健康ランド

マタニティ（保健福祉センターどんぐり）

4月9日（月）、16日（月）母子健康手帳の交付
受付　午前9時30分～午前11時
※上記の日程で都合の悪い方は、事前にご連絡ください。
※マイナンバー制度の開始により、マイナンバーが確認できる書類と、運転免許証などの身元確認書類をご持参下さい。

乳幼児健診（保健福祉センターどんぐり）

4月　3日（火）1歳6か月児健診
対象：H28年8月～H28年9月生
受付：午後0時30分～午後0時45分
4月　4日（水）ハイハイ赤ちゃんセミナー（6～7か月児子育て相談）
対象：H29年8月8日～H29年10月4日生
受付：午前9時30分～午前9時45分
4月　6日（金）3歳6か月児健診
対象：H26年9月～H26年10月生
受付：午後0時30分～午後0時45分
4月11日（水）親子よちよちセミナー（1歳児子育て教室）
対象：H29年3月～H29年5月生
受付：午後0時30分～午後0時45分

健康相談（保健福祉センターどんぐり）～赤ちゃんから成人の方となたでも～

4月9日（月）、16日（月）　午前10時～正午
ご家庭のみそ汁の塩分チェックもできます。詳しくは、お問い合わせください。

～元気の秘訣お伝えします～

今回は、高城にお住まいの熊谷靜江さんです。

今年1月に99歳の白寿を迎えられ町長が御祝いの訪問をしました。とてもお元気でいらっしゃるので「長寿の秘訣」をお聞きしました。日中は自分で好きな物を自炊していて、食材の買い物には近くのスーパーに歩いて行き、帰りはタクシーで帰っているということでした。靜江さんは、平成23年の92歳の時に、「8020よい歯のコンクール」で特別賞を受賞されていて、今もお口の清掃状態が良く、歯が25本あります。お料理の食材も根菜など歯ごたえのある野菜を使うことが多いそうです。実家がクリーニング屋で免許を持っていたので、嫁いでから主に自分が午前8時30分から夜まで、5キロのアイロンを持って82歳までクリーニング屋をしていたそうです。長寿の秘訣は、好きな物を食べられる健康なお口と、アイロンで鍛えた丈夫な身体のようです。

▲熊谷靜江さん

とてもお話が上手で笑顔が素敵な靜江さん、ありがとうございました。

次回は高城にお住まいの櫻井安子さんをご紹介します。

自立支援医療費（精神通院）・精神保健福祉手帳の申請について

自立支援医療費（精神通院）・精神保健福祉手帳の申請について、お手続き（新規・更新）に来られる方は、事前にご連絡ください。
※マイナンバー制度の開始により、マイナンバーが確認できる書類と、運転免許証などの身元確認書類をご持参下さい。
● **問合先**　健康長寿課健康づくり班　☎355-0703

高齢者肺炎球菌予防接種について

平成30年度は、下記の年齢の方が定期接種の対象となります。肺炎球菌は高齢者の肺炎の原因菌の中で最も多いもので、予防接種により感染予防と重症化予防を図ることができます。一年中いつでも接種でき、毎年接種する必要はありません。

なお、今年度65歳、70歳、75歳になられる方には予診票をお送り致します。それ以外の下記の対象者で接種を希望される方は下記までお申し込みください。
※ただし、過去に肺炎球菌の予防接種を受けたことがある方は対象になりません。

［対　象］

今年度到達年齢	対象者生年月日
65歳	S28.4.2～S29.4.1
70歳	S23.4.2～S24.4.1
75歳	S18.4.2～S19.4.1
80歳	S13.4.2～S14.4.1
85歳	S　8.4.2～S　9.4.1
90歳	S　3.4.2～S　4.4.1
95歳	T12.4.2～T13.4.1
100歳	T　7.4.2～T　8.4.1

①接種期間：4月1日から平成31年3月31日まで
②接種方法：予め交付された予診票を持参し、指定医療機関で接種を受けて下さい。
③接種料金：8,500円
④助 成 額：3,000円
⑤自己負担額：5,500円　（生活保護受給者 無料）

※60歳から65歳未満の方（平成30年4月1日現在の年齢）

心臓、腎臓、呼吸器の機能に自己の身辺の日常生活活動が極度に制限される程度の障害やヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害がある方

● **申込み・問合先**
健康長寿課健康づくり班（保健福祉センター内）
☎355-0703

みんなの伝言板

松島病院　リハビリ科「日々の生活で、困っていることはありませんか？」

自宅で生活していて、ご自身やご家族が、日常生活動作で「もう少し楽に行えるようにならないか」と感じたことはありませんか。

リハビリ科では、福祉用具（自助具）や介助法の相談を承っております。ご相談がございましたら、当院リハビリ室までいらして下さい。

● **問合先**　松島病院リハビリ科
☎354-5811

ギターサークル参加者募集（初心者コース）

● **日　時**　金曜日
午前10時～午前11時30分
午後　8時～午後　9時
● **場　所**　伊保石復興住宅集会所（塩釜市）
● **費　用**　毎月2回レッスン、1回1500円～
● **内　容**　フォークソング、演歌弾き語り
● **連絡先**　内田　☎090-2844-1960

