



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

保健・福祉

市民健診の申し込みは済みですか

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(必着)です。申し込み案内は区役所、市民センター等で配布しているほか、市ホームページ(パソコンのみ)からも申し込みできます。この機会にぜひ受診しましょう。
問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6786)

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 9月24日(火)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)

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 9月27日(金)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 平成31年3月生まれの乳児(第1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

体験してみよう! アンガーマネジメント

●日時 9月25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 怒りとの上手な付き合い方についての講話とワークショップ
申9月6日午前8時半から電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6789)

禁煙チャレンジ募集

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 9月18日(水)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)

お知らせ

経済センサス基礎調査

10月、令和2年1月に、事業所・企業を対象とする経済センサス基礎調査を実施します。

宮城野区のお知らせ①

申9月9日午前9時から電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6782・6783)

健康づくり相談

生活習慣病を予防し、毎日健やかに過ごすために、自分に合った健康づくりの方法と一緒に見つけましょう。
●日時 9月18日(水)午後1時～3時 (1人30分程度) ●会場 宮城野区役所3階 ●内容 保健師・栄養士・歯科医師による相談 ●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)

エイズ・梅毒 相談・検査

●日時 9月19日(木)、10月3日(木)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 ●検査結果はおおむね1週間後以降に本人に來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

宮城野区のお知らせ②

理課 ☎291・2111 (内線6716)

長引くせきは結核にご注意!

9月24日、30日は「結核予防週間」です。結核は誰もが感染する可能性がある病気です。正しい知識を持ち、結核の予防と早期発見に努めましょう。
●せき・たん・発熱などの風邪のような症状が2週間以上続くときは、医療機関を受診しましょう ●年に1度は胸部エックス線検査を受けましょう
問宮城野区保健福祉センター 管理課 ☎291・2111 (内線6717)

こころの健康相談

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 9月11日(水)・13日(金)・17日(火)、10月2日(水)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)

すくすく育児相談

子育てはいろいろと悩みが多いものです。一人で悩まず、保健師や心理士、栄養士に相談し

たり、育児中の仲間と情報交換したりしましょう。
●日時 10月2日(水)午前9時～(受け付けは午前9時半まで)
●会場 高砂保健センター ●持ち物 母子健康手帳 ●直接会場へ
問高砂保健センター ☎259・7862

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 9月11日(水)午後1時半～4時 ●会場 高砂保健センター ●予約制
申電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6775)

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。この会に参加して心の負担を軽くしてみませんか。
●日時 9月12日(木)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」本人・家族が互いに心を通わせる介護とは」と相談会 ●直接会場へ
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6753)

BCG接種

●日時 9月11日(水)・25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カ月～7カ月) ●持ち物 母子健康手帳・別冊(BCG予防接種予診票を記入して) ●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 ●生ワクチンの予防接種をした翌日から27日以上、四種混合など不活化ワクチンの予防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)

健康増進普及月間パネル展

9月は「健康増進普及月間」です。生活習慣病の発症や進行を防ぐためには、生活習慣の改善が重要です。「1に運動 2に食事 3に禁煙」最後にクスリ 健康寿命の延伸」を合言葉に、自分の生活習慣を振り返りましょう。
●日時 9月9日(月)～13日(金)午前9時～午後4時 ●会場 宮

元氣フィールド仙台の催し

教室	日時	対象	費用
①キッズスポーツデー	9/17(水)、10/1(水)	未就学児と保護者	各300円(未就学児は無料)
②シニア健康エクササイズ	9/19(木)・26(木)、10/3(木)	60歳以上	各400円
③らくらく! シニア健康体操	10/1~11/26の毎週火曜日(10/22を除く。全8回)	一般30人(先着)	5,000円

●①②直接会場へ
③の申9月6日午前9時から電話または直接窓口へ
※いずれも申・問元氣フィールド仙台 ☎231・12221

宮城野図書館の催し

3歳児～小学生向けおはなし会「おはなし会がらみ」
●日時 9月14日(土)午後3時～3時半 ●内容 絵本の読み聞

敬老乗車証の令和元年度分チャージの受け付けを開始します

チャージ受付日時(閉庁日を除く)	会場
10/1(水)～ 8:30～17:00	宮城野区役所2階

●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、お住まいの区役所・総合支所以外でも手続きできます ●敬老乗車証の新規発行・紛失・再発行の手続きは、お住まいの区役所・総合支所のみ取り扱いとなります

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)
※本人以外の方が手続きを行う場合は、委任状と代理人の身分証明書(健康保険証等)の提示が必要

(2)希望するチャージ額に対する負担金

負担金	チャージ額上限
1,000円分のチャージに対して100円(または介護保険料所得段階に応じて50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自動で繰り越され、10月以降も使用できます。繰り越しの手続きは不要です。
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6743・6744)

