

令和6年度若林区まちづくり活動助成事業の事前計画説明会

お知らせ

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、歯科衛生士等が相談に応じます。

健康づくり相談

禁煙チャレンジ一募 禁煙に挑戦してみませんか。体に合う効果的な禁煙の方法を一緒に考え、個別にサポートします。



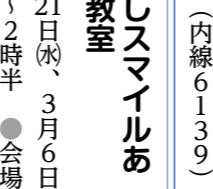
令和6年度若林区まちづくり活動助成事業の事前計画説明会

お知らせ

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、歯科衛生士等が相談に応じます。

健康づくり相談

禁煙チャレンジ一募 禁煙に挑戦してみませんか。体に合う効果的な禁煙の方法を一緒に考え、個別にサポートします。



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ー3月は自殺対策強化月間です

「ゲートキーパー」は、悩んでいる人に寄り添い、声を掛け、話を聴いて、必要な支援につなげ、温かく見守る人のことを言います。



■ゲートキーパーの役割

- 「気付く」 身の回りの変化に気付いて声を掛ける
「話を聴く」じっくり話を聴いて、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、焦らず優しく寄り添い見守る

◆女性の健康づくりを応援しますー3月1～8日は女性の健康週間です

女性の体は、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。女性特有の体の変化や仕組みについて理解し、定期的に健診を受けるなど、病気の予防や早期発見に努めましょう。

■女性の健康週間・自殺対策強化月間パネル展

女性特有の体の変化や病気の予防、自殺の現状と対策、ゲートキーパーなどについてのパネル展示を行います。
日時＝2月19日(月)～3月1日(金)8:30～17:00(最終日は15:00まで)
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6802)

体罰によらない子育てを広げよう

近年、児童虐待の相談件数が増加しており、子どもの命が失われる痛ましい事件も起きています。体罰等によらない子育てを推進するため、社会全体で取り組んでいきましょう。

■こんなことをしていませんか？

- ・何度も言葉で注意したが言うことを聞かないので、頭をたたいた
・いたずらをしたので、長時間正座をさせた
・宿題をしなかったので、夕食を与えなかった
⇒全て体罰です！

■一人で悩まずご相談ください！

子育てには不安がつきものです。一人で抱え込まず相談窓口や一時預かり等を上手に活用しましょう。

Table with 2 columns: 支援内容, 家庭健康課での窓口相談, 育児ヘルプサービス, 保育所等やのびすくの一時預かり

\*詳しい内容や、その他の支援内容等は、市ホームページをご覧ください

虐待かも？と思ったら 児童相談所虐待対応ダイヤル「189」(通話料無料。24時間・年中無休) または若林区家庭健康課へご連絡ください

問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6767)

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(代) FAX282・1152(総務課)

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

保健・福祉

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ください。



親子の成長や発達、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＝2月9日(金)午前9時～11時
会場＝七郷保健センター

親子の成長や発達

麻しん(はしか)・風しんの予防接種

4月に小学校に入学する幼児の予防接種は3月31日までです。早めに接種を受けてください。

Table with 2 columns: 時期, 対象

接種場所＝予防接種登録医療機関(予約が必要な場合があります)
日時＝2月26日(月)午後1時～3時
会場＝若林区役所3階



こころの健康相談

気持ち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。



認知症家族交流会 認知症の方の介護について、一人で悩んでいませんか。同じ立場の方同士で話すことで、気持ちの余裕が生まれます。
日時＝2月26日(月)午後1時～3時
会場＝若林区役所3階



精神保健家族教室

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、話し合ったりする活動を中心とした会です。



離乳食教室 2回食に進んだ頃の離乳食の進め方や、歯についてのお話をします。子どもと一緒に参加ください。
日時＝3月11日(月)午前10時～11時
会場＝若林区役所3階

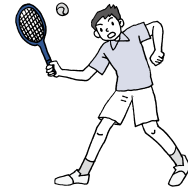


●雨天時等は中止の場合有り  
問市民図書館 ☎261・1585

2/16(金)、3/1(金)		2/14(水)・28(水)		日時	巡回場所
10:40~11:10	9:55~10:25	10:40~11:10	10:00~10:30		
フレスポ六丁の目南町	荒井東市営住宅	六郷市民センター	沖野市民センター		

