

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 3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6753)

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 3月13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してください。
●日時 3月22日(金)午前10時～11時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●対象 平成30年9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
申3月7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)



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

BCG接種

3/18(月)	3/6(水)	期日	受付時間	会場
9:30～10:00	14:00～15:00			宮城野区役所3階
				高砂保健センター

●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予接種予診票を記入して) ●母子健康手帳別冊添付の「予接種について」や、小冊子「予接種と子どもの健康」等を事前にお読みください ●生ワクチンの予接種をした翌日から27日以上、また四種混合など不活化ワクチンの予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)

エイズ・梅毒 相談・検査

●日時 3月7日(木)、4月4日(木)午前9時～10時半 ●会場 宮城野区役所3階 ●相談・検査

宮城野区のお知らせ①

平成31年度 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、高齢の方を対象とした学習講座「老壮大学」の受講生を募集します。さまざまなテーマについて学習し、活動などを通して交流を深めてみませんか。修学期間は1年です。詳しくは各市民センターへお問い合わせください。

市民センター名等	講座名	開講日	学習日時	対象	費用	申込方法
宮城野区中央市民センター 〒983-0842 五輪2-12-70 ☎791・7015、FAX295・2337	みやぎの大学 火曜日コース	4/19(金)	月1回 第2火曜日 10:00～11:30	60歳以上 80人(先着)	1,000円	3/7午前10時から費用を添えて直接センターへ
	みやぎの大学 金曜日コース	4/19(金)	月1回 第3金曜日 10:00～11:30	60歳以上 80人(先着)	1,000円	3/8午前10時から費用を添えて直接センターへ
高砂市民センター 〒983-0014 高砂1-24-9 ☎258・1010、FAX259・7577	高砂老壮大学	5/15(水)	月1回 第3水曜日 10:00～11:30	60歳以上 100人(先着)	2,000円	3/7午前10時から費用を添えて直接センターへ
岩切市民センター 〒983-0821 岩切字三所南88-2 ☎255・7728、FAX255・2075	岩切老壮大学	4/17(水)	月1回 第3水曜日 10:00～11:30	60歳以上 100人(先着)	2,000円	3/8午前10時から費用を添えて直接センターへ
鶴ヶ谷市民センター 〒983-0824 鶴ヶ谷2-1-7 ☎251・1562、FAX251・1564	鶴ヶ谷ことぶき大学	5/15(水)	月1回 第3水曜日 10:00～11:30	60歳以上 100人(先着)	1,000円	3/13午前10時から直接センターへ(費用は開講日に集めます)
榴ヶ岡市民センター 〒983-0842 五輪1-3-1 ☎299・5666、FAX299・5690	榴ヶ岡老壮大学	5/16(木)	月1回 第3木曜日 10:00～11:30	60歳以上 100人(抽選)	1,000円	往復はがきに講座名・住所・氏名・電話番号・年齢・返信先を記入して3/31までに
東部市民センター 〒983-0037 平成1-3-27 ☎237・0092、FAX235・7634	老壮大学「東部いきいきスクール」	5/15(水)	月1回 第3水曜日 10:00～11:30	60歳以上 50人(先着)	1,000円	3/7午前10時から費用とはがき持参で直接センターへ
幸町市民センター 〒983-0836 幸町3-13-13 ☎291・8651、FAX291・8561	幸町生涯大学	4/18(水)	月1回 第3水曜日 10:00～11:30	60歳以上 50人(先着)	1,000円	3/7午前10時から直接センターへ(費用は開講日に集めます)
田子市民センター 〒983-0021 田子2-4-25 ☎254・2721、FAX254・2722	田子老壮大学	5/8(水)	月1回 第2水曜日 10:00～11:30	60歳以上 80人(先着)	1,500円	3/7午前10時から費用を添えて直接センターへ
福室市民センター 〒983-0005 福室5-9-36 ☎786・3540、FAX388・6320	福室老壮大学	5/29(水)	月1回 最終水曜日 10:00～11:30	60歳以上 90人(先着)	2,000円	3/7午前10時から費用を添えて直接センターへ

母子健康手帳の交付を受けましょう

妊娠していることを医療機関で確認したら、早めに母子健康手帳の交付を受けましょう。母子健康手帳は、妊娠・出産・育児に関する健康記録になります。健診や健康相談、予防接種を受けるときには持参して、医師や保健師などに記入してもらったり、自分で記入したりしましょう。母子健康手帳と一緒に母子健康手帳別冊(妊婦一般健康診査助成券など)もお渡しします。

■妊娠届の受け付け・母子健康手帳の交付日時

会場	種別	曜日(※)	受付時間
宮城野区役所3階 家庭健康課	交付	月～金曜日	9:00～11:30
	交付・説明会(★)	第2・4金曜日	交付13:00～13:30 説明会13:30～

