わかばやし

WAKABAYASHI

若林区のお知らせ

仙台市総合コールセンター ☎398・4894
若林区役所（市外局番 022）
〒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
■ファクス番号が未掲載の場合は、総務課FAX282・1152へお問い合わせください

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。
https://www.city.sendai.jp/wakabayashiku/

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

お知らせの内容は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止や延期となる場合があります。また、5月号以前に掲載した内容についても、中止や延期となっている場合があります。必ず事前に、各問い合わせ先にご確認ください。
また催し等に参加する際は、マスクを着用するなど感染防止にご協力ください。

保健・福祉

母と子の健康相談

子どもの成長や発達、育児中の悩みや不安、困りごとなどについて個別に相談に応じます。

日時	6/7㈫	6/17㈮	6/24㈮
	9:30～11:00	10:30～11:00	9:30～11:00
会場	七郷保健センター	六郷保健センター	若林区役所3階
担当	保健師 栄養士	保健師 栄養士	保健師 栄養士 歯科衛生士

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、心の健康について、精神科医などが相談に応じます。秘密は厳守します。

●日時＝6月8日㈬、7月6日㈬午前9時～、6月15日㈬・30日㈭午後1時半～　●会場＝若林区役所　●予約制
申若林区障害高齢課☎282・1111（内線6732）

子育てママのグループミーティング

子どもと離れて、母親同士でゆっくり悩み等を話し合います。

●日時＝6月27日㈪午前10時～11時半　●会場＝若林区役所3階　●対象＝乳幼児の母親　●飲み物は各自でお持ちください　●託児有り（4人まで。要申し込み）　●予約制
申若林区家庭健康課☎282・1111（内線6774）

健康づくり相談

健康づくりのための生活習慣や食事について、栄養士や保健師、歯科衛生士が相談に応じます。

●日時＝6月16日㈭午後3時～（1人30分程度）　●会場＝若林区役所3階　●相談日の2日前までに要予約
申若林区家庭健康課☎282・1111（内線6786）

麻しん（はしか）・風しんの予防接種

対象の幼児は、登録医療機関で早めに接種を受けてください。

時期	対象
第1期	1歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日までの幼児
第2期	令和5年4月小学校入学予定（平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれ）の幼児

●予防接種登録医療機関で受けられます（予約が必要な場合があります）ので、事前に医療機関にご確認ください）　●母子健康手帳と母子健康手帳別冊にとじ込まれている予防接種予診票を記入してお持ちください　●対象時期を過ぎると任意の予防接種となり、全額自己負担となります
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6776）

禁煙チャレンジャー募集

たばこをやめたい方、禁煙に挑戦してみませんか。効果的に禁煙できるように体に合う方法を一緒に考え、個別にサポートします。

●日時＝6月16日㈭午後3時～（1人50分程度）　●会場＝若林区役所3階　●予約制
申若林区家庭健康課☎282・1111（内線6782）

BCG接種

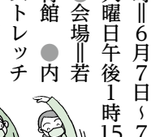
各区役所・総合支所で、BCG接種を実施しています。お住まいの区以外でも受けることができます。日程等詳しくは、市ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

●日時＝6月7日㈫・20日㈪午後2時～3時半　●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・別冊の予診票（記入の上、切り離してお持ちください）　●母子健康手帳別冊に添付の「予防接種について」や、小冊子「予防接種と子どもの健康」等を事前にお読みください　●直接会場へ
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6776）

子どものこころの相談室

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＝6月15日㈬午後1時～4時　●会場＝若林区役所3階　●対象＝18歳未満の子どもと保護者　●予約制
申若林区家庭健康課☎282・1111（内線6774）



健康づくり講座

日時	①6/29㈬	②7/13㈬
	14:00～15:00	13:30～15:00
内容等	高血圧予防について　●講師＝仙台まと町脳外科クリニック院長・宇都宮昭裕氏	運動指導員によるメタボ解消エクササイズ　●持ち物＝タオル・飲み物。運動できる服装で
対象	どなたでも【会場】15人【オンライン】10人〔いずれも先着〕	74歳以下の方【会場】15人【オンライン】10人〔いずれも先着〕

