

若林区衛生課 ☎282・1111 (内線6725・6727)

住宅内のネズミの被害でお困りの方は、ご相談ください。



ネズミ被害に遭わないために

寒くなると、餌やすみかを求めて家屋内に侵入しようとするネズミが増えます。床下通風口や配管の隙間などネズミの侵入口がないか確認し、見つけた場合にはふさぐなどの対策を行いましょう。



こころの健康相談

気持ちが悪く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 12月13日(水)・21日(木)午後1時半
●会場 若林区役所
●予約制
●若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6733)



わかばやしふれあい朝市

地元が生産者が新鮮な野菜などを直接販売します。

●日時 12月9日(土)午前6時～8時(売り切れ次第終了)
●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
●本年度最後の開催となります
●若林区まちづくり推進課 ☎282・1111 (内線6138)

お知らせ

12/15(金)、1/5(金)		12/13(水)・27(水)		日時	巡回場所
10:40～11:10	9:55～10:25	10:40～11:10	10:00～10:30		
フレスポ六丁の目黒町	荒井東市営住宅	六郷市民センター	沖野市民センター		

●雨天時等は中止の場合有り
●市民図書館 ☎261・1585

冬道の安全対策は万全に

◆除雪・凍結防止をする路線図をご利用ください

冬道の安全確保のため、12～3月の積雪時に主要な道路で除雪や凍結防止作業を行います。「除雪・凍結防止する道路」の路線図は、区道路課で配布しているほか、市ホームページでもご覧いただけます。

◆雪の排出場所について

雪の排出場所は、大雪時のみ開設しています。詳しくはお問い合わせいただくか、市ホームページでご確認ください。

◆道路除雪等に、ご協力をお願いします

主要な道路の除雪等は市が実施しますが、身近な生活道路の除雪等は、市民の皆さんのご協力が欠かせません。本年度も地域ぐるみでの除雪にご協力をお願いします。



◆仙台雪道おたすけ隊を募集しています

冬季における安全な歩行空間の確保のため、市から支援を受けて歩道等の除雪・凍結防止を行っていただける団体を募集しています。

●支援内容＝小型除雪機械の購入補助、凍結防止剤の提供等 ●対象団体＝町内会、学区PTA、商工会等 ●申請方法など、詳しくはお問い合わせください

◆車を運転する方へ

冬道タイヤへの交換はお済みですか。冬道の安全走行は、1割のスピードダウン、2倍の車間距離、3分早めの出発と道路状況の情報確認が大切です。

◆ラジオの冬道情報をお聞かせください

主要な道路の除雪・凍結防止の作業情報や道路状況をラジオでお知らせしています。

●放送局＝東北放送 (AM1260kHz、FM93.5MHz)
●放送日時＝12月4日(月)～3月8日(金)(土・日曜日を除く) 6:48～6:53

◆小型除雪機械の購入補助をしています

市が管理する道路の除雪に協力していただける町内会や団体等に、小型除雪機械の購入補助をしています。

●補助内容＝小型除雪機械の購入金額の9割(上限30万円) ●対象団体＝仙台雪道おたすけ隊、町内会、市が認めるボランティア団体等 ●補助件数には限りがあります。申請方法等、詳しくはお早めにお問い合わせください

凍結防止剤を配布しています

市道の凍結・積雪時に散布する凍結防止剤(粒状1袋5kg入り)を、散布にご協力いただける方へ配布しています。最寄りの配布場所でお受け取りください。

●配布期間＝12月1日(金)～3月31日(日) ●配布場所＝若林区役所道路課(閉庁日は1階守衛室)、六郷・七郷市民センター(休館日を除く)、若林消防署、若林消防署河原町出張所

申・問若林区道路課 ☎282・1111 (内線6433)

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)

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

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。お問い合わせください。



●日時 12月25日(月)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5～7ヵ月) ●持ち物 母子健康手帳・別冊の手帳・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

親子すくすく相談会

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。

認知症家族交流会

認知症の方の介護について一人でも悩んでいませんか。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。



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、歯科衛生士等が相談に応じます。

禁煙チャレンジ募

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。



子どものこころの相談

子どもの心身の不安やストレスについて、医師や臨床心理士が相談に応じます。



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

健康づくり講座

●日時 1月26日(金)午後2時～3時半 ●会場 若林区役所3階 ●内容 「スキマ時間を有効活用!肩こり&腰痛予防のセルフメンテナンス」一緒に代々もアップしちゃいましょう」と題した講話と運動実技 ●対象 74歳以下の方20人(先着) ●講師 健康運動指導士・薄井愛氏 ●持ち物 タオル・飲み物
申12月20日午前9時から電話で若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6801)



