

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・歯科衛生士が相談に応じます。

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・歯科衛生士が相談に応じます。

ひだまりポストー青葉区認知症家族交流会

認知症への対応の悩みや介護の工夫、自分の健康などについて語り合います。

禁煙チャレンジャー募 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。



申請書提出後、保健師が訪問して相談に応じます。

健康相談

申請書提出後、保健師が訪問して相談に応じます。

あかちゃんくらぶ産後交流会

産後交流会

産後交流会

Table with columns: 期日, 駐車場所, 駐車時間. Lists mobile library schedules for various dates and locations.

Table with columns: 日時, 主な展示販売品目. Lists products for sale at a craft fair.

あおば 青葉区のお知らせ

仙台市総合コールセンター 青葉区役所 (市外局番022) 〒980-8701 青葉区上杉1丁目5-1

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

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

精神保健福祉家族教室 青葉区役所2階

宮 おいでよ1歳さん 日時5月26日(火)午前10時

ある方の家族 直接会場へ 初めて参加する方は事前にご連絡ください

安らぎと豊かさを感じられるまちを目指して 青葉区は、東北の中心にふさわしい都市機能を備えながら、美しい街並みと豊かな自然が調和し、歴史や文化、芸術、にぎわいを身近に感じる



青葉区長 谷田 至史

# お知らせ

## 広瀬市民センターを休館します

大規模修繕工事のため、広瀬市民センターを6月1日(月)～令和9年6月30日(水) (予定)まで休館します。

問 市民局地域政策課 ☎ 214・6130

## 青葉区役所エレベーターの利用が制限されます

5月中旬から7月下旬までの間、青葉区役所1階エレベーター前の防火シャッターの工事を実施するため、エレベーターの稼働台数を減らします。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしく願います。

問 青葉区総務課 ☎ 225・7211 (内線6115)

## 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 5月11日～6月8日の毎週月曜日午後1時～、1時50分～、2時40分～、3時半～(各40分程度) ●会場 青葉区役所4階 ●定員 各回1組(3人まで) 「先着」 ●料金 プ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

## 市民図書館・広瀬図書館の催し

### 市民図書館 ☎ 261・1585

	日時	催し名(内容)	対象
①	5/10～31の毎週日曜日	11:30～11:45 ミニミニおはなし会 (絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	幼児～小学校低学年の児童と保護者
②	5/13～6/3の毎週水曜日	15:00～15:30 おはなし会 (絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	幼児～小学校低学年の児童と保護者
③	5/16(土)	15:00～15:30 おはなしパーク (絵本の読み聞かせ、紙芝居など)	幼児～小学校低学年の児童と保護者 15人程度 [先着]
④	5/23(土)	紙芝居おはなし会 (紙芝居を中心としたお話) 14:00～14:30 15:00～15:30	(ア)幼児と保護者15人程度 (イ)幼児～小学校低学年の児童と保護者15人程度 [いずれも先着]
⑤	5/27(水)	おはなしぴよぴよ (わらべ歌、絵本の読み聞かせ、紙芝居など) 10:00～10:20 10:40～11:00 11:20～11:40	(ア)2・3歳児と保護者8組程度 (イ)1歳後4カ月～1歳児と保護者各8組程度 [いずれも先着]

●会場—①②市民図書館2階おはなしのへや③～⑤せんだいメディアテーク2階会議室 ●直接会場へ

## 広瀬図書館 ☎ 392・8421

	日時	催し名(内容)	対象
⑥	5/6～27の毎週水曜日	15:00～15:30 おはなし会 (絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど)	幼児～小学校低学年の児童と保護者各5組 [先着]
⑦	5/13(水)・20(水)	10:30～10:50 おはなしふたば (絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど)	0～2歳児と保護者各5組 [先着]
⑧	5/26(水)	10:30～11:30 はじめよう! ベビーサイン (日本ベビーサイン協会認定講師の指導で、赤ちゃんとのコミュニケーション「ベビーサイン」を体験します)	おおむね1歳6カ月以下の乳幼児と保護者10組 [先着]

●会場—⑥⑦広瀬図書館おはなしのへや⑧広瀬市民センター2階和室 ●⑥⑦直接会場へ  
⑧の申 5月8日9:30から電話または直接広瀬図書館へ

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 5月7日午前9時から電話で  
(株)コネクトコールセンター ☎ 050・5846・1443 (電話口で受け付け番号212をお伝えください。平日午前9時～午後6時)

問 まちづくり政策局  
まちのデジタル推進課 ☎ 214・8636



## スポーツ情報

シニア健康エクササイズ  
●日時 5月11日～6月3日の毎週月・水曜日午前9時20分～10時半、10時50分～正午 ●会場 11時45分 ●会場 本山製作所

●内容 〓ストレッチ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 5月23日(土)、6月6日(土)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 5月30日(土)午前10時～11時45分 ●会場 〓本山製作所

## 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。

※いずれも申・問 本山製作所青葉アリーナ ☎ 717・1191

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

●日時 5月20日(水)午前10時～午後2時 ●会場 〓勾当台公園環境局家庭ごみ減量課 ☎ 214・8229

三三情報  
仙台的のちの電話 ボランティア相談員養成講座

期間 〓7月～令和9年9月/対象 〓20歳以上の方30人程度(「選考」)。他にも要件あり/応募期限 〓5月12日(火)/費用 〓4万5千円/内容や申し込み方法など詳しくはホームページ  
<https://sendai-inochi.jp/>を閲覧ください/問 社会福祉法人仙台的のちの電話 ☎ 718・4401

