

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。日程や巡回場所など、詳しくはホームページ <https://lib-www.smt.city.izumi.jp/>をご覧ください。
●雨天時等は中止の場合有り
●市民図書館 ☎261・1585

お知らせ

移動図書館の日程

禁煙チャレンジヤー募集
効果的に禁煙できるように個別にアドバイスします。
●日時 3月22日(月)午後1時半～3時(1人45分程度)
●会場 泉区役所東庁舎2階
●対象 区内にお住まいの方
●予約制
●申込電話 泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6788)

健康づくり相談

●日時 3月22日(月)午後1時半～3時(1人45分程度)
●会場 泉区役所東庁舎2階
●内容 生活習慣病等の予防について保健師や栄養士、歯科衛生士が相談に応じます
●対象 区内にお住まいの方
●予約制
●申込電話 泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6788)

令和3年度 区内市民センター「老壮大学」受講生募集

区内各市民センターでは、高齢の方を対象に学習講座「老壮大学」の受講生を募集しています。修学期間は1年間です。

●往復はがきによる申し込みは、講座名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢、返信先をご記入ください ●詳しくは各市民センターへお問い合わせください

※市民センターが新型コロナウイルスワクチン接種会場に決定した場合は、日程等を変更することがあります

センター名等	講座名	開講日	学習日時	対象	費用	申込方法
泉区中央市民センター ☎372・8101、FAX372・2447 〒981-3117 市名坂字東裏53-1	泉シニア塾	Aコース 5/12(水) 10:00～ Bコース 5/19(水) 10:00～	Aコース第2水曜日 10:00～11:30 (全6回) Bコース第3水曜日 10:00～11:30 (全6回) ※両コースとも内容は同じ	65歳以上 各35人 (抽選)	実費	3/20(必着)までに往復はがき(希望コースも記入)または窓口へはがき持参で ※申し込みはどちらか1つのコースのみ
根白石市民センター ☎379・2108、FAX376・5769 〒981-3221 根白石字杉下前24	さわやか大学	5/20(木)	主に第3木曜日 10:00～11:30 (全10回)	おおむね 50歳以上 50人(抽選)	実費	3/31(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
南光台市民センター ☎253・1023、FAX253・1024 〒981-8003 南光台7-1-30	南光台学院	5/28(金) 前半コース 9:30 後半コース 11:00～	前半コース(全9回) 主に第4金曜日 9:30～10:30 後半コース(全9回) 主に第4金曜日 11:00～12:00 ※両コースとも内容は同じ	60歳以上 各40人 (抽選)	実費	4/10までに往復はがきで ※コース選択不可
黒松市民センター ☎234・5346、FAX219・2038 〒981-8006 黒松1-33-40	黒松寿大学	5/20(木) 前半コース 10:00～ 後半コース 11:10～	前半コース 主に第3木曜日 10:00～10:50 (全5回) 後半コース 主に第3木曜日 11:10～12:00 (全5回) ※両コースとも内容は同じ	60歳以上 各30人 (抽選)	500円	3/18(必着)までに往復はがき(希望コースも記入)または窓口へはがき持参で ※申し込みはどちらか1つのコースのみ
将監市民センター ☎372・0923、FAX374・8704 〒981-3132 将監8-2-1	将監寿大学	5/14(金)	主に第2金曜日 10:00～11:30 (全7回)	60歳以上 60人(先着)	実費	3/12 10:00から窓口へはがき持参で
加茂市民センター ☎378・2970、FAX377・4565 〒981-3122 加茂4-2	ワイワイ若がえり塾	5/20(木)	主に第3木曜日 10:00～11:30 (全9回)	60歳以上 60人(先着)	実費	3/17 9:00から体育館へはがき持参で
高森市民センター ☎378・9950、FAX378・9969 〒981-3203 高森6-1-2	高森塾	5/21(金)	主に第4金曜日 10:00～11:30 (全6回)	おおむね 50歳以上 60人(抽選)	実費	4/15(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
松陵市民センター ☎375・8101、FAX375・6101 〒981-3108 松陵5-20-2	松陵シニアカレッジ	5/21(金)	主に第4金曜日 10:00～11:30 (全9回)	おおむね 65歳以上 50人(抽選)	実費	3/31(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
寺岡市民センター ☎378・4490、FAX378・4534 〒981-3204 寺岡2-14-4	多聞塾	5/13(木)	主に第1木曜日 10:00～11:30 (全10回)	55歳以上 60人(抽選)	実費	4/13(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
長命ヶ丘市民センター ☎377・3504、FAX377・3508 〒981-3212 長命ヶ丘2-14-15	長命大学	5/20(木)	第3木曜日 10:00～11:15 (全8回)	60歳以上 60人(抽選)	実費	4/4(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
松森市民センター ☎776・9510、FAX776・9512 〒981-3111 松森字城前9-2	城前大学	5/22(土)	主に第3木曜日 10:00～11:00 (全8回)	60歳以上 50人(抽選)	実費	3/18(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
桂市民センター ☎375・0550、FAX771・5931 〒981-3134 桂3-19-1	桂友くらぶ	5/13(木)	主に第2木曜日 10:00～11:30 (全9回)	おおむね 50歳以上 70人(抽選)	実費	4/10(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で
南中山市民センター ☎379・4780、FAX348・4340 〒981-3213 南中山2-24-12	ほがらかシニア塾	5/21(金)	主に第3金曜日 10:00～11:30	おおむね 60歳以上 50人(抽選)	実費	3/31(必着)までに往復はがきまたは窓口へはがき持参で