### 移動図書館巡回日程

5 申・問今泉運動場 ☎289・423  
 申 2月12日午後1時から電話または直接施設へ  
 対象 小学  
 以上各10人〔先着〕 ●費用 各1100円  
 申 2月12日午後1時から電話または直接施設へ



### 児童テニス1回体験教室

●日時 3月9日・16日・23日  
 各土曜日(期  
 間中1回)午  
 前10時~11時  
 ●会場 今泉運動場  
 ●対象 小学  
 以上各10人〔先着〕 ●費用 各1100円

## 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
2/6(水)	ドライフルーツ・クッキー・アクセサリ・雑貨
2/7(水)	野菜・パン・ストラップ・乾燥糸こんにゃく
2/8(水)	焼き菓子・アクセサリ・ハンバーガー
2/13(水)	手芸品・キャンドル・キーホルダー・アクセサリ
2/14(水)	ストラップ・乾燥糸こんにゃく・ケーキ・クッキー
2/15(水)	クッキー・焼き菓子・乾燥野菜・総菜・豆腐
2/20(水) 11:00~14:00	焼き菓子・アクセサリ・パン・クッキー
2/21(水)	アクセサリ・ポストカード・弁当・パン
2/22(水)	クッキー・雑貨・冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯
2/27(水)	焼き菓子・アクセサリ・ケーキ・クッキー
2/28(水)	エコケース・刺しゅう布巾・生うどん・鞆製品
2/29(水)	パン・焼き菓子・手提げバッグ
3/5(水)	クッキー・アクセサリ・雑貨・ドライフルーツ

### ◆若林区文化センター 1階

日時	主な展示販売品目
2/10(土)	串団子・揚げまんじゅう・せんべい
2/16(金)	エコケース・刺しゅう布巾
2/17(土)	串団子・揚げまんじゅう・せんべい
2/23(金) 11:00~14:00	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯
2/24(土)	串団子・揚げまんじゅう・せんべい
3/1(金)	エコケース・刺しゅう布巾
3/2(土)	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯

●スケジュールや参加施設等詳しくは、市ホームページ(サイト内検索で「ふれあい製品」と検索)でご覧いただけます

問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151

## 若林図書館の催し

### ◆赤ちゃんおはなし会

●日時=2月7日(水)①  
 10:20~10:50②11:00~11:30 ●会場=若林図書館2階視聴覚室 ●内容=絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊びなど



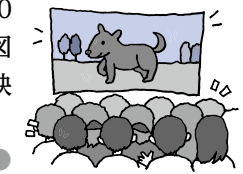
●対象=①1・2歳児と保護者②0歳児と保護者各8組〔先着〕 ●直接会場へ

### ◆おはなし会

●日時=2月7日~28日の毎週水曜日15:30~16:00 ●会場=若林図書館2階視聴覚室 ●内容=絵本の読み聞かせ、紙芝居、手遊びなど ●対象=幼児~小学校低学年の児童と保護者各8組〔先着〕 ●直接会場へ

### ◆映画上映会

●日時=2月18日(日)13:30~15:10 ●会場=若林図書館2階視聴覚室 ●上映作品=「劇場版 柴公園」 ●定員=20人〔先着〕 ●直接会場へ



### ◆おうちで楽しむオンラインおはなし会

●日時=3月10日(日)10:00~10:30、11:00~11:30 ●内容=オンラインによる絵本の読み聞かせ、わらべ歌など ●対象=乳幼児と保護者各7組〔先着〕 申 2月17日9:30から電話または直接図書館へ

### ◆震災関連事業『「これまで」と「これから」をつなぐ想い せんだい3.11メモリアル交流館から学ぶこと』

●日時=3月16日(土)14:00~15:00 ●会場=若林図書館2階視聴覚室 ●内容=せんだい3.11メモリアル交流館のこれまでの活動内容紹介を通して、震災への向き合い方を考えます ●講師=せんだい3.11メモリアル交流館職員 ●定員=20人〔先着〕 申 3月1日9:30から電話または直接図書館へ

申・問若林図書館 ☎282・1175