

ヒルズはねっこアリーナ 大人気！各種運動教室のご紹介

人生100年時代を“笑顔で健康に”過ごすためには運動が必要不可欠。楽しみながら一緒に健康を目指していきましょう。ご自身の体に合ったプログラムにぜひご参加ください。

●心と身体を整える！ ～やさしいヨガ教室～

「姿勢改善」「免疫力アップ」「むくみ・冷えの解消」を目的により健康な体を目指します。

日 時 火曜日 午後7時～8時(月2回)

参加費 800円

●お子様の心身の発達に！ ～幼児運動あそび教室～

「身体的発達」「精神的発達」「社会性発達」を遊びを通して楽しく学びます。

日 時 水曜日 午後4時～5時(月2回)

参加費 子ども1人500円

対 象 4～6歳の未就学児

●運動を始めたい、、、そんなあなたに！ ～気軽に筋トレ教室～

「日常生活をもっと“楽”に」を目的に脂肪燃焼、筋力アップを目指します。

日 時 木曜日 午後1時30分～2時30分(月4回)

参加費 500円

●良い1日は朝に決まる！ ～朝YOGA&有酸素運動教室～

ゆったりとしたポーズでゆがみの改善や基礎代謝の向上を目指します。

日 時 金曜日 午前10時～11時(月3回)

参加費 700円

●健康への土台作りに！～健康バランスボール教室～

膝、腰への負担をかけずに筋肉、持久力、心肺機能の向上を目指します。

日 時 金曜日 午前11時10分～午後0時10分(月3回)

参加費 500円

各種教室場所 ヒルズはねっこアリーナ 柔・剣道場又は研修室
参加には別途施設使用料 大人 町内110円 町外170円がかかります

詳細は、下記記載二次元コードよりご確認ください。



ホームページ



インスタグラム



X

申込・問合せ先

ヒルズはねっこアリーナ(総合体育館) ☎0224-53-1010

毎週水曜日、午後7時までの町民生活課窓口延長は事前予約制です。

右の二次元コードより前日までに予約してください※証明書発行のみの対応となります。



みやぎ結婚支援センター 「みやマリ！」 出張登録会を開催します

宮城県が結婚を希望する独身男女を支援するために開設している、みやぎ結婚支援センター「みやマリ！」の出張登録会を開催します。

<要予約>

日 時 7月12日(土)

男性受付

①午前10時～②午前11時～③正午～

女性受付

①午後2時～②午後3時～③午後4時～

対 象

20～49歳までの県内在住・在勤、または将来県内への移住予定の独身男女でスマートフォンを所有し、操作ができる人。

登 録 料

11,000円(2年間有効)

※20歳代は5,500円

※町では、実際に支払った登録料の2分の1の額を助成しています。

申 込

「みやマリ！」ホームページの〈来所予約フォーム〉から予約し、〈ご入会はこちら〉から、入会の申し込みを事前をお願いします。

申込期限 出張登録会の2日前

会 場 中央公民館地下1階
まちづくりルーム

必要書類

- ・本人確認ができる写真付き証明証
マイナンバーカード、免許証など
- ・独身証明書：発行から3か月以内
- ・収入証明書：源泉徴収票など

問 合 先

みやぎ結婚支援センター「みやマリ！」

☎022-797-3083



みやマリ！



町助成

第16回 おおがわら梅まつり開催！

「おおがわら梅まつり」を開催しますので、ぜひお越しください。

日時 6月22日(日) 午前9時～正午

会場 大河原町役場駐車場

(昨年と会場が変更になっております。ご注意ください。)

内容 ①量り売り：1kg600円

(昨年と同額です。Lサイズ以上のA級品のみ)

②一升餅盛り放題：1回(1分) 800円

③販売コーナー：梅加工品、地場産品、新鮮野菜 など

※①②について当日午前8時30分から整理券を配布します。

※収穫量によって、販売数量を制限する場合があります。

※梅の予約販売は行っておりません。※梅狩りは行いません。

※当日はリサイクルステーションはご利用できません。

駐車場 大河原町役場駐車場 ほか

問合先 農政課(3階⑦番窓口) ☎0224-87-6277

主催 金ヶ瀬梅組合・大河原町・(一社)大河原町観光物産協会

パークゴルフ初心者体験会を開催します《要予約》

パークゴルフを始めたいけど、プレー方法がわからないかなどお気軽にご参加ください！

日時 6月27日(金) 午前9時30分～ 2時間程度(受付は午前9時から)

