

◆**テニス（初中級）**
●日時 4月9日～6月11日の
毎週水曜日（全10回）午前10時
～正午 ●会場 秋保体育館
●対象 一般10人（抽選）
●費用 1万3千円
●申 3月31日までに直接施設へ。
ホームページ <https://www.spf-sendai.jp/aku/cas>

お知らせ

◆**こころの健康相談**
気分が落ち込んでやる気が出ない、眠れないなどのさまざまな心の問題に、精神科医が相談に応じます。
●日時 3月12日(水)・13日(木)午後1時半～4時（いずれも1人1時間程度） ●会場 太白区役所2階 ●予約が必要です
●申 電話で太白区障害高齢課 ☎247・1111（内線6735）
◆**精神保健家族教室（おしゃべりサロン）**
●日時 3月18日(火)午後1時半～3時半 ●会場 太白区役所3階 ●内容 「親亡きあとについて」と題した講話 ●対象 心の病気がある方の家族 ●予約が必要です
●申 電話で太白区障害高齢課 ☎247・1111（内線6735）

◆**シニア健康エクササイズ**
●日時 3月19日(水)・26日(水)午前9時半～10時半、11時～正午
●会場 川メリアリーナ仙台（仙台市体育館） ●対象 60歳以上の方
●費用 各400円 ●直接会場へ
●問 カメリアリーナ仙台 ☎244・1111
◆**ぐびすくぐびすの催し**
日時 内容 対象
②3/26(水) 14:00～15:00 センダイ助産師サロンの（触れ合い遊びや育児相談など） 初めて参加する2～5カ月の乳児と母親8組（先着）
①3/19(水) 10:30～11:30 ママのしゃべりタイム（手遊びや含み親同士の語り合い） 1～11カ月の乳児と母親6組（先着）

太白区のお知らせ

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

◆**献血にご協力ください**
太白区役所で、全血献血（400ミリリットル）を行います。皆さんのご協力をお願いします。
●日時 3月19日(水)午前10時～11時45分、午後1時～4時半
●会場 太白区役所1階ロビー
●本人確認ができるもの（マイナンバーカードや運転免許証など）をお持ちください ●直接会場へ
●問 太白区保健福祉センター管理課 ☎247・1111（内線6712）
◆**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。日程など詳しくは、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

保健・福祉

◆**もぐもぐセミナー**
離乳食の進め方や歯の磨き方についてお話しします。
●日時 3月19日(水)午前10時～11時 ●会場 太白区役所3階
●対象 区内に住民票がある令和6年9月生まれの乳児（第1子限定）と保護者16組（先着）
●持ち物 母子健康手帳・筆記用具・バスタオル ●保護者のみの参加も可
●申 3月12日午前9時から電話で太白区家庭健康課 ☎247・1111（内線6787）
◆**東中田育児相談会**
子育てや食事のことで困っていることなどを気軽にご相談ください。
●日時 3月11日(火)午前9時半～11時 ●会場 東中田保健センター ●内容 保健師や栄養士などへの心配事の相談（発達

◆**生活習慣改善の個別相談**
健診で血圧や血糖値、コレステロール値などが高いから食事の気を付けるよう言われた、家族の健康が心配など、自分や家族の生活習慣の改善について、お気軽にご相談ください。内容に合わせて、栄養士・保健師が個別に相談に応じます。
●日時 3月18日(火)午前9時半～10時半 ●会場 太白区役所3階 ●予約が必要です
●申 電話で太白区家庭健康課 ☎247・1111（内線6974）

◆**禁煙チャレンジャー募**
たばこをやめたいと思っている方、禁煙に挑戦してみませんか。効果的な禁煙の方法などについて、保健師や栄養士が個別に相談に応じます。
●日時 3月17日(月)午後1時半～2時半（1人45分程度） ●会場 太白区役所3階 ●予約が必要です
●申 電話で太白区家庭健康課 ☎247・1111（内線6974）

太白図書館のお知らせ

◆**赤ちゃんおはなし会**
●日時 3月12日(水)10:30～10:50、11:00～11:20
●会場 太白区中央市民センター4階和室 ●内容 ならべ歌、手遊びなど ●対象 生後4カ月～1歳児と保護者
◆**防災おはなし会**
●日時 3月12日(水)15:00～15:30 ●会場 太白図書館地下1階視聴覚室 ●内容 防災に関する絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象 2歳児～小学校低学年の児童と保護者
◆**おはなし会**
●日時 3月19日(水)、4月2日(水)15:00～15:30 ●会場 太白図書館1階おはなしのへや ●内容 絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象 2歳児～小学校低学年の児童と保護者
◆**太白図書館八本松分室おはなしひろば**
●日時 3月22日(土)14:30～14:50 ●会場 八本松市民センター図書室 ●内容 図書ボランティア「コスモス」による絵本の読み聞かせなど ●対象 2歳児～小学校低学年の児童と保護者
◆**紙芝居おはなし会**
●日時 3月26日(水)15:00～15:30 ●会場 太白図書館1階おはなしのへや ●内容 「紙芝居文化の会みやぎ」の会員による紙芝居 ●対象 2歳児～小学校低学年の児童と保護者
※いずれも ●直接会場へ
●問 太白図書館 ☎304・2742