●会場＝若林区役所3階
申①6月6日②6月22日午前9時から電話で（オンライン希望の方は開催日の7日前まで）若林区家庭健康課☎282・1111（内線6786）

歯と口の健康週間

6月4日から10日は、「歯と口の健康週間」です。歯と口を健康に保つことで、食事をおいしく食べ、生き生きとした毎日を過ごすことができます。かかりつけの歯科医院で定期健診を受け、虫歯や歯周病の予防に努めましょう。

■歯磨きのポイント
●歯ブラシは鉛筆を持つように持ち、軽い力で磨きましょう
●虫歯予防に効果的な「フッ化物配合の歯磨き剤」を使いましょう
●歯と歯の間に「デンタルフロス」や「歯間ブラシ」を使い、歯肉炎などの歯周病を予防しましょう

■歯と口の健康週間パネル展
歯と口の健康に関するパネルやポスター等の展示、リーフレット等の配布を行います。
●期間＝6月1日㈬～30日㈭9:00～16:00
●場所＝若林区役所1階健康情報コーナー
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6785）

みんなでおいしく楽しく食べよう！

毎年6月は食育月間、毎月19日は食育の日です。健康的な食習慣を基本に、楽しい食卓づくりや食への感謝、食事のマナーなど、食育について考えてみませんか。

■食育月間パネル展
●期間＝6月7日㈫～20日㈪8:30～17:00（最終日は16:00まで）
●会場＝若林区役所1階ロビー
●内容＝食育等についてのパネル展示、健康づくりに役立つ資料やレシピの配布

■食育レシピをご利用ください
郷土料理や旬の食材、健康に関する情報、簡単に作れる料理等を紹介する食育レシピをご用意しています。若林区役所1階健康情報コーナー、2階家庭健康課、3階廊下に設置しています。
問若林区家庭健康課☎282・1111（内線6783・6801）

若林区の人口（対前月増減数）　男：69,654人　女：71,966人　計141,620人（＋360）　69,911世帯（＋379）　5月1日現在

お知らせ

シニア健康エクササイズ

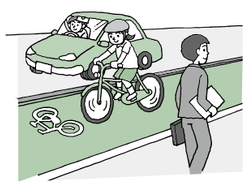
●日時＝6月7日～7月5日の毎週火曜日午後1時15分～2時半　●会場＝若林体育館　●内容＝ストレッチ体操やリズムに合わせた体操など、軽めの運動　●対象＝60歳以上各50人〔先着〕　●費用＝各400円　●持ち物＝室内用運動靴・タオル・飲み物　●直接会場へ
問若林体育館☎236・0011

離乳食教室

2回食に進んだ頃の離乳食の進め方について、栄養士がお話をします。子どもと一緒にご参加ください。

●日時＝7月11日㈪午前10時～11時　●会場＝若林区役所3階　●対象＝区内に住民票がある令和3年12月生まれの乳児と保護者10組〔先着〕　●持ち物＝母子健康手帳・バスタオル　●新型コロナウイルスの感染状況に応じて、オンラインでの開催に変更する場合があります
申7月1日午前9時から電話で若林区家庭健康課☎282・1111（内線6783）

自転車はルールを守って安全に



自転車はれっきとした車両の一種で、法律により通行ルールが定められています。

しかし、気軽な乗り物であることから、正しいルールを守らないなどの危険な利用による交通事故が絶えません。

事故の被害者にも加害者にもならないよう、自転車の通行ルールを理解し、安全運転に努めましょう。

自転車安全利用ルールを守りましょう
◆自転車は、車道が原則、歩道は例外
◆車道は左側を通行
◆歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
◆安全ルールを守る
　○飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
　○夜間はライトを点灯
　○交差点での信号順守と一時停止・安全確認
◆ヘルメットを着用

問若林区区民生活課☎282・1111（内線6145）

移動図書館巡回日程

日時	巡回場所
6/15㈬・29㈬ 10:00～10:30	沖野コミュニティ・センター
6/15㈬・29㈬ 10:40～11:10	六郷市民センター
6/17㈮、7/1㈮ 10:00～10:30	荒井東市営住宅
6/17㈮、7/1㈮ 10:40～11:10	フレスポ六丁の目南町

●雨天時等は中止の場合有り
問市民図書館☎261・1585

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＝6月7日～7月5日の毎週火～木曜日午前11時～午後2時

