区のシンボルマーク

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
☎291・2111㈹ 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 休止中
■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

9月1日から窓口の受付時間が変わりました
変更後の受付時間 9:00～16:30
●詳しくは市ホームページをご覧ください

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

保健・福祉

離乳食教室

離乳食の進め方や調理のポイントについて学ぶ教室です。こどもと一緒にご参加ください。
●日時＝10月16日㈭午前10時半～11時半 ●会場＝宮城野区役所3階 ●対象＝令和8年4月生まれの乳児と保護者20組〔先着〕 ●持ち物＝母子健康手帳・バスタオル
申 10月6日午前9時から区ホームページで
問 宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6784）

こどものこころの相談室

こどもの心身面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＝10月21日㈫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6673）

ぽっかりんこステーション―お母さんのための憩いの場

子育ての疲れなどがたまっていませんか。リフレッシュのための講話やグループワーク、ヨガなどを行います。
●日時＝11月11日㈫、12月9日㈫、令和9年1月13日㈫、2月17日㈫、3月2日㈫（全5回） ●会場＝宮城野区役所3階 ●対象＝1～3歳児を子育て中の母親10人〔先着〕 ●託児あり（要申し込み） ●持ち物＝飲み物
申 10月6日午前9時から電話で宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6773）

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＝10月19日㈪午後1時半～3時半 ●会場＝宮城野区役所3階 ●対象＝宮城野区役所2階 ●直接会場へ。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・2111（内線6738）

こころの健康相談

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。

日時	11/4㈫	10/22㈭
	13:30～	
会場	宮城野区役所3階	宮城野区役所2階

問 宮城野区障害高齢課☎291・2111（内線6738）

禁煙チャレンジャー募集

たばこと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などについて、保健師・栄養士が相談に応じます。
●日時＝10月21日㈫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6787）

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。
●日時＝10月16日㈭午後1時半～3時半 ●会場＝宮城野区役所3階 ●内容＝「認知症とともに生きるヒント」と題した講話と座談会 ●対象＝認知症の方を介護している家族 ●講師＝みはるの杜診療所医師・佐藤滋氏、相談員・佐藤雄氏、佐久間淳氏 ●直接会場へ。初めて参加される方は10分前までに会場にお越しください ●予約制
申 電話で宮城野区障害高齢課☎291・2111（内線6743）

宮城野シルバーフェスティバルを開催します

豊かな地域社会づくりに貢献され活躍している高齢の方に敬意を表するとともに、生きがいづくりにつなげるため、宮城野シルバーフェスティバルを開催します。記念品（数に限りあり）を用意して、皆さんのご来場をお待ちしています。
●日時＝10月28日㈫13:00～15:30（開場は12:00）
●会場＝仙台サンプラザホール
●内容＝【第1部】老人クラブによる歌や踊り
【第2部】昭和歌謡祭／ティーナ・カリーナ、大衆演劇／蔵ノ街一座 劇団楓
●対象＝区内にお住まいのおおむね60歳以上の方
●直接会場へ

◀ティーナ・カリーナ

蔵ノ街一座▶劇団楓

問 宮城野区障害高齢課☎291・2111（内線6743）

お知らせ

恵和興業元気フィールド仙台の催し

教室	①シニア健康エクササイズ	②SUP（サップ）ヨガ	③はじめてのSUP体験
日時	10/8～11/5の木曜日（10/29を除く）	11/21㈯	11/21㈯
	13:45～14:45	9:30～10:20	10:40～11:30
対象	一般	高校生以上10人〔先着〕	高校生以上10人〔先着〕
費用	各400円	2,500円	2,000円

●①直接会場へ ②③の**申**10月14日午前9時から直接施設へ。恵和興業元気フィールド仙台ホームページからも申し込めます
申・問 恵和興業元気フィールド仙台☎231・1221
詳細・申込

ナイトマラソン練習会

●日時＝10月16日㈭・30日㈭午後7時～9時 ●会場＝弘進ゴム アスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場） ●対象＝高校生以上各60人〔先着〕 ●費用＝各500円 ●直接会場へ
問 弘進ゴム アスリートパーク仙台☎256・2488

出花体育館の催し

教室	①シニア健康エクササイズ	②サッカーで遊ぼう
日時	10/6～10/27の毎週火曜日	11/4～12/23の毎週水曜日（全8回）
	10:00～11:00	㋐15:30～16:20 ㋑16:40～17:30
対象	一般 各30人〔先着〕	㋐4・5歳児 ㋑小学1～3年生 各20人〔抽選〕
費用	各400円	各5,600円

●①直接会場へ ②の**申**10月15日までに直接施設へ。出花体育館ホームページからも申し込めます
申・問 出花体育館☎786・3446
詳細・申込

みやぎの青空ストレッチ&ウオーキング

●日時＝10月9日㈮・26日㈪午前10時半～11時半（雨天時中止） ●会場＝榴岡公園 ●開始15分前から噴水広場で受け付け ●持ち物＝飲み物
問 宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6782・6785）

