わかばやし

WAKABAYASHI

若林区のお知らせ

若林区役所
〒984-8601　若林区保春院前丁３番地の１
☎282・1111㈹
FAX282・1152（総務課）

六郷保健センター	☎289・5126
七郷保健センター	☎287・3255
六郷証明発行センター	☎289・2156
七郷証明発行センター	☎288・5022

若林区のお知らせは
若林区ホームページでもご覧いただけます。
http://www.city.sendai.jp/wakabayashi/

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

BCG接種

●日時＝2月10日㈬・19日㈮午後2時～3時　●会場＝若林区役所3階　●対象＝1歳の誕生日の前日までの乳児（標準的な接種期間は生後5カ月～7カ月）　●持ち物＝母子健康手帳・予診票　●生ワクチンの予防接種をした翌日から27日以上、不活化ワクチン（四種混合等）の予防接種をした翌日から6日以上の間隔を空けて受けてください　●直接会場へ　●他の区の会場でも受けられます。詳しくはお問い合わせください
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6776）

妊婦歯科健康診査

●日時＝3月8日㈫午後1時半～3時　●会場＝若林区役所3階　●持ち物＝母子健康手帳・歯ブラシ　●予約制
申・問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6783）

離乳食教室

7カ月～8カ月ごろからの離乳食の進め方や作り方、歯についてのお話を聞いてみませんか。
●日時＝3月3日㈭午前10時～11時半　●会場＝若林区役所3階　●対象＝平成27年7月生まれの乳児と保護者25組〔先着〕　●持ち物＝母子健康手帳・おしぼり
申2月8日午前9時から電話で若林区家庭健康課☎282・1111（内線6783）

健康づくり講話・健康づくり相談

日時	3/2㈬	
	14:00～、15:00～	13:30～15:00
内容等	※予約制 健康づくり相談 生活習慣病予防の食事や生活について、栄養士・歯科衛生士による個別相談	健康づくり講話「ストレス解消のコツ」―今日からできるリラックス法― ※直接会場へ
会場	若林区役所３階	

申・問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6785）

母と子の健康相談・育児相談

日時	2/9㈫	2/26㈮
	9:30～10:30	13:30～14:30
会場	七郷保健センター	若林区役所
担当	保健師 栄養士 歯科衛生士	保健師 栄養士 歯科衛生士

●持ち物＝母子健康手帳。歯科相談を希望する方は歯ブラシも　●直接会場へ
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6779）

エイズ・梅毒検査

検査は感染したと思われる日から12週間たってから受けましょう。検査結果は、1週間後に本人に来所していただき、直接説明します。
●日時＝2月10日㈬・24日㈬午前9時～10時半　●会場＝若林区役所3階　●エイズ検査では、希望者に有料で証明書を発行します。詳しくはお問い合わせください　●直接会場へ　●電話相談は随時行っています
問若林区保健福祉センター管理課☎282・1111（内線6715）

禁煙チャレンジャー募集（個別禁煙相談）

●日時＝3月2日㈬午後2時～3時　●会場＝若林区役所3階　●予約制
申・問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6782）

育児サロン

育児の楽しいこと、大変なことをお茶を飲みながら話してみましょう。きっと元気のもとを持ち帰れますよ。

	日時	会場	対象等
①	2/9㈫ 10:00～11:30	若林区中央児童館	2歳～就学前の幼児と保護者20組〔先着〕（親子でフラダンスをします）
②	2/10㈬ 10:30～12:00	古城コミュニティ・センター	8カ月～4歳の乳幼児と保護者
③	2/12㈮ 10:30～11:30	下荒井公会堂（荒井字新屋敷9）	0歳～就園前の乳幼児と保護者
④	2/15㈪ 10:30～12:00	大和コミュニティ・センター	0歳～就学前の乳幼児と保護者
⑤	2/19㈮ 10:30～12:00	連坊コミュニティ・センター	0歳～4歳の乳幼児と保護者
⑥	2/22㈪ 10:00～11:30	白萩町集会所（白萩町10-13）	0歳～就学前の乳幼児と保護者
⑦	3/1㈫ 10:30～12:00	南材木町児童館	2カ月～7カ月の乳児と保護者