秋の交通安全市民総ぐるみ運動

9月21日、30日は「秋の交通安全市民総ぐるみ運動」期間です。市民一人一人が交通安全の主役です。交通ルールとマナーを再確認してみよう。
●登下校中の子どもたちや道路横断中の高齢の方には特に注意し、優しさと思いやりのある運転を心掛けましょう ●シートベルト・チャイルドシートは大切な命綱。全員が着用してからの出発を徹底しましょう ●「飲んだら乗らない、乗るなら飲まない」、運転する人には飲ませない」を実践しましょう ●自転車利用者も歩行者優先の走行を行い、ヘルメットの着用に努めましょう。自転車損害賠償保険には必ず加入しましょう
問宮城野区民生生活課 ☎291・2111 (内線6144)

マイタウンスポーツデー

10月14日(祝)の体育の日にスポーツイベントを無料開催します。
鶴ヶ谷温水プール

イベント名	時間	対象
①幼児水泳体験教室	14:00～15:00	4歳～未就学児10人(先着)
②小学生水泳体験教室	15:00～16:00	小学生10人(先着)
③成人クロール、平泳ぎ体験教室	10:00～11:00	一般各10人(先着)

弘進ゴム アスリートパーク仙

イベント名	時間	対象
④ヨガ	9:30～10:30	中学生以上(先着)
⑤ヨガ	11:00～12:00	中学生以上(先着)
⑥疲労回復ヨガ	14:00～15:30	中学生以上(先着)

申 9月6日①②③午前9時④⑤
午前11時⑥午後1時から電話または直接施設へ
申・問①②③鶴ヶ谷温水プール
☎252・1186④⑤弘進ゴム
アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場) ☎256・2488

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階ロビー会場
●日時 9月17日(火)・18日(水)・19日(木)、10月3日(木)午前11時～

午後2時

宮城野区文化センター1階会場

●日時 9月6日～10月5日の毎週金・土・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をご覧ください
問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151

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キッズスポーツフェスティバル	9/25(水)	未就学児と保護者	200円
②インナーコンディショニングヨガ教室	10/15～11/26の毎週火曜日(10/22を除く。全6回)	一般20人(先着)	3,600円

移動図書館巡回日程

図書館から遠い地域など、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/> をご覧ください。お問い合わせください。

困ったときは相談してください！ —地域の高齢者支援窓口

地域で暮らす高齢の皆さんを、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から総合的に支援するための窓口を開設しています。本人や家族からの相談を受け付けています。

◆地域包括支援センター（おおむね中学校区ごとに設置）

センター	所在地	担当区域(学区)	電話
五橋	青葉区五橋2-12-2 福祉プラザ7階	五橋中	716-5460
花京院	青葉区宮町2-2-6アルデール宮町1階	五城中	716-5390
小松島	青葉区小松島新堤7-1	幸町中、鶴谷中(自由ヶ丘、安養寺1丁目)	233-6954
岩切	岩切字稲荷14	岩切中	255-2524
東仙台	新田3-28-20	東仙台中	782-3511
宮城野	五輪2-12-13ライオンズマンション五輪第2-1階	原町小、宮城野小、東宮城野小(卸町を除く)	355-2381
榴岡	榴岡4-2-8テルウェル仙台ビル2階	榴岡小、連坊小路小(五橋圏域を除く)等	297-5906
高砂	高砂1-24-9	中野中、高砂中(七北田川左岸)	388-7828
福田町	田子字富里223	田子中、高砂中(七北田川右岸)	388-6101
燕沢	燕沢東3-8-10	西山中(鶴ヶ谷担当圏域を除く)	388-3690
鶴ヶ谷	鶴ヶ谷2-1-13	鶴ヶ谷中(小松島担当圏域を除く)、西山中(鶴ヶ谷1・6・7・8丁目、鶴ヶ谷東2・4丁目の一部)	388-3801

◆区役所の相談窓口

宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6307)

※ご自分の区域を担当する地域包括支援センターが分からない場合はお問い合わせください

問健康福祉局地域包括ケア推進課 ☎214・8317

●雨天時等は中止の場合有り
問市民図書館 ☎261・1585

宮城野区総合防災訓練を実施します

大規模地震による災害発生を想定した防災訓練を行います。
●日時 9月28日(土)午前8時半～11時半 ●会場 東華中学校
問宮城野区民生生活課 ☎291・2111 (内線6142)

榴岡図書館の催し

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
●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 幼児

児 小学校低学年(要保護者同伴) ●直接会場へ

おはなしぷりん

●日時 9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 ●直接会場へ
※いずれも問榴岡図書館 ☎295・0880

六郷堀・七郷堀の非かんがい期の通水が始まります

景観の改善や悪臭防止などを目的として農業用水の利用が無い非かんがい期の通水を始めます。区内の対象水路は高砂堀(宮

千代・萩野町・東宮城野)です。
●期間 9月11日(水)～令和2年4月24日(金) ●2月末から3月までは、堀の清掃等のため通水を一時停止します ●広瀬川の流量低下や水路の工事等のため通水を停止する場合があります
問建設局河川課 ☎214・8327

三情報

①防衛大学校・防衛医科大学校(医学科・看護学科) 学生②自衛官候補生募集 受付期間 9月30日(月)まで。②は年間を通して受け付け/詳しくはお問い合わせいただくか、自衛官募集ホームページをご覧ください/問自衛隊宮城地方協力本部 ☎295・2612