会場 東北環境整備パークゴルフおおがわら
(おおがわら千本桜スポーツパークゴルフ場)

対象 小学生以上のかた

参加費 無料 ※用具(クラブ、ボール)のレンタルも無料

申込期限 6月25日(木)まで

パークゴルフ場へお電話にてお申し込みください。

その他 運動ができる服装、スニーカーなどの運動靴で参加してください。
個人賠償責任保険は各自で加入をお願いします。

※雨天等により中止にする場合があります。中止の際はパークゴルフ場公式LINEにてお知らせいたします。

問合先 東北環境整備パークゴルフおおがわら

☎0224-87-6888



東北環境整備パークゴルフ
おおがわら公式LINE

生活習慣病予防教室を開催します

歯周病を予防することは生活習慣病を予防することにつながります。最近では、歯周病と糖尿病は相互に悪影響を及ぼし合う関係にあることが明らかになってきました。さらに、歯周病治療で糖尿病が改善することも分かってきています。

地域の歯科医師から歯周病と糖尿病の関係についてお話を聞いてみませんか。

対象 生活習慣病やその予防に関心のあるかた

日時 7月11日(金)

午前10時～11時30分

会場 大河原町保健センター

定員 30人(定員になり次第終了)

内容

講話 「歯周病と糖尿病の関係」

講師 いのうえ歯科医院

井上 大一 歯科医師

申込期限 7月3日(木)まで

①Web申込



二次元コードからの
申込はコチラ

②電話申込(下記問合先まで)

申込・問合先

健康推進課健康推進係(1階④番窓口)

☎0224-51-8623

犬の鳴き声にご注意ください！

犬の鳴き声に関する苦情が寄せられています。近隣とのトラブルになりかねませんので飼い主のかたは、鳴き声が外に漏れないように配慮し周囲に迷惑をかけないようにお願いします。ルールやマナーを守って、大切なワンちゃんと幸せに暮らしましょう。

問合先

町民生活課環境衛生係(1階②番窓口)

☎0224-53-2114

大河原管内教科書展示会開催のお知らせ

下記会場で令和8年度に使用する小・中学校教科書見本の展示会を開催します。入場無料でどなたでもご覧いただけます。

会場	開催日時	休館日	電話番号 (市外局番0224)
白石市図書館 (白石市字亙理町37-1)	7月2日(木)まで 午前9時～午後4時45分 (水・木曜は午後6時45分まで)	月曜日	☎26-3004
大河原合同庁舎附属棟3階 (大河原町字南129-1)	7月4日(金)まで 午後1時～4時45分	土曜・日曜日	☎53-3111
角田市図書館 (角田市角田字牛館10)	7月3日(木)まで 午前10時～午後5時45分 (土・日曜は午後4時45分まで)	月曜日	☎63-2223

※会場が混雑した場合はお待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

問合先 教育総務課(3階①番窓口) ☎0224-53-2742

夕方早めのライトオン運動実施中！
6月は午後5時に車両のライトをスイッチオン！

マイナンバーカードに関する手続きの休日窓口を開設します【予約者優先】

日 時 7月6日(日) 午前9時～正午(最終受付:午前11時45分まで)

場 所 町民生活課町民係(1階①番窓口)

予約方法 町ホームページ(前日まで)もしくは電話(7月4日(金)午後5時まで)で予約してください。

手 続 き で き る 内 容	手 続 き に 必 要 な も の
マイナンバーカードの申請 (更新に伴う申請含む)	通知カード、住民基本台帳カード、マイナンバーカード (お持ちのかたのみ)、本人確認書類※
マイナンバーカードの受け取り	交付通知書(はがき) 通知カード、住民基本台帳カード、マイナンバーカード (お持ちのかたのみ)、本人確認書類※
電子証明書の発行及び更新、暗証番号の変更及び再設定、券面事項更新(住民票の変更手続きが完了している場合のみ)	マイナンバーカード

