

市民健診の申し込みはお済みですか

市民健診の肺がん・結核健診の申し込み締め切りは9月30日(月)(必着)です。40歳以上の方が対象です。申し込み案内は区役所、総合支所、市民センター等で配布しているほか、市ホームページからも申し込みめます。問青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6788)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5462)

この健康相談

落ち込んでやる気が出ない、眠れないなどの心の問題に、精神科医などが相談に応じます。●青葉区役所8階 ●日時 9月12日(木)・30日(月)午後1時半～4時半 ●宮城保健センター ●日時 10月3日(木)午後1時半～3時半 ※いずれも●予約制 申電話で ●青葉区障害高齢課 ☎225・7211 (内線6307)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5457)

●精神障害者家族教室

日時 9月27日(金)午後1時半～3時 ●会場 青葉区役所7階 ●内容 家族同士の座談会 ●対象 精神障害のある方の家族

直接会場へ ●初めて参加する方は事前にご連絡ください

●宮城保健福祉家族教室

日時 9月26日(木)午後1時半～3時 ●会場 宮城保健センター ●内容 アートセラピーについての講話 ●対象 精神障害のある方の家族 ●直接会場へ ●初めて参加する方は事前にご連絡ください 問宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5457)

認知症高齢者の家族会

認知症への対応の悩みや、介護での工夫などについて語り合います。 ●日時 9月18日(水)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)

青葉はつらつ明老祭

日時 10月8日(火)午前9時半～午後4時 ●会場 トークネットホール 仙台(仙台市民会館) ●内容 区内にお住まい

敬老乗車証の令和6年度分チャージの受け付けを開始します

受付日時 (閉庁日を除く)		会場
青葉区役所	10/1(火)～15(水)	4階第2会議室 ※左記期間は、再発行・払い戻しを含め敬老乗車証に関わる全ての手続きを行います
	10/16(水)以降	3階障害高齢課
宮城総合支所	10/1(火)以降	1階障害高齢課

●対象 敬老乗車証をお持ちの方 ●チャージ(入金)と残額確認は、お住まいの区以外の会場と地下鉄仙台駅構内(北3出入口付近)の敬老乗車証チャージ専用窓口でも可能です ●乗車証の交付・払い戻し・紛失等による再発行は、お住まいの区で手続きを行ってください ●10月初旬は混雑が予想されますので、お急ぎでない方は10月中旬以降に手続きを行ってください

■お持ちいただくもの

(1)現在お使いの敬老乗車証 (ICカード)

(2)希望するチャージ額に対する負担金

負担金	チャージ上限額
1,000円分のチャージに対して250円 (または介護保険料所得段階に応じて100円)	年間最大12万円分まで

◆9月末までにチャージして使い切れなかった残額は、10月以降も自動で繰り越されます。繰り越しの手続きは不要です

問青葉区障害高齢課 ☎225・7211 (内線6744)、宮城総合支所障害高齢課 ☎392・2111 (内線5481)

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(雨天時等は中止の場合があります)。日程や巡回場所など、詳しくは仙台市図書館ホームページをご覧ください。 問青葉区障害高齢課 ☎225・7211 (内線6741)

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 9月10日・10月3日の毎週火・木曜日午前11時～午後2時 ●会場 青葉区役所8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(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

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・夕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。マイバッグをお

持ちください。

日時 9月18日(水)午前10時～午後2時 ●会場 勾当台公園市民広場 問環境局家庭ごみ減量課 ☎214・8229

あおば青空ヨガin西公園

日時 9月27日(金)午前10時～11時半 ●会場 西公園お花見広場(雨天時は木町通市民センター) ●内容 健康運動指導士による講話と運動実技 ●対象 30～60代の方15人程度(先着) ●持ち物 飲み物・帽子・タオル・室内用シューズ(雨天時) 申9月9日午前9時から電話で青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6784)

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

対象地区

宮 宮城総合支所管内の方のみ (青 右記以外の方) (マークのないものは区内全域の方)

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・中山台西・国見ヶ丘・郷六・栗生

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ください。お問い合わせください。

日時	会場
9/12(木)	宮城保健センター
9/9(月)・30(月)	青葉区役所2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)

青 離乳食教室

離乳食の進め方や調理のポイント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。 ●日時 9月24日(火)午後1時半～3時 ●会場 青葉区役所2階 ●対象 令和6年3月生まれの乳児と保護者15組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・バスタオル 申9月6日午前9時から電話で青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6785)

宮 あかちゃんくらぶ 産後交流会

日時 9月26日(木)午前10時～11時半 ●会場 宮城保健センター ●内容 絵本の読み聞かせと手遊び ●対象 生後3～8カ月の乳児と保護者20組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・おやこバスポート・バスタオル 申9月12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5455)

子どものこころの相談室

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。

談に応じます。

日時 9月18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)、宮城総合支所保健福祉課 ☎392・2111 (内線5457)

エイズ・梅毒検査

日時 10月7日(月)・8日(火)午前9時半～11時 ●会場 青葉区役所2階 ●予約制 ●検査は匿名で受けられます ●詳しくは区ホームページをご覧ください 申検査の約2週間前、前日までに電話で。区ホームページから申し込めます 申・問青葉区保健福祉センター管理課 ☎225・7211 (内線6716)