泉区のお知らせ

Izumi Ward

泉区シンボルマーク

泉区役所(市外局番022)

〒981-3189 泉区泉中央2-1-1
☎372・3111(代)
FAX375・3785(総務課)
根白石証明発行センター ☎379・2111
南光台証明発行センター ☎252・2111
■ファクス番号が未掲載の場合は、総務課 FAX375・3785へお問い合わせください

泉区のまち情報は
泉区公式Facebookページでもお伝えしています。
<https://www.facebook.com/izuminomachikiji>

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、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 3月10日(水)午後2時～3時半 ●会場 泉区役所東庁舎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カ月～7カ月)
●持ち物 母子健康手帳・別冊(事前に予診票を記入してください) ●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

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、2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、各問い合わせて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。

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 3月19日(金)午前10時～11時 ●会場 泉区役所東庁舎2階 ●内容 離乳食についてのお話、実演など ●対象 区内にお住まいの令和2年9月生まれの乳児(第1子)と保護者10組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・バスタオル
申3月9日午前9時から電話で泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6783)

5歳児のびのび発達相談

子どもの様子や発達について、気になることや心配なことなどの相談に応じます。子どもと一緒に参加ください。
●日時 3月12日(金)午後1時～4時 ●会場 泉区役所東庁舎2階 ●対象 5歳の子どもの保護者(発達相談支援センター等で相談している方を除く)
●予約制
●申込電話 泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6775)

外食やお弁当を健康的においしく

★「栄養成分表示」を活用しよう

食品や市販の弁当を購入する際や外食のときなど、「栄養成分表示」を活用して、自分の必要量に応じたエネルギーや栄養量の食事を選び、健康づくりに役立てましょう。

栄養成分表示 (1食(○○g)当たり)	
エネルギー	○○kcal
たんぱく質	○○g
脂質	○○g
炭水化物	○○g
食塩相当量	○○g

栄養成分表示の例

※令和2年4月から、加工食品の「栄養成分表示」が義務付けられています。

★食事の組み合わせにも注目

主食(ご飯・パン・麺類)、主菜(肉・魚・卵・大豆製品の料理)、副菜(野菜・海藻等の料理)がそろったバランスの良い食事を心掛けましょう。丼ものや単品料理には副菜を1～2品追加しましょう。1食で整えることが難しい場合は、1日の食事で調整してみましょう。

問泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6782)

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、児童精神科医や臨床心理士が相談に応じます。
●日時 3月17日(水)午後1時～4時 ●会場 泉区役所東庁舎2階 ●対象 18歳未満の子どもの保護者(保護者の方のみ)の相談も可 ●予約制
●申込電話 泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6775)

こころの健康相談

●日時 3月12日(金)・18日(木)午後1時半～、3月23日(火)午後2時半 ●会場 泉区役所東庁舎1階 ●内容 気分が落ち込

こころの健康づくりパネル展

ストレス解消法や休養の取り方など、心の健康づくりに関するパネルを展示します。
●期間 3月1日(月)～31日(水)
●会場 泉区役所本庁舎1階・東庁舎1階
●申込電話 泉区家庭健康課 ☎372・3111 (内線6788)

泉中央美化 春の一斉清掃

「ごみの散乱のない快適なまちづくり推進地区」に指定されている泉中央地区で、一斉清掃を行います。

●日時＝3月6日(土)午前8時～9時(小雨決行) ●持ち物＝軍手・タオル・動きやすい服装
 ●泉区役所区民広場、セルバ南側ベデストリアンデッキ下にごみ袋等を準備しています。
 詳しくはお問い合わせください
 問泉区まちづくり推進協議会事務局(泉区まちづくり推進課内) ☎372・3111(内線6138)