- ・代理での手続きの場合は、必要なものが異なりますので事前にお問い合わせください。
- ・15歳未満や成年被後見人の手続きの場合は、本人とともに法定代理人(親権者や成年後見人)が同行してください(本人と法定代理人それぞれの本人確認書類が必要です)。
- ・各種証明書の発行や住所変更等の手続きはできません。
- ・予約時間内にお越し頂けなかった場合は、予約していないかと同じくお待ちいただくことになりますのでご了承ください。
- ・予約のキャンセルについては、必ず下記問合先までご連絡ください。

※本人確認書類について(以下のアの書類を1点、アがない場合はイを2点持参してください)

ア:マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、在留カード など

イ:有効な健康保険証、資格確認書、介護保険証、年金手帳、医療受給者証、学生証 など



予約はこちらから
(1人1枠で予約してください)

問合先 町民生活課町民係(1階①番窓口) ☎0224-53-2114

「健康相談」のお知らせ

健康について気軽に相談できる場として健康相談を行っています。

みそ汁の塩分測定やからだ成分測定による筋肉量、体脂肪率等の測定も行っていますので、健康づくりにお役立てください。

相談を希望されるかたは下記までお申し込みください。

相談日 7月16日(水)・9月19日(金)

時 間 午前9時30分～正午
午後1時30分～4時

※申込時に時間を決めます。

会 場 保健センター

対 象 高血圧や糖尿病などが気になっているかたや、生活習慣の見直しなどについて相談したいかた、またはその家族



申込・問合先
健康推進課健康推進係(1階④番窓口)
☎0224-51-8623

「親子ふれあいあそび(リトミック教室)」 参 加 者 募 集

子どもたちのもつエネルギーとパワーを引き出そうと考えられた「リトミック」。親子で体験してみませんか？

日 時 7月11日(金) 午前10時～11時

場 所 金ヶ瀬公民館 1階大集会室

講 師 Akiリトミック音楽教室主宰 平田 亜希 氏

対 象 大河原町内在住 8か月以上の未就学児親子 8組

費 用 無料

申 込 右記二次元コードから申し込みください(先着8組)

問合先 生涯学習課 ☎0224-53-2758(平日8:30～17:15)



蔵王ことりはうす イベント参加者募集

◆野鳥の森ハイキング

マイヅルソウやフタリシズカなどを見ながら野鳥の森を歩きます。

日 時 6月28日(土)
午前10時～正午

参加料 200円

対 象 小学4年生以上のかた

定 員 15名程度(予約不要)

会場・申込・問合先

蔵王野鳥の森自然観察センター
「ことりはうす」
☎0224-34-1882

お詫びと訂正

「おしらせばん」令和7年6月1日号2ページ「国民年金からのお知らせ保険料の免除・猶予の申請をお忘れなく！」で掲載した「老齢基礎年金の試算」の計算式に誤りがありました。正しくは、大河原町役場ホームページに掲載されております。(下記二次元コードにて参照できます。)お詫びして訂正いたします。