パソコン月一講座

● **内　容**　エクセルの便利な入力ワザ5選
● **日　時**　5月12日（土）
午前10時30～午前11時30分
● **対　象**　入力スピードを上げたい方
● **場　所**　勤労青少年ホーム・講座室
● **料　金**　500円（当日お支払いください）
● **問合先**
赤間美和子　☎080-4516-1585
※お申し込みは5月5日（土）まで

英会話講座（平成30年度前期）

● **場　所**　松島町勤労青少年ホーム 集会室
● **実施日**　月2回（各木曜日）
4月12・26日　7月12・26日
5月10・24日　8月　9・23日
6月14・28日　9月13・27日
● **時間・内容**
①午後1時30分～午後3時
入門・初級英会話
②午後2時30分～午後4時30分
中級英会話
● **参加費**　無料
● **申込先**　松島善意通の会　郡　ひさ子
☎080-1809-2354

合氣道無料体験！

落ち着きや姿勢、相手を理解することを学べます。

● **場　所**　華園集会所（高城保育所そば）
● **時　間**　土曜午後1時30分～午後2時30分
● **対象年齢**　5歳以上
※親子でも参加できます。
● **連絡先**　竹田さおり　☎767-8024

松島アトム体操教室メンバー募集

● **幼稚園コース（4、5歳）**
毎週火曜日　午後3時30分～午後4時30分
● **小学生コース（1年～6年）**
毎週火曜日　午後4時30分～午後5時30分
● **体　験**　随時可
● **場　所**　松島B＆G海洋センター体育館
● **問合先**　アトム体操教室　青沼
☎090-9030-1578

仙台駐屯地（桜まつり）

● **開催時期**　4月14日（土）
午前10時～午後3時（一般開放）
● **イベント内容**
こども広場、ミニ制服試着コーナー等
● **開催場所**　陸上自衛隊　仙台駐屯地
● **入場料**　無料
● **問合先**　仙台駐屯地広報班　佐々木・河野
☎231-1111（内線3662または3861）

「きみい」手作り作品展 参加者募集

● **日　時**　4月30日（月）
午前9時30分～午後3時
● **場　所**　水主町民家
● **内　容**
・「きみい」手作り作品の展示、販売
・古代笛と書と着物の体験
● **問合先**　きみい　☎090-7338-7962
（午後2時～午後8時）

♪陸上自衛隊東北方面音楽隊 第41回青少年コンサート

● **日　時**　5月13日（日）
午後1時30分～午後3時30分
● **入場料**　無料
● **会　場**　日立システムズホール仙台
● **申込方法**　往復はがきに①郵便番号・住所②氏名・年齢・性別③電話番号④人数（1名又は2名）を明記し4月20日（金）までに〒983-8580（住所不要）総監部広報室「音楽演奏会」係まで。お1人様1通です。
抽選の上、返信はがきで結果をお知らせします。
● **問合先**　東北方面総監部広報室
☎231-1111（内線2373）
東北方面隊ホームページ（「東北方面隊」で検索）
東北方面隊ホームページのQRコードです。

空手で広げよう友だちの輪！　会員募集！

● **対　象**　小学1年～3年男女
● **日　時**
＜新入会員＞
月～金午後4時～午後5時のうち2回（曜日は相談）
＜一般会員＞
火曜 午後7時～午後8時50分
日曜 午後5時～午後6時50分
● **場　所**　松島町高城72-6
はなまる算数数学教室内
● **会　費**　2,000円／月
● **問合先**　空手スポーツクラブ利府誠道塾
三浦　☎090-9033-2095

東北歴史博物館　催事情報

東日本大震災復興祈念特別展　「東大寺と東北ー復興を支えた人々の祈りー」
● **会　期**　4月28日(土)～6月24日（日）午前9時30分～午後5時（入館は午後4時30分まで）
● **前売券**　一般のみ1，300円（4月27日まで販売）

特別展講演会「重源上人模刻像制作秘話」
● **日にち**　4月28日（土）午前10時30分～正午
● **当日先着順（本展の観覧券が必要です）**

特別展関連行事「写経体験」
● **日にち**　4月28日（土）午後1時30分～午後3時
● **参加費**　1,500円、当日先着順（高校生以上対象で本展の観覧券が必要です）

お弁当をもって花と歴史のハイキング・さくらコース
● **日にち**　4月14日（土）午前11時～午後0時30分
● **事前申込必要**

基本情報
● **常設展観覧料**　一般460円、高校生以下無料
● **閉館日**　毎週月曜日（4月30日を除く）、4月27日（金）
● **問合先**　東北歴史博物館　情報サービス班　☎368-0106