

**若林区の人口(対前月比)**  
 男/68,041人 女/67,684人 計/135,725人(+106) 63,522世帯(+42)  
 1月1日現在

**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。内容についてはお問い合わせください。初めて参加する方も事前にお問い合わせください。

●日時 2月20日(月)午後1時半～3時半 ●会場 若林区役所

**子どもの心の相談室**  
 震災等による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。

●日時 2月14日(火)午後1時～4時 ●会場 若林区役所3階

**子どもの心の相談室**

予約制  
 申若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6772)

**直接会場へ**  
 問若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6744)

**エイズ・梅毒検査**

エイズは相談・検査とも匿名で受けられます。検査は感染したと思われる日から12週間たつてから受けましょう。検査結果は、1週間後に本人に来所していただき、直接説明します。希望する方には併せて梅毒検査を実施します。

●日時 2月8日(水)・22日(水)午前9時～10時半 ●会場 若林区役所3階 ●エイズ検査では、希望者に有料で証明書を発行します。詳しくはお問い合わせください ●直接会場へ ●電話相談は随時行っています

**認知症の介護講座と相談会**  
 問若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6753)

日時	内容等	会場
2/24(金) 14:30～16:00	講話「認知症の方のお世話について」(講師 認知症の専門家)	若林区役所3階
13:30～14:30	排泄のお世話について(講師 認知症の専門家)	若林区役所3階

**3階**  
 問若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6752・6753)

# わかばやし

WAKABAYASHI

## 若林区のお知らせ

**若林区役所**  
 〒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

■未掲載のファクス番号を確認したい場合は、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。  
<http://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

**母子子の健康相談・育児相談**

離乳食がうまくいかない、歯磨きを嫌がるなどの育児の心配や、母と子の健康について相談をお受けします。

日時	会場	担当
3/3(金) 9:30～10:30	六郷保健センター 栄養士 歯科衛生士	保健師 栄養士 歯科衛生士
2/24(金) 13:30～14:30	若林区役所 栄養士 歯科衛生士	保健師 助産師 栄養士 歯科衛生士
2/14(火) 9:30～10:30	七郷保健センター 栄養士 歯科衛生士	保健師 栄養士 歯科衛生士

●持ち物 母子健康手帳・歯科相談を希望する方は歯ブラシも  
 ●直接会場へ  
 問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6777)

**BCG接種**

●日時 2月7日(火)午後2時～3時、2月28日(火)午前9時半～10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・予防票 ●生ワクチンの予防接種をした

翌日から27日以上、不活化ワクチン(四種混合等)の予防接種をした翌日から6日以上の間隔を空けて受けてください ●直接会場へ ●他の区の会場でも受けられます。詳しくはお問い合わせください  
 問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6776)

**離乳食教室**

7カ月～8カ月ごろの離乳食の進め方や歯についてのお話を聞いてみませんか。お子さんと一緒に参加ください。  
 ●日時 3月13日(月)午前10時～11時半 ●会場 若林区役所3階 ●対象 区内に住居のある平成28年7月生まれの乳児と保護者25組(先着) ●持ち物 母子健康手帳  
 申2月7日午前9時から電話で若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6785)

**生活自立・仕事相談センター「わかばやし」出張相談**

「わんすてつぷ」のスタッフが、生活や仕事探しでお悩みの方の相談に応じ、課題の整理や解決のお手伝いをします(生活保護を受けている方を除く)。  
 ●日時 2月14日(火)・15日(水)午前10時～午後4時 ●会場 若林区役所1階 ●対象 市内に

**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**

身近な人が悩んでいることに気づき、声を掛けて話を聴き、必要なときは専門家につなぎ、温かく見守る役割を担う人のことを「ゲートキーパー」といいます。悩みを一人で抱えていると、長いトンネルに入った時のように暗く出口が見えず、孤立してしまいます。話をよく聴き、つらい気持ち、苦しい気持ちを受け止め、一緒に考えてくれる人がいると感じるだけでも、悩んでいる人に安心感を与えます。

