



宮城野区のお知らせ

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

お知らせの内容は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止や延期となる場合があります。
また、4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。

保健・福祉

日時	会場
6/3(水) 14:00~15:00	宮城野区役所3階
5/18(月) 14:00~14:30	岩切保健センター
5/13(水) 14:00~15:00	宮城野区役所6階

BCG接種
●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・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

健康づくり相談

生活習慣病を予防し、毎日健康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 5月20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 ●他の日を希望す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・6783)

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で、食事をおいしく食べ、生き生きとした毎日を過ごすことができます。かかりつけ歯科医院で定期健診を受け、虫歯や歯周病予防に努めましょう。



●期間 6月1日(月)~5日(金)
●会場 宮城野区役所1階ロビー
1 宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6785)

精神保健家族教室

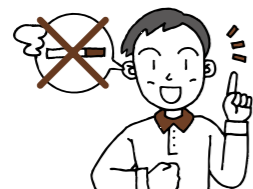
心の病を抱える方の家族同士で、話し合いや学び合いをします。

●日時 5月18日(月)午後1時半~3時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●初めてご参加の方は、事前にお問い合わせください
宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6759)

禁煙チャレンジ集

たばこで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 5月20日(水)午後1時~3時 ●会場 宮城野区役所3階 ●予約制
申・問 宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6782・6783)



世界高血圧デー・世界禁煙デー パネル展

5月17日の「世界高血圧デー」、31日の「世界禁煙デー」に合わせ、血圧と健康、喫煙に関するパネル展示を行います。

宮城野区のお知らせ①

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 ●ほか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
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。お子さんと一緒にご参加ください
●日時 5月22日(金)午前10時~11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 令和元年11月生まれの乳児(第一子優先)と保護者45組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・バスタオル
申 5月8日午前9時から電話で宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6784)



こころの相談

眠れない、やる気がおきない、などで悩んでいませんか。認知症の相談や、飲酒・ギャンブルなどに関する相談、また震災によるストレスに関する相談も受

皆さまとともに 未来へのバトンをつなぐ

平成から令和へと新しい時代を迎えた昨年、東部復興道路が完成し、多重防壁による沿岸部の安心が確立。この間、多くの皆さまのお力で復興の歩みが刻まれてきました。津波により甚大な被害を受けた海辺にも、その貴重な自然が戻りつつあります。

震災十年の節目となる本年度は、未来へつなぐ復興のシンボルとして、宮城野区沿岸部の自然や地域の歴史、集団移転跡地利活用などによる新たな魅力を広く発信してまいります。

宮城野区は、賑わいづくりが進む仙台駅東側の都心および周辺地域、岩切城跡など歴史を感じつつ新しい住宅地が広がる北都住宅地域、鶴ヶ谷団地など成



宮城野区長 吉田 広志

なご、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事の延期や中止など、区民の皆さまのご協力をいただいております。今後も感染拡大防止にしっかりと取り組んでまいります。

保健師や心理士、栄養士への相談や、育児中の仲間と情報交換をしましょう。

●日時 6月3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
宮城野区家庭健康課 ☎259・7862

元氣フィールド仙台の催し

教室	日時	対象	費用
①シニア健康 水中運動	5/11(月)・25(月)	一般 各30人(先着)	各600円
②揚名時太極拳	5/11・18・25 各月曜日(全3回)	一般 30人(先着)	3,150円
③キッズ スポーツデー	5/12(水)・26(水)	未就学児と保護者	各300円 未就学児は無料
④シニア健康 エクササイズ	5/21・28、6/4 各木曜日	60歳以上	各400円

●①③④直接会場へ
②の申 5月6日午前9時から電話または直接窓口へ
申・問 元氣フィールド仙台 ☎231・12221

お知らせ

アンチエイジングプログラム

●日時 5月12日・19日・26日 各火曜日午前11時~正午 ●会場 出花体育館 ●内容 ストレッチ、ウォーキング、筋力トレーニングなど ●費用 各400円 ●持ち物 運動靴・飲み物
申 当日午前9時半から直接出花体育館 ☎786・3446