◆持ち物＝②③保護者のお茶飲み用カップ・①～⑦子ども用の飲み物
申①2月8日午前9時から電話で②～⑦直接会場へ
問輪っ！かばやし子育て応援団事務局（若林区家庭健康課内）☎282・1111（内線6773）

「ここあの会」（障害児の保護者編）

お子さんへの対応の仕方や成長などについて、お茶を飲みながらゆっくり話してみませんか。今回は「ゆるりヨガ」をします。
◆日時＝2月9日㈫10:00～12:00　◆会場＝若林区役所3階　◆対象＝障害のあるお子さんの保護者　◆持ち物＝保護者のお茶飲み用カップ　◆初めて参加する方は、事前にお問い合わせください
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6772）

若林区の人口　男／67,182人　女／66,671人　計／133,853人　62,105世帯　1月1日現在（平成27年国勢調査独自集計を基準に推計）

ツインズマザーの会

双子や三つ子の子育てについて情報交換をする会です。
●日時＝3月4日㈮午前10時半～正午　●会場＝若林区役所3階　●対象＝双子や三つ子の親子または双子や三つ子を妊娠している方　●初めて参加する方は、事前にご連絡ください。その他の方は直接会場へ
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6779）

子どものこころの相談室

震災等による子どもの心身面の不安やストレスについて医師や臨床心理士が相談に応じます。
●日時＝2月16日㈫午後1時～4時　●会場＝若林区役所3階　●予約制
申・問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6772）

真冬のみんつく福祉まつり

「障害があっても暮らしやすい地域」を目指し、障害への理解を進めるため、「みんなでつくる」をテーマとしたお祭りを開催します。
●日時＝2月13日㈯午前10時～午後1時　●会場＝若林区文化センター　●内容＝障害のある方の生活発表やふれあい製品の販売・作業実演　●直接会場へ
問若林区障害高齢課☎282・1111（内線6751）

精神保健家族交流会

心の病を抱える方のご家族同士で、病気について学んだり、話し合ったりします。今回はストレッチを行います。
●日時＝2月17日㈬午後1時半～3時半　●会場はお問い合わせください　●予約制
申・問若林区障害高齢課☎282・1111（内線6752）

認知症の介護講座と相談会

日時	2/26㈮	
	13:30～14:30	14:30～16:00
内容	※講師＝「認知症の人と家族の会」宮城県支部世話人 講話「私の介護体験」	相談会
会場	若林区役所３階	

問若林区障害高齢課☎282・1111（内線6742）

精神障害者のための小集団活動「四つ葉会」

参加者の希望を基に、レクリエーションを行っています。統合失調症やうつ病等で在宅治療を続けている皆さん同士で話したり出掛けたりしてみませんか。日程や内容については、お問い合わせください。
申・問若林区障害高齢課☎282・1111（内線6753）

こころの健康づくりと女性の健康づくり

ゲートキーパーになりませんか―３月は自殺対策強化月間です

身近な人が悩んでいることに気づき、声を掛けて話を聴き、必要なときは専門家につなぎ、温かく見守る役割を担う人のことを「ゲートキーパー」と言います。

悩みを一人で抱えていると、長いトンネルに入った時のように暗く出口が見えず、孤立してしまい、解決できないのではないかとつらくなってしまいます。話をよく聴き、つらい気持ち、苦しい気持ちを受け止め、一緒に考えてくれる人がいると感じるだけでも、悩んでいる人に安心感を与えます。

■ゲートキーパーの役割
「気づく」　相手の変化に気づいて声を掛ける
「耳を傾ける」　ゆっくり話を聴いて、気持ちを受け止める
「つなぐ」　抱え込まず、専門家に相談する
「見守る」　声を掛けながら、あせらず優しく寄り添い見守る