移動図書館巡回日程

期日	巡回場所	時間
火曜	3/11・25	八木山南公園 14:00～14:40 八木山東・松山公園 14:50～15:20
	3/12・26	柳生四丁目公園 14:10～14:40 西中田公園 14:50～15:20
水曜	3/19	秋保小学校 13:00～13:30 馬場小学校 13:40～14:10 湯元小学校 14:30～15:00
木曜	3/13・27	ひより台公園 10:00～10:30 太白団地・太白市営住宅集会所 10:40～11:10
	3/14・28	西の平集会所前広場 14:00～14:30 東中田市民センター 14:00～14:30 ウジエスーパー袋原店 14:40～15:20 緑ヶ丘四丁目公園 14:50～15:20
金曜	3/7、4/4	みやぎ生協西多賀店 9:45～10:15 西中田二丁目・介護老人保健施設ソアーズ 10:35～11:05 人来田・ポッケの森 14:00～14:30 わらしべ舎羽黒台工房 14:40～15:10
土曜	3/8・22、4/5	茂庭台市民センター 14:00～14:40

●雨天時などは中止の場合あり

●問 市民図書館 ☎261・1585

仙台市総合コールセンター ☎398・4894

太白区役所（市外局番022） ☎982-8601 太白区長町南3-1-15 ☎247・1111(代) FAX249・1131（総務課）

秋保総合支所（市外局番022） ☎982-0243 太白区秋保町長袋字大原45-1 ☎399・2111(代) FAX399・2924（総務課）

東中田保健センター ☎242・1180
生田保健センター ☎281・0018
中田証明発行センター ☎241・1111
生田証明発行センター ☎281・2111

■ファクス番号が未掲載の場合は、太白区役所総務課 FAX249・1131・秋保総合支所総務課 FAX399・2924へお問い合わせください

太白区のお知らせは太白区ホームページでもご覧いただけます。
<https://www.city.sendai.jp/taihakuku/>

令和7年度 市民センター「老壮大学」受講生募集

区内の各市民センターでは、学習講座「老壮大学」の受講生を募集しています。さまざまなテーマについて学習し、活動を通して交流を深めませんか。修学期間は約1年間です。

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 (申し込み・問い合わせ先)	講座名	学習日時	開講日	対象	費用	申込方法
太白区中央市民センター ☎304・2741、FAX304・2526 〒982-0011 長町5-3-2	ながまち 老壮大学 「健康教養 コース」	原則月1回 主に第2金曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/9 (金)	区内に お住まいの 61歳以上 各70人 〔抽選〕	実費	往復はがきに講座名、希望コース、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、返信先を記入して3/30(必着)までに ※申し込みは、1人1通1コースのみ
	ながまち 老壮大学 「文化教養 コース」	原則月1回 主に第3木曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/15 (木)			
生出市民センター ☎281・2040、FAX281・4319 〒982-0251 茂庭2-8-1	生出朗壮大学	原則月1回 第3金曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/16 (金)	50歳以上 40人 (先着)	実費	3/6 10:00から電話または直接窓口へ
中田市民センター ☎241・1459、FAX242・2535 〒981-1104 中田4-1-5	中田老壮大学	原則月1回 第3木曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/15 (木)	60歳以上 80人 (抽選)	実費	往復はがきに講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、返信先を記入して3/29(必着)までに
西多賀市民センター ☎244・6721、FAX244・0524 〒982-0034 西多賀3-6-8	西多賀寿大学	原則月1回 主に第3水曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/21 (水)	60歳以上 60人 (抽選)	実費	往復はがきに講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、返信先を記入して3/30(必着)までに
八本松市民センター ☎246・2426、FAX246・9023 〒982-0001 八本松2-4-20	八本松寿大学	原則月1回 第4木曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/22 (木)	50歳以上 80人 (抽選)	1,000 円	3/30 17:00までに電話または直接窓口へ
八木山市民センター ☎228・1190、FAX228・1689 〒982-0801 八木山本町1-43	やぎやま シニア大学	原則月1回 第2木曜日 (5～7月、9～2月) 5月、2月は第3木曜日 10:00～11:30	5/15 (木)	65歳以上 100人 (抽選)	実費	往復はがきに講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、返信先を記入して3/30(必着)までに
山田市民センター ☎244・0213、FAX244・1843 〒982-0813 山田北前町13-1	山田豊齢大学	原則月1回 第2木曜日 (5～7月、9～2月) 5月、2月は第3木曜日 10:00～11:30	5/15 (木)	60歳以上 80人 (先着)	実費	3/6 10:00から直接窓口へ
茂庭台市民センター ☎281・3293、FAX281・4349 〒982-0252 茂庭台4-1-10	茂庭台大学	原則月1回 第3金曜日 (5～6月、9～3月) 3月は第1金曜日 10:00～11:30	5/16 (金)	60歳以上 60人 (先着)	実費	4/18 10:00から直接窓口へ
東中田市民センター ☎242・1185、FAX242・7053 〒981-1101 四郎丸字吹上51	東中田 老壮大学	原則月1回 第3水曜日 (5～7月、9～2月) 13:30～15:00	5/21 (水)	60歳以上 60人 (先着)	1,000 円	4/9 10:00から直接窓口へ
柳生市民センター ☎306・6750、FAX306・7081 〒981-1106 柳生7-20-7	柳生シニア スクール	原則月1回 第4水曜日 (5～2月) 10:00～11:30	5/28 (水)	55歳以上 80人 (先着)	1,000 円	4/4 10:00から直接窓口へ
富沢市民センター ☎244・3977、FAX307・5101 〒982-0036 富沢南1-18-10	富沢シニア クラブ	原則月1回 第3木曜日 (5～7月、9～12月) 10:00～11:30	5/15 (木)	区内に お住まいの 65歳以上 60人 (抽選)	実費	往復はがきに講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、返信先を記入して3/20(必着)までに
秋保市民センター ☎399・2316、FAX399・2394 〒982-0243 秋保町長袋字大原44-1	あきう熟年の ひろば	原則月1回 第3木曜日 (5～7月、9～2月) 10:00～11:30	5/15 (木)	50歳以上 50人 (先着)	実費	4/3 10:00から電話または直接窓口へ