

231 申・問 元気フィールド仙台
12月21日

Table with 4 columns: ④呼吸深まるヨガ, ③産後ボディメイク, ②キッズダンス, ①キッズスポーツデー. Includes dates, times, and fees.

元気フィールド仙台の催しのお知らせ

256 申・問 弘進ゴムアスリートパーク仙台
12月24日

Table with 4 columns: ④月1ヨガ棒, ③小学生運動あそび教室, ②ヨガ棒教室, ①シニア健康エクササイズ. Includes dates, times, and fees.

弘進ゴムアスリートパーク仙台の催し



宮城野区のお知らせ

仙台市総合コールセンター 398・4894
宮城野区役所 (市外局番 022)
〒983-8601 宮城野区五輪二丁目12-35

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

保健・福祉

Table with 2 columns: 12/18(水), 12/9(月). Includes times and venues for BCG vaccination.

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。

宮城野区のお知らせ①

子どもと一緒に参加ください。日時 12月18日(水)午前10時半〜11時半

禁煙チャレンジ募集 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。

こころの健康相談 眠れない、やる気がおきかないなどで悩んでいませんか。認知症や飲酒、ギャンブルなどの相談、また震災によるストレスに関する相談も受け付けます。

291 2111 (内線6773) 申・問 宮城野区障害高齢課

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。

健康づくり相談 健康診断の結果を振り返りながら、自分に合った健康づくりについて、保健師・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。

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。

291 2111 (内線6773) 申・問 宮城野区障害高齢課

認知症の介護講座と相談会 認知症介護に携わっている方を対象に交流会を行っています。お互いの経験や悩みを語り合うことで、心の負担を軽くしてみませんか。

認知症の方の家族交流会「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。

291 2111 (内線6773) 申・問 宮城野区障害高齢課

冬道の安全対策は万全に

除雪・凍結防止をする路線図をご利用ください 冬道の安全確保のため、12〜3月の積雪時に主要な道路で除雪や凍結防止作業を行います。

雪の排出場所について 雪の排出場所は、大雪時のみ開設します。詳しくは市ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

道路除雪等に、ご協力をお願いします 主要な道路の除雪等は市が実施しますが、身近な生活道路の除雪等は、市民の皆さんのご協力が欠かせません。



仙台雪道おたすけ隊を募集しています 冬季における安全な歩行空間の確保のため、市から支援を受けて歩道などの除雪・凍結防止を行っていただける団体を募集しています。

車を運転する方へ 冬用タイヤへの交換はお済みですか。冬道の安全走行は、1割のスピードダウン、2倍の車間距離、3分早めの出発と道路状況の情報確認が大切です。

ラジオの冬道情報をお聞きください 主要な道路の除雪・凍結防止の作業情報や道路状況をラジオでお知らせしています。

小型除雪機械の購入補助をしています 市が管理する道路の除雪に協力していただける町内会や団体などに、小型除雪機械の購入補助をしています。

凍結防止剤を配布しています 市道の凍結・積雪時に散布する凍結防止剤(粒状1袋5kg入り)を、散布にご協力いただける方へ配布しています。

申・問 宮城野区道路課 291・2111 (内線6432)

移動図書館巡回日程

土		金		木		水		曜日				
12/14		12/7・21		12/6・20		12/12・26		12/11・25				
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	14:55 ～ 15:25	14:00 ～ 14:40	14:45 ～ 15:15	14:00 ～ 14:30	9:50 ～ 10:20	曜日 期日 駐車時間
岩切三丁目公園	みやぎ生協鶴ヶ谷店	ケアハウスインいわき	新田中央公園	なかの一丁目公園	岡田会館	蒲生蓬田前公園	ヤマザワ田子店	高砂市営住宅原つば公園東側	福田町四丁目公園	福住町公園	みやぎ生協岩切店	巡回場所

●雨天時等は中止の場合あり
問市民図書館 ☎261・1585

出花体育館の催し

教室	日時	対象	費用
①はじめてのパレトン	12/6・13・20 各金曜日	一般 各13人〔先着〕	各500円
②シニア健康エクササイズ	12/10・17・24 各火曜日	一般 各30人〔先着〕	各400円
③スマイルピラティス	1/15～3/5の 毎週水曜日 (全8回)	一般 13人〔抽選〕	5,600円

●①②直接会場へ
③の申12月15日までに直接施設へ。ホームページ <https://www.spf-sendai.jp/ideka/> から申し込みます
申・問出花体育館 ☎786・3446

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 12月10日～26日の毎週火～木曜日午前11時～午後2時
宮城野区文化センター1階ロビー
●日時 12月6日～22日の毎週金～日曜日(12月15日を除く)

宮城野区のお知らせ③

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(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

宮城野図書館の催し

あかちゃんほっぺ
●日時 12月11日(水)午前10時半～10時50分、11時～11時20分、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 4カ月～2歳児と保護者各8組〔先着〕
●各回開始15分前から会場前で整理券を配ります
おはなし会
●日時 12月11日(水)・18日(水)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～小学校低学年と保護者各10組程度〔先着〕 ●直接会場へ
おはなし会
●日時 12月14日(土)午前11時～11時半 ●内容 ストーリーテリング(絵本などを使わずに語るお話)、手遊びなど ●対象 3歳児～小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 10組程度〔先着〕 ●直接会場へ
紙芝居おはなし会
●日時 12月21日(土)午前11時～11時半 ●内容 紙芝居、手遊

びなど ●対象 3歳児～小学校低学年と保護者10組程度〔先着〕 ●直接会場へ
冬のスペシャルおはなし会
●日時 12月25日(水)午前11時～11時半、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～小学校低学年と保護者各10組程度〔先着〕 ●直接会場へ

DVD上映会

●日時 12月26日(木)午前10時半～正午 ●上映作品 映画「ムーミン谷とウィンターワンダーランド」 ●対象 幼児～小学生(小学3年生以下は保護者同伴) 20人〔先着〕 ●直接会場へ
本の福袋
●日時 1月5日(日)午前9時半～ ●内容 図書館職員が子どもから大人まで、それぞれの対象ごとに選んだ本を3冊セットにして貸し出します(40袋。なくなり次第終了) ●直接会場へ

榴岡図書館の催し

おはなし会
●日時 12月11日・18日・25日 各水曜日午後3時半～4時 ●会場 榴岡図書館 ●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊

びなど ●対象 幼児～小学校低学年と保護者 ●直接会場へ
ブックトリード
●日時 12月18日(水)午前10時～午後4時 ●会場 生涯学習支援センター1階 ●内容 持参した本の冊数分、別の人が持参した本と交換することができま

おはなしぶりん

●日時 12月18日(水)午前11時～11時半 ●会場 榴岡図書館 ●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 乳幼児と保護者 ●直接会場へ
歴史民俗資料館連携講座「仙台駄菓子の世界を愛でる」
●日時 1月22日(水)午後1時半～3時 ●会場 生涯学習支援センター5階 ●講師 歴史民俗資料館学芸室長・畑井洋樹氏 ●定員 30人〔先着〕 申12月6日午前9時半から電話または直接図書館へ
※いずれも申・問榴岡図書館 ☎295・0880

里親制度説明会

●日時 1月19日(日)午後1時半～4時/会場 太白区中央市民センター/対象 里親制度について知りたい方、里親登録を考えている方/直接会場へ/問みやぎ里親支援センター/けやき ☎718・1031