

健康相談
健康診断で治療の必要はないものの、血圧や血糖値、コレステロール値が高いと言われた方の生活改善方法について、保健師・栄養士などが相談に応じます。



認知症家族交流会

認知症への対応の悩みや介護での工夫、自分の健康などについて語り合います。

健康相談

健康診断で治療の必要はないものの、血圧や血糖値、コレステロール値が高いと言われた方の生活改善方法について、保健師・栄養士などが相談に応じます。

精神保健福祉教室

宮城保健センター
日時 2月26日(木)午後1時半～3時
内容 成年後見制度など、社会資源についてのお話

精神保健福祉教室

宮城保健センター
日時 2月26日(木)午後1時半～3時
内容 成年後見制度など、社会資源についてのお話

エイズ・梅毒検査

日時 3月9日(月)午後2時～3時半、3月10日(火)午前9時～11時
会場 青葉区役所2階

保健・福祉

こども心の相談室

こどもの心身の不安やストレスについて、臨床心理士が相談に応じます。



離乳食教室

離乳食の進め方や調理のポイントについてお話をします。

対象地区

宮城総合支所管内の方のみ
(青) 右記以外の方
(マ) マークのないものは区内全域の方
注意: 次の地区は宮城総合支所管内です。お間違えのないようご注意ください。

青葉区役所2階

日時 2月24日(火)午後1時半～3時
対象 令和7年8月生まれの乳児と保護者15組(先着)
持ち物 母子健康手帳・バスタオル

禁煙チャレンジ募

禁煙に取り組むための方法などについて、保健師が個別に相談に応じます。

麻しん(はしか)・風しんの予防接種を受けましょう



令和8年4月小学校入学予定(平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ)の幼児
接種時期 第1期 1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日までの幼児

あかちゃんくらぶ産後交流会

日時 2月26日(木)午前10時～11時半
会場 宮城保健センター
内容 乳児と大人の歯のお話

幼児食教室

どんな幼児食をあげたらよいかなど、幼児食のポイントについてお話をします。

こころの健康相談

落ち込んでやる気が出ない、眠れないなどの心の問題に、精神科医などが相談に応じます。

ふれあい製品展示販売会

Table with columns: 日時, 主な展示販売品目. Includes items like ハンバーガー, 冷凍ハンバーグ, 焼き菓子, etc.

会場 青葉区役所3階ラウンジ
参加施設など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

移動図書館の日程

Table with columns: 期日, 駐車場所, 駐車時間. Lists library routes and times.

雨天時などは中止の場合あり
問市民図書館 261・1585

# 市民図書館・広瀬図書館の催し

## ■市民図書館 ☎261・1585

### 紙芝居おはなし会

- 日時＝2月7日(土)①14:00～14:30②15:00～15:30
- 会場＝せんだいメディアテーク2階会議室 ●内容＝「紙芝居文化の会みやぎ」の皆さんによる紙芝居中心のお話会 ●対象＝①幼児と保護者②幼児～小学校低学年の児童と保護者各15人程度 [いずれも先着]

### ミニミニおはなし会

- 日時＝2月8日～3月1日の毎週日曜日11:30～11:45
- 会場＝市民図書館2階おはなしのへや ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者

### おはなし会

- 日時＝2月18日・25日、3月4日各水曜日15:00～15:30
- 会場＝市民図書館2階おはなしのへや ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者



### おはなしパーク

- 日時＝2月21日(土)15:00～15:30 ●会場＝せんだいメディアテーク2階会議室 ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者15人程度 [先着]

### おはなしぴよぴよ

- 日時＝2月25日(水)①10:00～10:20②10:40～11:00③11:20～11:40 ●会場＝せんだいメディアテーク2階会議室 ●内容＝わらべ歌、絵本の読み聞かせ、紙芝居など ●対象＝①2・3歳児と保護者8組程度②③生後4カ月～1歳児と保護者各8組程度 [いずれも先着]

### えいごによるおはなし会

- 日時＝2月28日(土)10:30～11:00 ●会場＝せんだいメディアテーク2階会議室 ●内容＝英語での絵本の読み聞かせなど ●対象＝幼児～小学生と保護者15人程度 [先着]
- ※いずれも●直接会場へ

## ■広瀬図書館 ☎392・8421

### おはなしふたば

- 日時＝2月11日(祝)・18日(水)10:30～10:50 ●会場＝広瀬図書館おはなしのへや ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象＝0～2歳児と保護者各5組 [先着]

### おはなし会

- 日時＝2月11日～3月4日の毎週水曜日15:00～15:30
- 会場＝広瀬図書館おはなしのへや ●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者各5組 [先着]
- ※いずれも●直接会場へ

# お知らせ

## 杜の都スマホ相談室

スマートフォンに関する相談窓口を開設しています。

- 日時＝2月16日、3月2日・9日各月曜日午後1時～、2時～、3時～(各45分程度)
- 会場＝青葉区役所4階 ●定員＝各回1人(先着) ●料金＝ランやスマートフォン以外の機器操作を伴う相談、データ移行などは対象外 ●何度でも利用可 ●詳しくは市ホームページ

をご覧ください

申2月6日午前9時半から電話  
で(株)リゾルゼ札幌本社予約窓口  
☎011・211・6128(平日  
午前9時半～午後5時)

間まちづくり政策局  
まちのデジタル推進  
課 ☎214・8636



詳細

## スポーツ情報

### シニア健康エクササイズ

- 日時＝2月9日(月)・16日(月)・25日(水)、3月2日(月)・4日(水)午前9時20分～10時半、10時50分～正午 ●会場＝本山製作所仙台市武道館 ●内容＝ストレッチ

子と筋力トレーニング ●対象

60歳以上の方 ●費用＝各回400円 ●直接会場へ  
からだエクサ

- 日時＝2月14日・28日、3月7日各土曜日午前10時～10時45分 ●会場＝本山製作所青葉アリーナ(青葉体育館) ●内容＝筋力トレーニングとリズム体操 ●対象＝一般各16人(先着) ●費用＝各200円 申各開催日6日前の午後1時から電話または直接窓口へ

### キッズスポーツデー

- 日時＝2月17日(火)午前10時～11時45分 ●会場＝本山製作所

仙台市武道館 ●対象＝未就学

児と保護者 ●費用＝保護者300円、未就学児無料 ●直接会場へ

※いずれも申・問本山製作所青葉アリーナ ☎717・1191

## 産直市で乾燥生ごみを野菜と交換します

産地直送野菜などを販売する朝市・夕市ネットワーク合同市にて乾燥生ごみと野菜を交換します。電気式生ごみ処理機で生成した乾燥生ごみを1キログラムにつき100円相当の野菜と交換できます。交換の上限は5キロ

グラム(500円相当)です。マイ

バッグをお持ちください。  
●日時＝2月19日(木)午前10時～午後2時 ●会場＝勾当台公園  
問環境局家庭ごみ減量課 ☎214・8229

## 三三情報

### 里親制度広域説明会

- 日時＝2月14日(土)午後1時半～4時/会場＝中田市民センター
- ／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 ☎718・1031