ふれあいまつり「蒲生なかのであそぼう！」

親子で「蒲生なかの地区」（旧中野小学校区）の自然と地域の魅力に触れるイベントを開催します。

日時	10/7㈫	11/4㈫
	9:30～11:00	10:00～11:00
会場	高砂保健センター	仙台岩切あおぞら保育園（岩切字三所南1―2）

●持ち物＝母子健康手帳・バスタオル ●直接会場へ
問 宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6672）

すくすく育児相談

子育てはいろいろと悩みが多いものです。一人で悩まないで、保健師・心理士・栄養士・歯科衛生士へご相談ください。

健康づくり相談

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

●日時＝10月19日㈪・21日㈬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・問 電話で宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6782・6784）

教室	①直接会場へ	②SUPヨガ	③はじめてのSUP体験
日時	10/8～11/5の木曜日（10/29を除く）	11/21㈯	11/21㈯
	13:45～14:45	9:30～10:20	10:40～11:30
対象	一般	高校生以上10人〔先着〕	高校生以上10人〔先着〕
費用	各400円	2,500円	2,000円

●①直接会場へ ②③の**申**10月14日午前9時から直接施設へ。恵和興業元気フィールド仙台ホームページからも申し込めます
申・問 恵和興業元気フィールド仙台☎231・1221
詳細・申込

ナイトマラソン練習会

●日時＝10月16日㈭・30日㈭午後7時～9時 ●会場＝弘進ゴム アスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場） ●対象＝高校生以上各60人〔先着〕 ●費用＝各500円 ●直接会場へ
問 弘進ゴム アスリートパーク仙台☎256・2488

出花体育館の催し

教室	①シニア健康エクササイズ	②サッカーで遊ぼう
日時	10/6～10/27の毎週火曜日	11/4～12/23の毎週水曜日（全8回）
	10:00～11:00	㋐15:30～16:20 ㋑16:40～17:30
対象	一般 各30人〔先着〕	㋐4・5歳児 ㋑小学1～3年生 各20人〔抽選〕
費用	各400円	各5,600円

●①直接会場へ ②の**申**10月15日までに直接施設へ。出花体育館ホームページからも申し込めます
申・問 出花体育館☎786・3446
詳細・申込

みやぎの青空ストレッチ&ウオーキング

●日時＝10月9日㈮・26日㈪午前10時半～11時半（雨天時中止） ●会場＝榴岡公園 ●開始15分前から噴水広場で受け付け ●持ち物＝飲み物
問 宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6782・6785）

ふれあいまつり「蒲生なかのであそぼう！」

親子で「蒲生なかの地区」（旧中野小学校区）の自然と地域の魅力に触れるイベントを開催します。

日時	10/7㈫	11/4㈫
	9:30～11:00	10:00～11:00
会場	高砂保健センター	仙台岩切あおぞら保育園（岩切字三所南1―2）

●持ち物＝母子健康手帳・バスタオル ●直接会場へ
問 宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6672）

すくすく育児相談

子育てはいろいろと悩みが多いものです。一人で悩まないで、保健師・心理士・栄養士・歯科衛生士へご相談ください。

健康づくり相談

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

●日時＝10月19日㈪・21日㈬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・問 電話で宮城野区家庭健康課☎291・2111（内線6782・6784）

宮城野区の人口（対前月増減数） 男：94,159人 女：99,717人 計193,876人（＋36） 101,057世帯（＋17）
9月1日現在（令和7年国勢調査速報値を基準に推計）

杜の都スマホ相談室

スマートフォンの操作に関する相談窓口を開設しています。
●日時＝10月13日・20日・27日各火曜日午後1時～、1時50分～、2時40分～、3時半～（各40分程度） ●会場＝宮城野区役所1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 10月6日午前9時から電話で㈱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
詳細

日時	10/11㈰		
	13:00～16:00	10:00～16:00	10:00～12:00
会場	蒲生なかの郷愁館（蒲生4―1―1）	高砂神社隣（蒲生4―4―3）	西原公園（蒲生5―30）※メイン会場
		七北田川河原	
対象	小学生以下のこどもと保護者		

●直接会場へ ●詳しくは区ホームページをご覧ください
問 宮城野区まちづくり推進課☎291・2111（内線6180）
詳細

「みやぎの・まつり」を開催します

●日時＝10月18日㈰午前9時40分～午後2時40分（雨天決行・荒天時中止） ●会場＝榴岡公園 ●内容＝歌やダンスなどのステージ発表、露店、警察・消防・自衛隊・市民団体などによる展示、ニュースポーツ体験など
問 みやぎの・まつり実行委員会事務局（宮城野区まちづくり推進課内）☎291・2173