聴く時には、相手が話しやすい環境をつくり、悩みを真剣に聴いていることが伝わるように接しましょう。励ましがつらく感じることもあります。相手の感情を否定せずそのまま受け止め、心配していることを伝えましょう。

女性の健康づくりを応援します―３月１日～８日は女性の健康週間です

女性のからだは、生涯を通じて女性ホルモンの影響を受けながら変化します。女性特有のからだの変化や仕組みについて理解し、いつまでも美しく健康に過ごせるよう、自らの健康に目を向けてみましょう。

■女性の健康週間・自殺対策強化月間パネル展示
●期間＝３月１日㈫～８日㈫　●会場＝若林区役所１階ロビー

問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6785）

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。

■若林区役所１階ロビー

日時		主な展示販売品目
2/10㈬	11:00～14:00	パン・クッキー・ラスク・野菜
2/17㈬		さをり織り製品・弁当・手芸品
2/18㈭		アクセサリー・ポストカード・陶芸品
2/24㈬		クッキー・手芸品・座布団・お手玉
2/25㈭		小銭入れ・ブックカバー・クッキー
3/2㈬		陶芸品・手芸品・焼き菓子
3/3㈭		こんにゃく・パン・キャンドル製品

■若林区文化センター

日時		主な展示販売品目
2/6㈯	11:00～14:00	焼き菓子・豆腐・油揚げ・クッキー
2/7㈰		ピザ・生パスタ・豆腐・おにぎり
2/12㈮		総菜・焼き菓子・生菓子・調味料
2/13㈯		串団子・せんべい・焼き菓子
2/19㈮		パン・クラフト製品・ラスク・クッキー
2/20㈯		ヤーコン茶・野菜・焼き菓子
2/21㈰		ピザ・生パスタ・豆腐・おにぎり
2/26㈮		パン・手工芸品・総菜・調味料
2/27㈯		パン・軍手・串団子・せんべい
2/28㈰		ピザ・生パスタ・豆腐・おにぎり
3/4㈮		うどん・木工製品・パン・クッキー
3/5㈯		串団子・せんべい・焼き菓子

●参加施設など詳しくは市ホームページhttp://www.city.sendai.jp/fukushi/shogai/barrierfree/をご覧ください
問健康福祉局障害者支援課☎214・8164

薬師堂俳句コンテストの優秀賞が決定しました

地下鉄東西線薬師堂駅周辺を盛り上げるため、12月6日の開業日から1月8日まで、周辺店舗の主催により、「薬師堂にぎわいクイズラリー・俳句コンテスト」を開催しました。

審査の結果、俳句コンテストの優秀賞を決定し、1月19日に景品を贈呈しました。

【優秀賞】古(いにしえ)を　偲(しの)びて歩む　風花の舞

問経済局地域産業支援課☎214・1001

お知らせ

こころの健康相談

気持ちが落ち込んでやる気が出ない、眠れない、イライラする、物忘れ、震災後の不調など、心の健康の悩みについて、精神科医などがご相談に応じます。

●日時＝2月8日(月)・18日(木)・25日(木)午後1時半～4時半、2月19日(金)午前9時～正午　●会場＝若林区役所3階　●予約制

申・問若林区障害高齢課☎282・1111（内線6752）

若林図書館の催し

おはなし会

●日時＝2月10日～3月2日の毎週水曜日午後3時～3時半

●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者　●直接会場へ

文学散歩「スズキヘキ　生涯と作品」

●日時＝2月20日(土)午後1時半～3時　●内容＝仙台の童謡詩人・スズキヘキが児童文化に与えた影響について考えます　●定員＝50人〔先着〕

申2月6日午前10時から電話または直接図書館へ

映画上映会

●日時＝2月21日(日)午後1時半～3時45分　●上映作品＝冬のライオン（イギリス映画）　●直接会場へ

ぬいぐるみおとまり会

●日時＝2月24日(水)午後4時～

●内容＝ぬいぐるみと一緒におはなし会に参加した後、お預かりしたぬいぐるみが図書館内で過ごす姿を写真に撮り、お迎え時にプレゼントします　●対象＝3歳～小学生15人〔先着〕