問合先
健康推進課国民年金係(1階③番窓口)
☎0224-51-8623

7月の健康カレンダー

会場 大河原町保健センター
問合せ先 子ども家庭課母子保健係 ☎0224-53-2251
健康推進課健康推進係 ☎0224-51-8623

日	事業名	対象	受付時間	備考	予約	担当課
2日(木)	1歳お誕生相談	令和6年7月生まれのかた	9:20~9:30	計測・離乳食・歯科・育児相談 歯垢の染め出しをします。		子ども家庭課
3日(木)	3歳6か月児健康診査	令和3年11月1日~令和3年 12月16日生まれのかた	12:40~13:00	小児科診察・歯科診察・計測・視 覚検査・聴覚検査・尿検査		子ども家庭課
17日(木)	4か月児健康診査	令和7年2・3月生まれのかた	12:40~13:00	小児科診察・計測		子ども家庭課
18日(金)	こころの健康相談	ストレス、不眠、人間関係 などこころの悩みについ て相談したいかた	9:30~10:30	※予約制(電話またはWeb予約) 公認心理師による相談です		健康推進課
23日(木)	すくすく相談	妊産婦および乳幼児の 保護者のかた	9:30~11:30	※予約制(Web予約)		子ども家庭課
	こころの健康相談	ストレス、不眠、人間関係 などこころの悩みについ て相談したいかた	13:30~14:30	※予約制(電話またはWeb予約) 精神科医師による相談です		健康推進課
24日(木)	1歳6か月児健康診査	令和5年12月生まれのかた	12:40~13:00	小児科診察・歯科診察・計測		健康推進課
25日(金)	1歳10か月児相談	令和5年9月生まれのかた	9:20~9:30	※予約制(電話またはWeb予約) 歯垢の染め出しをします		子ども家庭課
4日(金) 15日(火) 25日(金)	母子健康手帳交付◆	母子健康手帳の交付希望者	9:30~10:00	※予約制(Web予約)		子ども家庭課
4日(金) 11日(金) 18日(金) 25日(金)	わかたけ会	精神科などの医療機関に 通院している町内在住の かた	9:00~11:30	興味・テーマに沿った活動 場所:大河原町福祉センター2 階		健康推進課

◆母子健康手帳交付にご本人以外のかたが来所する場合は、事前にご連絡ください。
※二次元コードが読み取れない場合は、大河原町ホームページからWeb予約してください。

休日急患当番医・歯科診療当番 診療時間 午前9時~午後5時 ※下記電話番号の市外局番は0224です。

月 日	内 科	外 科	歯 科		薬 局	
7月6日(日)	いとうハートクリニック (大河原)☎87-8701	みやぎ県南中核病院 (大河原)☎51-5500	菊池歯科医院 (柴田)☎57-2950	大久保歯科医院 (角田)☎62-4084	奥羽調剤薬局大河原店 (大河原)☎87-8472	仙台調剤大河原西店 (大河原)☎51-4011
7月13日(日)	甘糟医院 (大河原)☎53-1460	さくらの杜診療所 (大河原)☎51-4625	大河原歯科医院 (大河原)☎52-2250	亘理歯科医院 (白石)☎26-2563	アイベル調剤薬局 (大河原)☎87-6733	ペガサス薬局 (大河原)☎87-6097
7月20日(日)	大沼胃腸科内科外科 (柴田)☎56-1441	みやぎ県南中核病院 (大河原)☎51-5500	後藤歯科医院 (大河原)☎52-2533	せきね歯科クリニック (角田)☎63-3531	かみまち薬局 (柴田)☎58-7380	アイランド薬局 (大河原)☎53-4189
7月21日(祝)	いのち胃腸内科クリニック (柴田)☎87-8750	乾医院 (柴田)☎56-1451	こや歯科医院 (柴田)☎54-5005	小野歯科医院 (白石)☎25-8007	つきのき駅南薬局 (柴田)☎51-8722	柴田オレンジ薬局 (柴田)☎56-3715
7月27日(日)	船岡中央クリニック (柴田)☎86-5390	みやぎ県南中核病院 (大河原)☎51-5500	榊原歯科医院 (村田)☎83-2419	穴戸歯科医院 (角田)☎63-1670	カメイ調剤薬局船岡店 (柴田)☎86-5191	カメイ調剤薬局大河原店 (大河原)☎51-3121

仙南夜間初期急患センター 診療日 月曜日~金曜日(土曜・日曜・祝日、12月29日~1月3日除く) 診療科目 内科(中学生以上)
受付時間 午後6時45分~午後9時30分 ☎0224-51-9986

お子さんの急な発熱やケガなどで、すぐに受診させたいほうが良いのか、様子をみても大丈夫なのか、迷ったときは…

宮城県こども夜間安心コール	毎日 午後7時~翌朝午前8時	プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは局番なしで ☎#8000 プッシュ回線以外の固定電話、PHS等からは ☎022-212-9390
---------------	----------------	--