※閉庁日を除く
★説明会では母子健康手帳の使い方、妊娠中に気を付けたいことなどをお話します。初めて母子健康手帳の交付を受ける方は、説明会への参加をお勧めします
●岩切保健センター、高砂保健センターでも交付しています(予約制)。詳しくはお問い合わせください

- 持ち物**
- 病院でお渡しする妊娠届
 - 顔写真入りの身元を証明できるもの(マイナンバーカード・運転免許証など。顔写真入りの身分証明書をお持ちでない場合は、健康保険の被保険者証や年金手帳など身元を確認できるもの2種以上)
 - マイナンバー(個人番号)を確認できるもの(マイナンバーカード・通知カードなど)
 - 多数の配付資料を入れるためのマイバッグ

問宮城野区家庭健康課 ☎291・2111 (内線6774)、岩切保健センター ☎255・7727、高砂保健センター ☎259・7862

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を一緒に

見つけましょう。
●日時 3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・6784)

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 3月6日(水)・8日(金)・

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。一人で悩まないで、保健師や心理士、栄養士への相談や、育児中の仲間との情報交換をしましょう。
●日時 3月6日(水)午前9時～10時 ●会場 岩切保健センター
●持ち物 母子健康手帳
●直接会場へ
問岩切保健センター ☎255・7727

宮城野区のお知らせ②

お知らせ

移動図書館巡回日程

土		金		木		水		曜日	期日	駐車時間	巡回場所
3/16		3/9・23		3/8		3/7		3/6・20			
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
岩切三丁目鶴ヶ谷公園	みやぎ生協鶴ヶ谷店	ケアハウスインいわき	新田東中央公園	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

●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

教室等	日時	対象	費用
①シニア健康エクササイズ	3/7・14・28 各木曜日	60歳以上 各25人(先着)	各300円
②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)	3/12(火)・15(金)・19(火)・26(火)・29(金)	高校生以上の方	各300円
③健康リズム体操教室	4/10～6/19の 毎週水曜日 (5/1・8・15を除く。 全8回)	25人(先着)	4,000円
④ピラティス教室	4/12～6/28の 毎週金曜日 (5/3・10・31を除く。 全9回)	30人(先着)	4,500円

●①②直接施設へ
③④の申③3月20日午前9時④3月22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

宮城野区のお知らせ③

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	主な展示販売品目	
3/6(火)	11:00～14:00	ビーズ、さをり織り製品
3/7(木)		シフォンケーキ、ビーズ製品
3/13(火)		陶芸品、パン
3/14(木)		クッキー、アクリルたわし
3/20(火)		アシ製品、クッキー
3/27(火)		パン、弁当
3/28(木)		野菜、マグネット

◆宮城野区文化センター 1階ロビー

日時	主な展示販売品目	
3/8(金)	11:00～14:00	パン、ノート
3/9(土)		豆腐、厚揚げ、豆腐ドーナツ
3/10(日)		パン、菓子、雑貨
3/15(金)		パン、クッキー
3/16(土)		パン、サブレ、クラフト作品
3/17(日)		弁当、ピザ、クッキー
3/22(金)		シフォンケーキ、パウンドケーキ、クッキー
3/23(土)		ヤーコン茶、サブレ、クロワッサン
3/24(日)		パン、菓子、雑貨
3/29(金)		弁当、総菜、菓子
3/30(土)	パン、ラスク、クッキー	
3/31(日)	弁当、ピザ、クッキー	

※年間スケジュールや参加施設等詳しくは、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

元気フィールド仙台の催し

教室等	日時	対象	費用
キッズスポーツデー	3/12(火)	60歳以上	各400円
	9:30～11:30		
シニア健康エクササイズ	3/7・14・28 各木曜日	60歳以上	各400円
	13:30～14:30		
		未就学児と保護者	300円 (未就学児は無料)

●直接施設へ
問元気フィールド仙台 ☎231・1221

宮城野図書館の催し

おはなし会
●日時 3月6日、27日の毎週水曜日午後3時15分～3時45分
●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(要保護者同伴) ●直接会場へ
0～2歳児向けおはなし会「あかちゃん ほっぺ」
●日時 3月6日(水)①午前10時半～10時50分、11時～11時20分
②午前11時半～11時50分 ●内容 かわらべ歌、手遊び、絵本の読み聞かせなど ●対象 ①4カ月～1歳未満の乳児と保護者
②1・2歳児と保護者各15組(先着) ●直接会場へ
3歳児～小学生向けおはなし会「おはなし会ぶらぶら」
●日時 3月9日(土)午後3時～

榴岡図書館の催し

おはなし会
●日時 3月6日、4月3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～小学校低学年(要保護者同伴) ●直接会場へ
おはなしぶりん
●日時 3月20日(水)午前11時～11時半 ●内容 かわらべ歌、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
問榴岡図書館 ☎295・0880