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＝10月6日～11月5日の火～木曜日（10月14日・15日・20日、11月3日を除く）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＝10月9日～11月1日の金～日曜日（10月11日・18日・23日～25日を除く）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、市ホームページをご覧ください
問 健康福祉局障害企画課☎214・8151
詳細

移動図書館巡回日程

●雨天時などは中止の場合あり　問市民図書館☎261・1585

曜日	土曜					金曜		木曜		水曜		
期日	10/10・24		10/31			10/16・30		10/8・22、11/5		10/7・21		
駐車時間	10:35～11:05	9:50～10:20	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
巡回場所	岩切三丁目公園	みやぎ生協鶴ケ谷店	ケアハウスいわきり	新田東中央公園	なかの一丁目公園	岡田会館	蒲生蓬田前公園隣	ヤマザワ田子店	高砂市営住宅原っぱ公園東側	福田町四丁目公園	福住町公園	みやぎ生協岩切店

宮城野図書館・榴岡図書館の催し

秋のこども読書フェスティバル

★期間＝10月９日㈮～11月25日㈬

10月27日～11月9日の「読書週間」を含む期間、さまざまな催しを行います。

■宮城野図書館・榴岡図書館共通

①こどもの本の展示会「にっこり　ほっこり　武田美穂さんとともだちいっぱい！」

●期間＝10月９日㈮～11月25日㈬　●内容＝絵本作家・武田美穂氏の著書と「ともだち」をテーマにした絵本や児童書の展示

②ラッキーブックをさがそう！

●期間＝10月９日㈮～11月25日㈬　●内容＝箱からしおりを引き、そこに書かれた本を探します

■宮城野図書館☎256・7361

③おはなし会

●日時＝10月７日～28日の毎週水曜日15:15～15:45　●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　●直接会場へ

④おはなし会ぷらす

●日時＝10月10日㈯11:00～11:30　●内容＝ストーリーテリング（絵本などを使わずに語る素話（すばなし））、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）　●直接会場へ

⑤はじめての絵本おはなしタイム

●日時＝10月20日㈫・30日㈭10:00～10:45、11:00～11:45　●内容＝絵本の読み聞かせやわらべ歌などを行い、絵本をプレゼントします。参加者同士の交流や読書相談なども行います　●絵本のプレゼントは、こども一人につき１回限り　●対象＝市内にお住まいの令和８年４月１日以降に生まれた４カ月以上の乳児と保護者各回10組〔先着〕　●持ち物＝母子健康手帳　●直接会場へ

⑥本の世界に入ってみよう

●日時＝11月１日㈰10:00～、11:00～、13:00～、14:00～、15:00～　●内容＝合成撮影技術を用いて本の世界に入る参加型イベント　●対象＝３歳児～中学生と保護者各４組〔先着〕　申10月15日9:30から電話または直接宮城野図書館へ

⑦なるには講座―楽天イーグルスに迫る！　プロのお仕事大公開」

●日時＝11月７日㈯13:30～15:00　●内容＝球団の仕事やプロ野球選手の一日などを紹介　●対象＝小学４年生～高校生15人〔先着〕　申10月14日9:30から電話または直接宮城野図書館へ

■榴岡図書館☎295・0880

⑧おはなしぷりん

●日時＝10月７日㈬・21日㈬11:00～11:30　●内容＝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

⑨おはなし会

●日時＝10月７日～28日の毎週水曜日15:30～16:00　●内容＝絵本の読み聞かせ、紙芝居など　●対象＝幼児～小学校低学年と保護者　●直接会場へ

⑩はじめての絵本おはなしタイム

●日時＝10月14日㈬10:00～10:45、11:00～11:45　●内容＝絵本の読み聞かせやわらべ歌などを行い、絵本をプレゼントします。参加者同士の交流や読書相談なども行います　●絵本のプレゼントは、こども一人につき１回限り　●対象＝市内にお住まいの令和８年４月１日以降に生まれた４カ月以上の乳児と保護者各10組〔先着〕　●持ち物＝母子健康手帳　●直接会場へ

⑪ブックトレード

●日時＝10月21日㈬10:00～16:00　●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す　●直接会場へ

⑫親子向け実践講座「赤ちゃんと楽しむ絵本とわらべうた」

●日時＝11月13日㈭10:20～11:00、11:30～12:10　●内容＝絵本の読み聞かせ、わらべ歌、絵本の紹介、絵本などを通したこどもとの触れ合い方の講話など　●対象＝令和８年３月以前に生まれた０歳児と保護者各10組〔先着〕　申10月15日9:30から電話または直接榴岡図書館へ

●会場＝①②宮城野図書館、榴岡図書館　③～⑦宮城野図書館　⑧⑩生涯学習支援センター６階　⑨榴岡図書館　⑪生涯学習支援センター１階　⑫生涯学習支援センター５階