若林区文化センター1階
●日時＝6月10日～7月2日の毎週金・土曜日午前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

若林図書館の催し

おはなし会
●日時＝6月8日～29日の毎週水曜日午後3時半～4時　●会場＝若林図書館2階視聴覚室　●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者各15人【先着】　●直接会場へ

情報リテラシー支援講座
●日時＝6月24日㈮・25日㈯午前10時～11時（各回内容は同じ）　●会場＝若林図書館2階視聴覚室　●内容＝初心者向けタブレット型パソコンとせんだい電子図書館の体験　●対象＝中学生以上の方10人【先着】
申6月7日午前9時半から電話または直接図書館へ

ヤギさんおはなしかい
●日時＝6月28日㈫午前11時～11時20分、午前11時40分～正午　●会場＝新寺小路緑道（新寺こみち市会場内）　●対象＝幼児～小学校低学年の児童と保護者　●直接会場へ

赤ちゃんおはなし会
●日時＝7月6日㈬①午前10時20分～10時50分②午前11時～11時半　●会場＝若林図書館2階視聴覚室　●対象＝①1・2歳児と保護者②0歳児と保護者各8組【先着】
申6月7日午前9時半から電話または直接図書館へ

映画上映会
●日時＝7月17日㈰午後1時半～3時半　●会場＝若林図書館2階視聴覚室　●上映作品＝「ライオン　25年目のただいま」　●定員＝15人【先着】
申7月3日午前9時半から電話または直接図書館へ

※いずれも申・問若林図書館☎282・1175

わかばやしふれあい朝市

地元の生産者が新鮮な野菜などを直接販売します。

●日時＝6月11日㈯・25日㈯午前6時～8時　●会場＝若林区役所南側駐車場　●マイバッグをお持ちください
問若林区まちづくり推進課☎282・1111（内線6138）

ミニ情報

連坊オモシロ街あるき
日時＝6月11日㈯・12日㈰・18日㈯・26日㈰午前10時～正午／集合＝地下鉄連坊駅／内容＝フリーライターの西大立目祥子さん等をガイドに招き街歩きを行います／定員＝各15人【先着】／費用＝各500円／申6月6日午後1時から電話で連坊商興会青年部（千葉方）☎090・1064・6364

第29回 若林区合唱のつどい2022

―ひびけ若林の空に!とどけみんなの心に!

区内の合唱愛好者が一堂に会し、歌声の輪の下に交流を深めます。

●日時＝7月2日㈯12:30～（開場は12:00）
●会場＝若林区文化センター
●参加団体＝「合唱連盟わかばやし」加盟11団体、区内小・中・高等学校合唱部、わかばやし区民合唱団「宙（そら）」など
●直接会場へ
●詳しくは区内各市民センター、コミュニティ・センターで配布するチラシまたは区ホームページをご覧ください
●駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください

問若林区まちづくり推進課
☎282・1111（内線6138）

令和４年度若林区 まちづくり活動助成事業を追加募集します

地域の課題の解決・活性化等に関する、区民の皆さんの自主的・自発的な取り組みに対して、費用の一部を助成します。

対象事業	令和５年３月までに実施予定で、次のいずれかに該当する事業 ⑴地域課題の解決を図るもの ⑵地域の自治力の向上を図るもの ⑶地域や区の特色を生かし、その魅力を高めるもの ※町内会等が行う祭りや運動会等新規性のない活動や、市または市関係団体から助成を受ける活動は対象外です
対象団体	区内に活動拠点がある市民団体で、構成員のおおむね半数以上が区内に住所があるか通勤・通学している団体（政治・宗教活動、営利を目的とした団体を除く）
助成金額	1事業あたり上限50万円 ※減額になる場合や、助成対象にならない経費もあります
受付期間	６月１日㈬～６月21日㈫（閉庁日を除く）
応募方法	若林区役所４階まちづくり推進課、区内各市民センター等で配布する募集要項に添付の申込書（区ホームページからもダウンロード可）に必要事項を記入して、若林区まちづくり推進課に直接持参
選考方法	事業計画説明会（７月３日㈰に開催）を行った上で、評価委員会での審査を基に決定

●詳しくは募集要項をご覧ください

問若林区まちづくり推進課☎282・1111（内線6137）