

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

ニジムの相談

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 8月14日(金)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6778)

子どものニジムの相談室

介護者の皆さんが、日頃の介  
護の様子や悩みなどを一緒に語  
り合う場です。一人で悩まず、  
この会に参加して心の負担を軽  
くしてみませんか。  
●日時 8  
月21日(金)午  
後1時半～  
2時半 ●  
会場 宮城  
野区役所3  
階 ●持ち  
物 飲み物 ●直接会場へ。初  
めて参加される方は開始10分前  
までにお越しください  
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2  
111 (内線6753)



「ほっとひと息相談会」  
介護者の皆さんが、日頃の介  
護の様子や悩みなどを一緒に語  
り合う場です。一人で悩まず、  
この会に参加して心の負担を軽  
くしてみませんか。  
●日時 8  
月21日(金)午  
後1時半～  
2時半 ●  
会場 宮城  
野区役所3  
階 ●持ち  
物 飲み物 ●直接会場へ。初  
めて参加される方は開始10分前  
までにお越しください  
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2  
111 (内線6753)

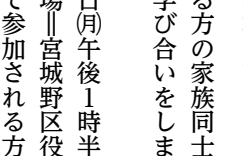
眠れない、やる気がおきない  
などで悩んでいませんか。認知  
症の相談や、飲酒・ギャンブル  
などに関する相談、また震災に

ニジムの相談

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 8月14日(金)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6778)

子どものニジムの相談室

介護者の皆さんが、日頃の介  
護の様子や悩みなどを一緒に語  
り合う場です。一人で悩まず、  
この会に参加して心の負担を軽  
くしてみませんか。  
●日時 8  
月21日(金)午  
後1時半～  
2時半 ●  
会場 宮城  
野区役所3  
階 ●持ち  
物 飲み物 ●直接会場へ。初  
めて参加される方は開始10分前  
までにお越しください  
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2  
111 (内線6753)



よるストレスに関する相談も受  
け付けます。  
●日時 8月14日(金)、9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6759)

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 8月24日(月)午後1時半  
～3時半 ●会場 宮城野区役  
所3階 ●初めて参加される方  
は事前にご連絡ください  
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2  
111 (内線6756)

禁煙チャレンジャー募

たばこ健康  
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 8月19日(水)午後1時  
～3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6782・  
6783)



# 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、  
7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。  
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。

保健・福祉

すくすく育児相談



子育てはいろいろな悩みが多  
いものです。一人で悩まないで、  
保健師や心理士、栄養士へご相  
談ください。  
●日時 9月  
2日(水)午前9  
時～正午 ●  
会場 岩切保  
健センター  
●持ち物 母  
子健康手帳 ●予約制  
申電話で宮城野区家庭健康課 ☎  
291・2111 (内線6772)

BCG接種

各区役所でBCG接種を実施  
しています。お住まいの区以外

## 福祉割引用敬老乗車証の 更新手続きについて

福祉割引用敬老乗車証(券面に「2020.-9.30まで」と記載が  
あるもの)をお持ちの方は、受付期間内に更新の手続きが必要で  
す。対象となる方には8月21日(金)ごろに更新案内のはがきをお送  
りします。期間内に更新手続きを行わないと、10月1日(木)以降敬  
老乗車証が使用できなくなりますので、忘れずに手続きを行って  
ください。  
●受付日時 9月1日(火)～30日(水) (閉庁日を除く) 8:30～17:00  
●会場 宮城野区役所2階 ●対象 福祉割引用敬老乗車証をお  
持ちの方

- お持ちいただくもの
- (1)福祉割引用敬老乗車証 (ICカード)
  - (2)更新案内はがき
- ※本人以外の方が手続きを行う場合は、はがきの「委任状欄」  
に本人の署名・押印が必要です。また、代理の方の身分証明  
書(健康保険証等)の提示をお願いします
- (3)次の①～④のうち、いずれか1点(有効期間内のもの)
- ①身体障害者手帳
  - ②療育手帳
  - ③被爆者健康手帳
  - ④精神障害者保健福祉手帳(仙台市または宮城県が発行した  
手帳で、写真貼付があるもの)

◆一般用敬老乗車証(券面に期限の記載のないもの)をお持ちの  
方は、更新手続きは不要です。  
◆敬老乗車証(ICカード)はチャージ(入金)して繰り返しご利用  
いただけます。年間のチャージ限度額は12万円です。なお、チャ  
ージとチャージ残高照会(入金)は各区役所・総合支所で手続きが可能  
です。紛失・再発行の手続きはお住まいの区役所・総合支所のみ  
の取り扱いとなります。  
問宮城野区障害高齢課 ☎291・2111 (内線6744)

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 8月12日(水)午前10時  
～11時半、午後2時～3時半、8  
月26日(水)午後2時～3時半 ●  
会場 宮城野区役所3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  
防接種と子どもの健康」等を事  
前にお読みください ●生ワ  
ク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  
●直接会場へ  
問宮城野区家庭健康課 ☎291・2  
111 (内線6775)



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を一緒に  
見つけましょう。  
●日時 8月19日(水)午後1時  
～3時 ●会場 宮城野区役所3  
階 ●予約制 ●電話での相談  
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)

## 困ったときは相談してください! 地域の高齢者支援窓口です

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(五橋担当圏域を除く)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

土		金			木		水			曜日		
8/22、9/5		8/8・29			8/7・28		8/6・27			8/26		
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
岩切三丁目鶴ヶ谷東公園	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	巡回場所

移動図書館巡回日程



元氣フィールド仙台の催し

### 夏休み読書スタンプラリー

1日1回、本を借りる時にカードにスタンプを押します。スタンプを全て集めると、すてきなプレゼントがもらえます。また、館内におすすめ本コーナー

### アンチエイジングプログラム

●日時 8月11日～9月1日の毎週火曜日 午前11時～正午 ●会場 出花体育館 ●内容 Ⅱストレッチ、ウォーキング、筋力トレーニング

### ナイトランニングステーション

●日時 8月6日(木)～14日(金)の月～金曜日午後7時～9時(8月10日を除く) ●会場 Ⅱ弘進ゴム アスリートパーク仙台 ●内容 Ⅱ長距離走のための陸上競技場の自由開放 ●対象 Ⅱ高校生以上 ●費用 Ⅱ各300円 ●直接会場へ 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

### 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。

◆宮城野区文化センター1階ロビー

日時	展示販売品目
8/7(金)	弁当・菓子・豆腐・総菜・デザート
8/8(土)	パン
8/9(日)	パン・焼き菓子
8/21(金)	パン・クッキー
8/22(土)	クッキー・パウンドケーキ・シフォンケーキ・手工芸品
8/28(金)	弁当・菓子・豆腐・総菜・デザート
9/4(金)	弁当・菓子・豆腐・総菜・デザート
9/5(土)	クッキー・パウンドケーキ・シフォンケーキ・手工芸品

●参加施設等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