手洗い評価スタンドを貸し出します

感染症の予防には手洗いが大切です。多くの方に正しい手洗いの方法を学んでいただくため、「手洗い評価スタンド」の貸し出しを行っています。専用のローションを手に塗り、手洗い後「手洗い評価スタンド」に手をかざすと、洗い残しの部分が光って見えます。保育所や学校での衛生教育、施設のスタッフ研修などにご利用ください。

●台数に限りがあります ●貸出期間など詳しくはお問い合わせください
申電話で宮城野区保健福祉センター管理課 ☎291・2111 (内線6716)

土		金		木		水		曜日	巡回場所			
5/23		5/16・30		5/15・29		5/14・28		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	15:00 ～ 15:30	14:00 ～ 14:40	14:40 ～ 15:10	14:00 ～ 14:30	9:50 ～ 10:20	駐車時間
谷東公園 岩切三丁目鶴ヶ	谷店 みやぎ生協鶴ヶ	いわき ケアハウスイン	新田中央公園	仙台港背後地8号公園	岡田会館	蒲生蓬田前公園	福田町四丁目公園	福室公園	ヤマザワ田子店	福住町公園西側 駐車場	みやぎ生協岩切店	巡回場所

移動図書館巡回日程

④ピラティス教室	③インナー コンディショニング ヨガ教室	②リラクゼーション ヨガ教室	①ナイトランニング ステーション (長距離走のための 陸上競技場の自由開放)	教室名等
6/19～8/7の 毎週金曜日 (全6回。 6/26、7/24を除く)	6/9～8/4の 毎週火曜日 (全8回。 7/21を除く)	5/29～7/31の 毎週金曜日 (全9回。 7/24を除く)	5/12～6/5の 毎週火～金曜日	日時
10:00～11:00	19:30～20:30	19:30～20:30	19:00～21:00	対象
一般 30人(先着)	一般 20人(先着)	一般 20人(先着)	高校生以上	費用
3,600円	4,800円	5,400円	各300円	

●雨天時等は中止の場合有り
問市民図書館 ☎261・1585
弘進ゴム アスリート
パーク仙台の催し

1 問宮城野区衛生課 ☎291・2111 (内線6724・6726)

●①直接会場へ
②④の申②5月8日午後7時
③5月26日午後7時④5月29日
午前9時半から電話または直接
窓口へ
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



▲スズメバチの巣

スズメバチは5月頃から家の軒下や庭木などで巣作りを始めます。初期の巣は、女王バチ1匹で作られ始め、5～10センチメートルほどの大きさの「とっくり型」または「球形」で、出入り口が1つです。

スズメバチに注意しましょう

自転車はルールを守って安全に

自転車はれっきとした車両の一種で、法律により通行ルールが定められています。しかし、気軽な乗り物であることから、正しい乗り方やルールが守られないことによる危険な交通事故が絶えません。安全確認や、自転車の整備・点検、自転車損害賠償保険等の加入等、自転車の交通ルールを理解し、安全運転に努めましょう。

- 自転車安全利用ルールを守りましょう
- ◆自転車は、車道が原則、歩道は例外
 - ◆車道は左側を通行
 - ◆歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
 - ◆安全ルールを守る
 - 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での信号順守と一時停止・安全確認
 - ◆ヘルメットを着用

問宮城野区区民生活課 ☎291・2111 (内線6142)

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
5/15(金)	弁当、菓子、豆腐、総菜、デザート
5/16(土)	マラーカオ、ヤーコン茶
5/22(金)	パン、クッキー
5/23(土)	パン
5/29(金)	弁当、菓子、豆腐、総菜、デザート
5/30(土)	マラーカオ、ヤーコン茶
5/31(日)	パン、焼き菓子
6/5(金)	弁当、菓子、豆腐、総菜、デザート

●会場＝宮城野区文化センター1階ロビー
※年間スケジュールや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