**ゲートキーパーの役割**  
 「気づく」 相手の変化に気づいて声を掛ける  
 「耳を傾ける」 ゆっくり話を聴いて、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、あせらず優しく寄り添い見守る  
 聴く時には、相手が話しやすい環境をつくり、悩みを真剣に聴いていることが伝わるように接しましょう。励ましがつらく感じることもあります。相手の感情を否定せずそのまま受け止め、心配していることを伝えましょう。

**女性の健康づくりを応援しますー3月1日～8日は女性の健康週間です**

女性のからだは、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。女性特有のからだの変化や仕組みについて理解し、いつまでも美しく健康に過ごせるよう、自らの健康に目を向けてみましょう。

**女性の健康週間・自殺対策強化月間パネル展示**  
 ●期間 3月1日(水)～10日(金) ●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6801)

**育児サロン**

育児の楽しいこと、大変なことをお茶を飲みながら話してみましょう。きっと元気のもとを持ち帰れますよ。

日時	会場	対象等
① 2/8(水) 10:30～12:00	古城コミュニティセンター	8カ月～4歳の乳幼児と保護者
② 2/10(金) 10:30～11:30	下荒井公会堂(荒井字新屋敷9)	0歳～就園前の乳幼児と保護者
③ 2/14(火) 10:30～12:00	南材木町児童館	2カ月～7カ月の乳児と保護者
④ 2/17(金) 10:30～12:00	連坊コミュニティセンター	0歳～4歳の乳幼児と保護者
⑤ 2/20(月) 10:30～12:00	大和コミュニティセンター	0歳～就学前の乳幼児と保護者
⑥ 2/21(火) 10:00～11:30	若林区中央児童館	0歳～就園前の乳幼児と保護者20組(先着)(親子でフラダンスをします)
⑦ 2/27(月) 10:00～11:30	白萩町集会所(白萩町10-13)	0歳～就学前の乳幼児と保護者

◆持ち物 子ども用の飲み物・①②保護者のお茶飲み用カップ  
 申①～⑤⑦直接会場へ⑥2月6日午前9時から電話で申・問 輪っ! かばやし子育て応援団事務局(若林区家庭健康課内) ☎282・1111 (内線6773)

**「ここあの会」(障害児の保護者編)**

お子さんへの対応の仕方や成長などについて、お茶を飲みながらゆっくり話してみませんか。  
 ◆日時 2月14日(火)10:00～12:00 ◆会場 若林区役所3階 ◆対象 障害のあるお子さんの保護者 ◆持ち物 保護者のお茶飲み用カップ ◆初めて参加する方は、事前にお問い合わせください  
 問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6772)

**健康づくり相談**

生活習慣病予防の食事や生活について、管理栄養士や保健師、歯科衛生士が個別に相談に応じます。  
 ●日時 2月15日(水)、3月1日(水)午後2時～3時 ●会場

日時	内容等	会場
3/1(水) 13:30～15:00	講話と実技「笑ってストレス解消」(講師 ラフターヨガインストラクター)	若林区役所3階
2/15(水) 13:30～14:30	講話「狭心症・心筋梗塞を予防しよう」(講師 さくらい循環器科・内科クリニック医師・桜井信氏)	若林区役所3階

●直接会場へ  
 問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6802)

**わかばやし 若菜新風景** 45

**六郷東部地区の震災復興関連事業**  
 二木地区では、震災で被災した東六郷コミュニティセンターの改築工事が進んでいます。また、三本塚地区には、タワー型の津波避難施設が完成しました。



▶平成28年12月から利用可能となった三本塚長屋敷津波避難タワー

◀地域の交流の核となる東六郷コミュニティセンターは、平成29年度当初からの供用開始を予定しています

## 精神障害をお持ちの方のための小集団活動「四つ葉会」

参加者の希望を基に、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同士で話したり出掛けたりしてみませんか。日程や内容については、お問い合わせください。

●日時 2月15日(水)、3月1日(水)午後2時～3時  
●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)

## 禁煙チャレンジヤー募 集(個別禁煙相談)

●日時 2月15日(水)、3月1日(水)午後2時～3時  
●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)