申2月9日午前10時から電話または直接図書館へ

赤ちゃんおはなし会

日時	3/2(水)	
	10:20～10:50	11:00～11:30
対象	1～2歳児と保護者	0歳児と保護者

●直接会場へ

土地の履歴書―絵図・地図で探る地域の歴史

●日時＝3月5日(土)午後1時半～3時　●内容＝絵図・古地図などを手掛かりに、地域の変化を解説します。また、図書館の地域資料を紹介します　●定員＝50人〔抽選〕

申往復はがきに催し名、住所、氏名、電話番号、返信先を記入して2月20日までに

申・問若林図書館（〒984―0827南小泉1―1―1☎282・1175）

移動図書館巡回日程

日時	2/17(水)、3/2(水)		2/10(水)・24(水)	
	10:00～10:30	10:45～11:15	10:00～10:30	10:40～11:10
巡回場所	荒井東復興公営住宅	みやぎ生協六丁の目店	沖野六丁目館南3号公園	六郷市民センター

●雨天等中止

問市民図書館☎261・1585

地下鉄東西線開業イベント「まち歩き」参加者募集

日時	3/13(日)	3/26(土)
	9:30～12:00	10:00～12:00
コース	荒井駅①（健康ウオーキング講習です。農業園芸センターでは梅を観賞します）※雨天時は七郷市民センターでウオーキング講習	荒井駅②（地元の方がガイドとなり、神楽や居久根、大桑の木を観賞します）
対象	健脚の方50人〔先着〕（小学生以下は保護者同伴）	30人〔先着〕（小学生以下は保護者同伴）

申2月8日午前8時半からファクス（住所・氏名・電話番号・コース名を記入）または直接実行委員会へ

申・問地下鉄東西線開業イベント実行委員会（若林区まちづくり推進課内）☎282・1111（内線6137）、FAX282・1152

若林体育館の催し

シニア健康エクササイズ

●日時＝2月9日～3月1日の毎週火曜日午後1時15分～2時半　●内容＝イスに座ってのエクササイズやリズムに合わせての体操など　●対象＝60歳以上の方　●費用＝各日300円　●持ち物＝屋内用運動靴

ミニテニス道場

●日時＝2月9日～3月1日の毎週火曜日午後1時半～4時半

●費用＝各日300円

おやこすぽーつ

●日時＝2月19日(金)午前9時半～11時45分　●内容＝トランポリン、各種遊具等　●対象＝未就学児と保護者　●費用＝保護者300円、未就学児無料　●持ち物＝屋内用運動靴

※いずれも●直接会場へ

問若林体育館☎236・0011

ミニ情報

まち歩き募集「旧奥州街道・ひな人形と蔵めぐり」

日時＝2月28日(日)午前10時半～、午後1時半～／内容＝河原町と南材木町の歴史を訪ねます／定員＝各回10人〔先着〕／費用＝各回500円（小学生以下は無料）／申2月9日午後1時から電話で粋々(いきいき)まちなかプロジェクト☎080・5558・4351（齊藤）

若林の新風景 ㉝

地下鉄東西線のある風景④「薬師堂駅周辺」

薬師堂駅周辺は、戸建て住宅を中心とした古くからの住宅市街地が広がっているほか、陸奥国分寺跡などの歴史資源や区役所、文化センターなどの公共施設に近接しています。

◀駅前広場のほか、駅と若林区役所を結ぶ道路が整備され、「薬師高砂堀通り」と命名されました

▶薬師堂では、毎月8日に多くの人でにぎわう「手作り市」が開催されています