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・栄養士等が相談に応じます。 ●青葉区役所8階 ●日時 9月17日(火)午前9時半～10時半 ●持ち物 健康診断結果・食事記録メモ 申宮城総合支所2階 ●日時 9月26日(木)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)

青 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、保健師が相談に応じます。 ●日時 9月17日(火)午前9時半～10時半 ●会場 青葉区役所8階 ●予約制 申電話で前日までに青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6783)

青 腎臓の機能と慢性腎臓病の予防について

慢性腎臓病は初期には自覚症状がほとんどなく、気付いたら重症化していたという方も少なくありません。慢性腎臓病の正しい知識を学び、予防に取り組んでみませんか。 ●日時 9月17日(火)午後1時半～3時 ●会場 青葉区役所2階 ●内容 専門医による講演 ●対象 40～74歳の方30人(先着) 申9月6日午前10時から電話で青葉区家庭健康課 ☎225・7211 (内線6783)

市民図書館の催し

ミニミニおはなし会

●日時 9月8日・29日の毎週
日曜日午前11時半～11時45分
●会場 市民図書館2階おはなしのへや
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居など
●対象 幼児・小学校低学年の児童と保護者

おはなし会

●日時 9月11日・10月2日の毎週水曜日午後3時～3時半
●会場 市民図書館2階おはなしのへや
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居など
●対象 幼児・小学校低学年の児童と保護者

おはなしパーク

●日時 9月21日(土)午後3時～3時半
●会場 せんだいメディアテーク2階会議室
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居など
●対象 幼児・小学校低学年の児童と保護者15人程度(先着)

おはなしぴよぴよ

●日時 9月25日(水)午前10時～10時20分
●午前10時40分～11時
●会場 せんだいメディアテーク2階会議室
●内容 わらべ歌、絵本の読み聞かせ、紙芝居など
●対象 ①2・3歳児と保護者8組程度
②3歳後4カ月～1歳児と保護者各8組程度

スポーツ情報

■①本山製作所仙台市武道館 ②本山製作所青葉アリーナ(青葉体育館) ☎717・1191

	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
①	キッズスポーツデー(未就学児と保護者)	9/17(火) 10:00～11:45	—	保護者300円、未就学児無料	直接会場へ
②	四季を感じよう! ※ウオーキング(一般)	10/5(土) 10:00～12:00	12人(先着)	200円	9/21 13:00～

②の申電話または直接窓口へ

マイタウンスポーツデー

10月14日(祝)に無料スポーツイベントを開催します。

■本山製作所青葉アリーナ ☎717・1191

イベント名	時間	対象	受付
ミニからだリズム	14:00～14:30	一般15人(先着)	9/13 10:00～
ダンスフィットネス体験会	18:00～19:00	一般50人(先着)	
スタイルアップ! 全身エクササイズ体験会	19:00～20:00	一般18人(先着)	

■仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬 ☎392・5340

イベント名	時間	対象	受付
幼児水慣れ体験	10:00～10:55	4歳以上の未就学児10人(先着)	9/17 10:00～
ゆる体操	10:30～12:00	高校生以上15人(先着)	
小学生水慣れ教室	11:00～11:55	小学生10人(先着)	
小学生バタ足教室	11:00～11:55	小学生10人(先着)	
成人向け泳法アドバイス	13:00～13:55	高校生以上10人(先着)	
はじめての健康水中運動	14:00～14:55	高校生以上10人(先着)	

■TAC水の森ウォーターパーク(水の森温水プール) ☎277・2713

イベント名	時間	対象	受付
成人水泳体験教室(クロール)	11:00～12:00	一般10人(先着)	9/13 13:00～
幼児水泳体験教室(水慣れ)	15:30～16:30	4歳以上の未就学児10人(先着)	
小学生水泳体験教室(クロール)	16:30～17:30	小学生15人(先着)	

■TAC葛岡ウォーターパーク(葛岡温水プール) ☎277・8598

イベント名	時間	対象	受付
アクアビクス体験会	10:00～10:50	小学生以上20人(先着)	9/17 10:00～
幼児水慣れ体験教室	13:00～14:00	4歳以上の未就学児10人(先着)	
小学生クロール体験教室	14:00～15:00	小学生20人(先着)	

※いずれも申電話または直接窓口へ

広瀬図書館の催し

おはなしふたば

●日時 9月11日(水)・18日(水)午前10時半～10時50分
●会場 広瀬図書館おはなしのへや
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど
●対象 ①0・2歳児と保護者各5組(先着)
●直接会場へ
●おはなし会
●日時 9月11日・18日・25日各水曜日午後3時～3時半



セーフティドライブスクール

自動車学校の教官による運転実技指導を通して、運転方法や交通ルール・マナーを再確認してみよう。
●日時 9月29日(日)午前9時半～11時半
●会場 花壇自動車学校(花壇8-7)
●対象 普通自動車運転免許をお持ちで、運転技術に不安のある方21人

飲酒運転根絶総決起大会

●日時 9月24日(火)午後2時半～4時
●会場 戦災復興記念館/内容 仙台育英学園高等学校書道部による書道パフォーマンスや、飲酒運転による交通事故の被害者遺族による基調講演等/直接会場へ/問仙台中央警察署交通課 ☎222・7171