# お知らせ

## 若林体育館の催し

シニア健康エクササイズ  
●日時 2月7日・14日・28日  
各火曜日午後1時15分～2時半  
●内容 椅子に座ってのエクササイズやリズムに合わせての体操など  
●対象 60歳以上の方  
●費用 各300円 ●持ち物 屋内運動靴  
ミニテニス道場  
●日時 2月7日・14日・28日

各火曜日午後1時半～4時半  
●費用 各300円  
おやすぽーつ

●日時 2月17日(金)午前9時半～11時45分  
●内容 トランポリン、各種遊具等  
●対象 未就学児と保護者  
●費用 未就学児無料  
●持ち物 屋内用運動靴  
※いずれも直接会場へ  
問若林体育館 ☎236・0011

## 移動図書館巡回日程

日時	巡回場所
2/8(水)・22(水)	10:40～11:10 六郷市民センター
2/15(水)、3/1(水)	10:00～10:30 沖野六丁目館南3号公園
	10:45～11:15 六丁目の南町公園
	10:00～10:30 荒井東復興公営住宅

●雨天等中止

問市民図書館 ☎261・1585

## 三情報

まち歩き募集「旧奥州街道・ひな人形と蔵めぐり」  
●日時 3月4日(土)午前10時～午後1時  
●内容 地域ガイドと昭和市電通り沿い・七郷堀を歩きます  
●定員 各15人(先着)／費用 各500円(小学生以下は無料)  
申2月13日午後2時から電話で料々まちなかプロジェクト ☎080・5558・4351(齊藤)

## 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
2/8(水)	陶芸品・手芸品・パン・クッキー
2/9(木)	小銭入れ・アクリルたわし・アクセサリ
2/15(水)	さをり織り製品・ニット製品・うどん・木工製品
2/16(木) 11:00～	生しいたけ・刺しゅう布巾・手作り雑貨
2/22(水) 14:00～	陶芸品・手芸品・コースター・小銭入れ
2/23(木)	手すきはがき・ドライフルーツ・陶芸品
3/1(水)	ポーチ・ブックカバー・豆腐・ドーナツ
3/2(木)	草履・キーホルダー・パン・こんにやく

### ■若林区文化センター

日時	主な展示販売品目
2/10(金)	うどん・木工製品・総菜・菓子
2/11(土)	パン・焼き菓子
2/17(金)	うどん・木工製品・パン・クッキー
2/18(土) 11:00～	シフォンケーキ・焼き菓子・手作り品
2/24(金) 14:00～	キルト椅子・座布団・焼き菓子
2/25(土)	クッキー・おにぎり・串団子・手拭い
3/3(金)	パン・焼き菓子・豆腐・ドーナツ
3/4(土)	クッキー・おにぎり・焼き菓子・手作り品

●参加施設など詳しくは市ホームページをご覧ください

問健康福祉局障害者支援課 ☎214・8164

## 若林図書館の催し

### おはなし会

●日時 2月8日～3月1日の毎週水曜日午後3時～3時半

●対象 幼児～小学校低学年の児童と保護者  
●直接会場へ

### もちつきおはなし会

●日時 2月18日(土)午前10時半～

●会場 せんだい3.11メモリアル交流館(地下鉄荒井駅舎内)

●内容 お餅を取り上げた絵本の展示と読み聞かせのほか、お餅を振る舞います

●直接会場へ

### ヤギさんおはなしかい

●日時 2月28日(火)午前11時～11時20分、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

### 映画上映会

●日時 2月19日(日)午後1時半～3時40分

●上映作品 Little DJ 小さな恋の物語(日本映画)

●直接会場へ

### ぬいぐるみおとまり会

ぬいぐるみと一緒におはなし会に参加した後、ぬいぐるみを預かります。そのぬいぐるみが図書館内で過ごす姿を職員が写真に撮り、後日、お迎え時にプレゼントします。

●日時 2月22日(水)午後4時～

●対象 3歳～小学生15人(先着)

申2月8日午前10時から電話または直接図書館へ

申・問若林図書館 ☎282・1175