春の火災予防運動

「その火事を防ぐあなたに金メダル」をスローガンに、3月1日から7日まで春の火災予防運動が行われます。空気が乾燥して風が強い日が多く、火災が発生しやすい時季です。火の取り扱いにご注意ください。
 9 問泉消防署予防課 ☎373・0119

ベガルタ仙台ホームタウンフェスタin泉

ベガルタ仙台との交流イベント「2020年度ベガルタ仙台ホームタウンフェスタin泉」をウェブサイトで開催しています。

泉区とベガルタ仙台に関連した写真の募集やベガルタ仙台の選手が、泉区に関するクイズに答える動画などを公開しています。
 ●期間＝3月31日(水)まで ●詳しくはホームページへ <https://www.fm797.co.jp/hffes/>をご覧ください。お問い合わせください
 問泉区まちづくり推進課 ☎372・3111(内線6139)

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」を泉区役所本庁舎1階ロビーで展示・販売します。
 ●日時＝3月9日～31日の毎週火・水・木曜日午前11時～午後2時 ●販売品目など詳しくは、市ホームページ(サイト内検索「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

ミニ情報

公益信託「仙台まちづくり八乙女記念基金」助成事業募集 泉区を中心に、市内で個人や団体が行うまちづくり活動に助成します。募集期間＝3月1日～31日(必着) / 対象事業など詳しくはお問い合わせください / 問三井住友信託銀行個人資産受託業務部公益信託グループ ☎03・5232・8910

泉図書館の催し

防災おはなし会

●日時＝3月7日(日)11:00～11:30 ●内容＝防災の紙芝居や絵本の読み聞かせ、防災クイズなど
 ●対象＝幼児(要保護者同伴)～小学生10人程度 [先着]

おはなしたまご

●日時＝3月10日(水)①10:30～10:50②11:00～11:20③11:30～11:50 ●内容＝わらべ歌、絵本の読み聞かせなど ●対象＝①2・3歳児と保護者②③生後4カ月～1歳児と保護者各10組程度 [先着]

定例おはなし会

●日時＝3月10日～31日の毎週水曜日15:00～15:30 ●内容＝絵本の読み聞かせなど ●対象＝幼児(要保護者同伴)～小学校低学年各10人程度 [先着]

日曜おはなし会

●日時＝3月14日(日)11:00～11:30、14:00～14:30 ●内容＝絵本の読み聞かせなど ●対象＝幼児(要保護者同伴)～小学校低学年各10人程度 [先着]

泉おはなしわくわく

●日時＝3月20日(祝)13:30～14:00、14:30～15:00 ●内容＝絵本や紙芝居を使わずにお話を語る素話など ●対象＝小学生各10人程度 [先着]

※いずれも●直接会場へ

問泉図書館 ☎375・6161

スポーツ情報

■根白石温水プール ☎376・5124

教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
疲労回復ストレッチ講座(一般)	3/25(木) 14:30～15:20	20人 [先着]	530円	3/9 13:00～

申電話または直接窓口へ

■シェルコムせんだい ☎218・5656

教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
夜間テニス初中級(高校生以上)	4/8～6/17の毎週木曜日 (8回。4/15・29、5/6を除く) 19:30～21:00	20人 [先着]	10,000円	3/11 12:00～
キッズフットサルスクール (ア)4・5歳児 (イ)小学1～3年生	4/15～6/17の毎週木曜日 (各8回。4/29、5/6を除く) (ア)15:30～16:30 (イ)16:40～17:40	各20人 [先着]	各4,800円	3/18 10:00～
シェルコムで遊ぼう! (小学1～3年生)	4/15～6/17の毎週木曜日 (8回。4/29、5/6を除く) 17:50～18:50	20人 [先着]	4,800円	3/18 11:00～
ちびっこ体操教室 (ア)4・5歳児 (イ)小学1～3年生	4/20～6/22の毎週火曜日 (各8回。5/4、6/15を除く) (ア)15:30～16:30 (イ)16:40～17:40	各20人 [先着]	各4,800円	3/23 10:00～
目指せ一番! かけっこ教室 (ア)小学1～3年生 (イ)小学4～6年生	4/20～6/22の毎週火曜日 (各8回。5/4、6/15を除く) (ア)17:50～18:50 (イ)19:00～20:00	各20人 [先着]	各4,800円	3/23 11:00～
キッズダンス (ア)4・5歳児 (イ)小学1～3年生	4/21～6/16の毎週水曜日 (各8回。5/5を除く) (ア)15:30～16:30 (イ)16:45～17:45	各11人 [先着]	各4,800円	3/17 10:00～

申電話または直接窓口へ