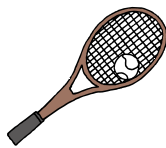
若林体育館の催し

シニア健康エクササイズ
 ●日時 12月12日(火)午後1時15分～2時半
 ●内容 2スト
 レッチ体操やリズムに合わせた体操など、軽い運動
 ●対象 60歳以上の方50人(先着)
 ●費用 400円 ●持ち物 室内用運動靴・タオル・飲み物 ●直接会場へ
 ミニテニス道場
 ●日時 12月12日(火)午後1時半～4時半 ●対象 高校生以上50人(先着)
 ●費用 400円 ●持ち物 室内用運動靴・タオル・飲み物 ●直接会場へ



わかばやしスマイルあつぷ運動教室

●日時 12月20日(水)午後1時半～2時半 ●会場 石名坂交流センター(石名坂70) ●内容 2ストレッチ、筋力トレーニング、リズム体操など、椅子に座ってで



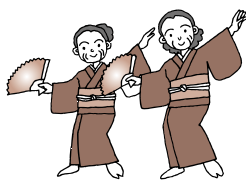
●日時 12月20日(水)午後1時半～2時半 ●会場 石名坂交流センター(石名坂70) ●内容 2ストレッチ、筋力トレーニング、リズム体操など、椅子に座ってで

若林区のお知らせ③

きる運動 ●対象 市内にお住まいか通勤・通所している、運動可能な16歳以上の障害のある方(家族や支援者も可)15人(先着) ●持ち物 2ストレッチ、筋力トレーニング、リズム体操など、椅子に座ってで

仙台市若林区豊齢まつり

●日時 11月12日(金)午後1時半～4時 ●会場 福祉プラザ ●内容 老人クラブによる演奏発表、童謡・唱歌コンサート、発表、童謡・唱歌コンサート、太神楽(仙丸)、落語(六華亭遊花) ●対象 区内にお住まいの60歳以上の方 ●入場整理券が必要です。整理券は12月15日(金)午前8時半から若林区役所1階障害高齢課で配布します(1人につき1枚配布)
 問 若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6743)



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
12/6(水)	パン・ストラップ・串団子・せんべい
12/7(木)	パン・焼き菓子・アクセサリ
12/12(水)	ポチ袋・封筒・アクセサリ・野菜
12/13(木)	焼き菓子・乾燥野菜・焼き芋・小物入れ
12/14(金)	焼き菓子・手提げバッグ・パン
12/19(水) 11:00	ドリップコーヒー・焼き菓子・アクセサリ
12/20(木) 14:00	パン・乾燥糸こんにゃく・クッキー・雑貨
12/21(金)	ポーチ・さをり織り製品・豆腐・おからクッキー
12/26(水)	焼き菓子・アクセサリ・雑貨
12/27(木)	エコケース・刺しゅう布巾・パン・焼き菓子
12/28(金)	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯・弁当・焼き菓子
1/4(木)	冷凍ハンバーグ・ハンバーガー・炊き込みご飯

◆若林区文化センター 1階

日時	主な展示販売品目
12/8(金)	焼き菓子・アクセサリ・がま口
12/9(土) 11:00	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯
12/15(金) 14:00	弁当・パン・アクセサリ
12/16(土)	串団子・揚げまんじゅう・せんべい

●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

若林図書館の催し

◆赤ちゃんおはなし会

●日時 12月6日(水)①10:20～10:50②11:00～11:30 ●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]



◆おはなし会

●日時 12月6日・13日・27日各水曜日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]

◆映画上映会

●日時 12月17日(日)13:30～15:40 ●会場 若林図書館 2階視聴覚室 ●上映作品 「素晴らしき哉、人生！」 ●定員 20人 [先着]

◆冬のかくだいおはなし会

●日時 12月20日(水)15:15～16:00 ●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8組 [先着]

◆新春お楽しみ福袋

●日時 1月5日(金)9:30～ ●内容 図書館員おすすめの資料を福袋形式で貸し出します(絵本・児童書、一般書等計54セット、無くなり次第終了)

※いずれも直接図書館へ

申・問 若林図書館 ☎282・1175