

最近の子どもの様子で気になることはありませんか。子ども

### 子どものこころの相談

日時 9月10日 午後2時、3時(1人30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6801)

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。

### 健康ひきり相談

日時 9月10日 午後2時、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6802)

禁煙のきっかけがつかめない方、何度もつまずいて諦めている方など、お気軽にご相談ください。

### 禁煙チャレンジ集



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

最近の子どもの様子で気になることはありませんか。子ども

### 子どものこころの相談

日時 9月10日 午後2時、3時(1人30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6801)

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。

### 健康ひきり相談

日時 9月10日 午後2時、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6802)

禁煙のきっかけがつかめない方、何度もつまずいて諦めている方など、お気軽にご相談ください。

### 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。

の心身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。

最近の子どもの様子で気になることはありませんか。子ども

### 子どものこころの相談

日時 9月10日 午後2時、3時(1人30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6801)

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。

### 健康ひきり相談

日時 9月10日 午後2時、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6802)

禁煙のきっかけがつかめない方、何どもつまずいて諦めている方など、お気軽にご相談ください。

### 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。

の心身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。

最近の子どもの様子で気になることはありませんか。子ども

### 敬老乗車証の令和2年度分

#### チャージの受け付けを開始します

受付日時(開庁日を除く)	会場
10/1 ~ 8:30~17:00	若林区役所1階 障害高齢課

対象 敬老乗車証お持ちの方 チャージ(入金)と残額確認は、お住まいの区以外の会場でも手続きできます 乗車証の新規発行・払い戻し・紛失等による再発行は、お住まいの区で手続きを行ってください ●10月初旬は混雑が予想されるため、お急ぎでない方は10月中旬以降に手続きを行ってください

■お持ちいただくもの

(1)現在お使いの敬老乗車証(ICカード)  
本人以外の方が手続きする場合は、本人の署名・押印のある「委任状」と代理の方の身分証明書(健康保険証等)が必要です

(2)希望するチャージ額に対する負担金

負担金	チャージ額上限
1,000円分のチャージに対して100円(または介護保険料所得段階に応じて50円)	年間最大12万円分まで

9月末までにチャージして使い切れなかった残額は、10月以降も自動で繰り越されます。繰り越しの手続きは不要です

問若林区障害高齢課 282・1111(内線6743)

# わかばやし

WAKABAYASHI

## 若林区のお知らせ

若林区役所(市外局番 022) 〒984-8601 若林区保寿院前丁3番地の1 282・1111(代) 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。 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

### 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、精神科医などがご相談に応じます。

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、8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。

### 母子の健康相談・育児相談

子どもの成長や発達、育児の悩みや不安などについて、個別に相談に応じます。妊娠中の方も相談することができます。

日時	会場	担当
9/25	若林区役所3階	保健師・栄養士・歯科衛生士
9/11	六郷保健センター	保健師・栄養士・歯科衛生士
9/8	七郷保健センター	保健師・栄養士・歯科衛生士

### 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、話し合ったりする活動を中心とした会です。詳しくはお問い合わせください。

## 若林の点描

### 地下鉄東西線荒井車両基地

地下鉄荒井駅の東側、発展する荒井の街と東部道路の間に、広さ約62,100㎡(楽天命パーク宮城約2.5個分)の荒井車両基地があります。基地では、車両の屋根と電線をつなぐパンタグラフやエアコンの室外機、床下のリニアモーターなどの検査や、ドアの開閉・車内案内表示の動作確認などを行っています。検査は目視だけでなく、エア漏れや異臭がないか、耳や鼻なども使って行われます。



▲車両の自動洗浄機。洗浄の仕上げに逆浸透膜水(RO水)を使い窓ガラスの白濁防止をしています。イベントで子どもたちを乗せて通過するのが人気です

▼パンタグラフの点検中。車両正面にある伊達政宗公のかぶとの前立てをイメージした三日月形の部分は、15編成中1編成だけ金色になっています



### 結核から身を守りましょう

9月24日(30日)は「結核予防週間」です。結核は過去の病気ではありません。日本では今でも1日に43人の患者が発生し、6人が死亡する重大な感染症です。正しい知識と予防方法を身につけて、結核から身を守りま

### 健康増進普及月間・食生活改善普及運動・自殺予防週間パネル展

生活習慣病の予防に役立つ食生活や運動、禁煙、心の健康などについてのパネル展示を行います。

日時 9月8日(16日)午前8時半~午後5時(16日は午後3時まで) 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)

### 精神障害のある方の小集団活動「四つ葉会」

参加者の希望をもとに、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と話し合い出掛けたりしてみませんか。詳しくはお問い合わせください。

対象 精神障害のある方 初めに参加する方は事前にご連絡ください 問若林区障害高齢課 282・1111(内線6733)

