

子どもの心身の不安やストレスについて、医師や臨床心理

### 子どもの心身の相談

若林区家庭健康課 282・1111 (内線6802)

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パネル展示を行います。

### 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

若林区障害高齢課 282・1111 (内線6733)



### 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。

## 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
9/6	アクセサリ・ポストカード・トートバッグ・巾着
9/7	豆腐・おから・おからクッキー・パン・クッキー
9/8	無農薬野菜・プレスレット・豆腐・おからクッキー
9/13	米粉パン・乾燥系こんにやく・ポストカード・色紙
9/14	手拭い・乾燥系こんにやく・パン・焼き菓子
9/15	エコクラフト製品・刺し子・ブックカバー
9/20	木工アクセサリ・おにぎり・ハンバーガー
9/21	キルト椅子・介護枕・クッキー・パウンドケーキ
9/22	カメラストラップ・ストール・アクリルタワシ
9/27	弁当・総菜・焼き菓子・豆腐・乾燥果物・コースター
9/28	せんべい・野菜・米粉パン・手拭い
9/29	うどん・絵手紙セット・ポチ袋・アクリルタワシ
10/4	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯・クッキー
10/5	パン・クッキー・ラスク・レトルトカレー・せっけん

若林区文化センター 1階

日時	主な展示販売品目
9/9	冷凍シューマイ・かりんとう・弁当・総菜・焼き菓子
9/10	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯・焼き菓子・豆腐
9/24	串団子・せんべい・コーヒード・パン・焼肉弁当
9/30	ハンバーガー・炊き込みご飯・弁当・総菜・焼き菓子

年間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

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) 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/

# わかばやし

WAKABAYASHI

## 若林区のお知らせ

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

#### 母子の健康相談

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	会場	担当
9/30 9:30~11:00	若林区役所3階 保健師 栄養士	予
9/16 10:30~11:00	六郷保健センター 保健師 栄養士	予
9/13 9:30~11:00	七郷保健センター 保健師 栄養士 歯科衛生士	予

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、感染防止にご協力ください。

#### 認知症家族・精神保健福祉家族交流会(合同開催)

認知症や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。

日時 9月16日 午後1時半~3時半 会場 若林区役所6階ホール 内容 精神科医による「介護者(ご家族)のセルフケア」と題した講話と座談会 参加され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6734)

#### 禁煙チャレンジヤー募

たばこをやめたい方、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と一緒に考え、個別にサポートします。

日時 9月8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)



#### 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。

士が相談に応じます。

日時 9月6日、10月3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 申若林区家庭健康課 282・1111 (内線6774)

#### 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。正しい知識と予防方法を身に付けて、結核から身を守りましょう。

#### スズメバチに注意しましょう!

スズメバチの巣が大型化し、活動が活発化する季節になりました。ハチはむやみに人を刺す

年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。結核の症状は風邪とよく似ています。せきやたんが2週間以上続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう

問若林区保健福祉センター管理課 282・1111 (内線6716)

#### 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。子どもと一緒に参加してください。日時 10月17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4年3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10月4日午前9時から電話で若林区家庭健康課 282・1111 (内線6783)

## 敬老乗車証の令和4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
10/3 ~ 8:30~17:00	若林区役所1階 障害高齢課

対象=敬老乗車証をお持ちの方 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可能です 乗車証の新規交付・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 現在お使いの敬老乗車証(ICカード) 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6742)

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。お問い合わせください。

日時 9月8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)

