日(水) ●内容＝「35年以上読み継がれた絵本たち」をテーマにした絵本や児童書の展示

■宮城野図書館 ☎256・7361

③あかちゃん ほっぺ

●日時＝4月10日(水)10:30～10:50、11:00～11:20、11:30～11:50 ●内容＝わらべ歌、手遊び、絵本の読み聞かせなど ●対象＝4カ月～2歳児と保護者各8組 [先着] ●各回開始15分前から会場前で整理券を配ります

④おはなし会

●日時＝4月10日～5月1日の毎週水曜日15:15～15:45 ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象＝3歳児～小学校低学年と保護者各10組程度 [先着] ●直接会場へ

⑤おはなし会ぶらす

●日時＝4月13日(土)11:00～11:30 ●内容＝ストーリーテリング（絵本などを使わずにお話を語る素話）、手遊びなど ●対象＝3歳児～小学生（小学3年生以下は保護者同伴）10組程度 [先着] ●直接会場へ

⑥春のスペシャルおはなし会「おはなし会ささのは」

●日時＝4月20日(土)11:00～11:30、13:30～14:00 ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象＝3歳児～小学校低学年と保護者各10組程度 [先着] ●直接会場へ

■榴岡図書館 ☎295・0880

⑦おはなし会

●日時＝4月10日～5月1日の毎週水曜日15:30～16:00 ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象＝幼児～小学校低学年と保護者 ●直接会場へ



⑧おはなしぶりん

●日時＝4月17日(水)、5月1日(水)11:00～11:30 ●内容＝わらべ歌、手遊び、絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象＝乳幼児と保護者 ●直接会場へ

⑨ブックトレード

●日時＝4月17日(水)10:00～16:00 ●内容＝持参した本の冊数分、別の人が持参した本と交換することができます ●直接会場へ

●会場＝①②宮城野図書館、榴岡図書館③～⑥宮城野図書館⑦⑧榴岡図書館⑨生涯学習支援センター1階