

岩切市民センターだより

8月号

〒983-0821 仙台市宮城野区岩切字三所南88-2
TEL (255) 7728 FAX (255) 2075ホームページ <http://www.hm-sendai.jp/sisetu/miyagino03.html>

Eメール iwakiri-siminc@hm-sendai.jp



夏本番！いろいろな所で緑のカーテンを見かけるようになりました。毎年恒例になりました市民センターのゴーヤも緑のカーテンに成長し、目にも涼しげです。夏バテしないよう体調を整えて夏をのりきりしましょう！

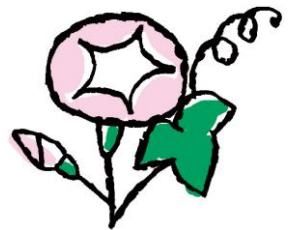
岩切老壮大学院 公開講座

オカリナ サマーコンサート

暑い日が続きますね。そんな日は、さわやかなオカリナの演奏はいかがですか。岩切老壮大学院の8月講座は一般公開講座です。どなたでもご参加いただけますので、一緒にオカリナの素敵なアンサンブルを楽しみましょう。



- ◆日 時 平成27年8月19日(水)
10:00~11:30
- ◆場 所 岩切市民センター3階研修室
- ◆参加費 無料
- ◆申込み 不要、当日直接会場へお越しください。



受講生募集

たのしいニュースポーツ

8月の『たのしいニュースポーツ』は『グラウンドゴルフ』。どなたでもご参加いただけます。さあ、あなたも挑戦してみませんか。

- ◆日 時 平成27年8月22日(土)
13:30~15:00
 - ◆場 所 七北田川河川敷 岩切大橋西側
 - ◆持ち物 帽子、飲み物
 - ◆参加費 無料
 - ◆申 込 8月12日(水)までに市民センター窓口または電話(255-7728)で
- 雨天の場合は市民センター体育館でペタンクを楽しみます。上靴をお持ちください。



会員募集中！

さわやかウォーキング

サークルでは会員を募集しています。健康維持・増進のために、一緒に体操をしませんか！

- ◆日時 金曜日(月に3回)
13:30~14:30
- ◆場所 市民センター
体育館

※詳しくは宗形まで
(255-9870)



8月のカレンダー

1	土		
2	日	10月分当選確定開始(9日まで)	
3	月	休館日	
4	火		
5	水	11月分地域優先受付開始(15日まで)	
6	木		
7	金		
8	土		
9	日		
10	月	休館日	
11	火	10月分空室予約申込開始(インターネットは10日~)	
12	水		
13	木		
14	金		
15	土		
16	日	11月分抽選申込開始(30日まで)(インターネットは31日まで)	
17	月	休館日	
18	火		
19	水	岩切老壮大学院	
20	木		
21	金	岩切老壮大学	
22	土	考えてみよう! 岩切の防災 たのしいニュースポーツ	
23	日		
24	月	休館日	
25	火		
26	水		
27	木		
28	金		
29	土		
30	日		
31	月	休館日	

図書貸出日：水・土曜日 10:00~12:00, 13:30~16:30
おはなしこぶたさんのおはなし会：第1水曜日 11:00~

いわきり親子でわいわい広場



工作で「風鈴」を作っているところ。上手にできたかな？



6月24日(水)10:00から岩切子育てネットワーク主催の「いわきり親子でわいわい広場」が今年も開催されました。たくさんの親子が紙芝居・体操・工作・ダンスで盛り上がりました。来年もまた来てね!

保健センターからのお知らせ

「ヒスタミン」にご用心!!!

昨年、仙台市内で魚のすり身に含まれたヒスタミンが原因となった食中毒が2件発生しました。

ヒスタミンはサンマやマグロ、カツオ等赤身の魚が腐敗する過程で、ヒスタミン産生菌によって生成されます。

ヒスタミンを多量に摂取すると、数分から数十分後に顔が紅潮したり、頭痛、じんま疹などの症状があらわれます。

気温の高い夏場は食品の傷みが早いので、特に注意が必要です。

そこで、今回は、ヒスタミン食中毒対策についてご紹介します。



- 常温に放置しない
⇒ 魚は加工品を含めて、購入後速やかに冷凍・冷蔵保存し、常温に放置しないようにしましょう。

また、冷凍品を解凍するときは、流水か冷蔵庫を利用しましょう。



- ヒスタミンは熱に強い
⇒ 一度ヒスタミンができてしまうと、加熱しても分解されません。傷んでしまった食品は、食べずに廃棄しましょう。

- 味が変わった食品は口にしない
⇒ ヒスタミンが多量に含まれた食品は、唇や舌先に刺激を感じることがあります。いつもと味が違うと感じたら、食べないようにしましょう。

お問い合わせ先

宮城野区保健福祉センター衛生課食品衛生係

電話：022-291-2111(代) (内線 6722、6723)