

**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です。  
日時 2月19日 午後1時半  
会場 若林区役所

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6773)

日時	会場	担当
3/2(金) 9:30~10:30	六郷保健センター	保健師 栄養士 歯科衛生士
2/23(金) 13:30~14:30	若林区役所	保健師 栄養士 心理士 歯科衛生士
2/13(火) 9:30~10:30	七郷保健センター	保健師 栄養士 歯科衛生士

**母と子の健康相談・育児相談**

**子どものこころの相談室**  
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20日 午後1時~4時  
会場 若林区役所3階  
予約制  
申・問若林区家庭健康課 282・1111(内線6772)

平成30年度まちづくり活動助成事業の事業計画説明会  
応募団体による企画内容の説明を行います。  
日時 3月6日 午前10時~  
会場 若林区中央市民センター別棟3階ホール  
どなたでも傍聴できます。市役所本庁舎1階市政情報センター、宮城野区・若林区・太白区情報センター、市ホームページでも評価委員会の情報を提供しています  
問若林区まちづくり推進課 282・1111(内線6137)

**お知らせ**  
3階 直接会場へ 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6752・6753)

**離乳食教室**  
日時 3月12日 午前10時~11時半  
会場 若林区役所3階  
対象 若林区に住み、ある平成29年8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6783)

**保健・福祉**  
BCG接種  
日時 2月6日・27日 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カ月~7カ月)  
持ち物 母子健康手帳・予防接種券  
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、この区

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6779)  
**エイズ・梅毒検査**  
エイズの相談・検査が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週間後以降に本人に在所していただき、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14日・28日 午前9時~10時半  
会場 若林区役所3階  
エイズ検査では、希望者に無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

**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付き、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」と言います。

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、解決できないのではないかと追い詰められてしまう場合があります。しかし、話をよく聴いて気持ちを受けとめてもらえるだけでも安心することができます。また、解決できない問題については、専門家の相談につなげましょう。

**■ゲートキーパーの役割**

- 「気づく」 相手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日~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示**

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。  
期間=3月1日~9日 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6785)

**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よう。きっと元気のもとを持ち帰れますよ。

日時	会場	対象
① 2/9(金) 10:30~11:30	下荒井公会堂(荒井7-17-6)	0歳~就園前の乳幼児と保護者
② 2/13(火) 10:30~11:30	南材木町児童館	2カ月~7カ月の乳児と保護者
③ 2/14(水) 10:30~12:00	古城コミュニティセンター	0歳~就園前の乳幼児と保護者
④ 2/16(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 2/19(月) 10:30~12:00	大和児童館	0歳~就学前の乳幼児と保護者
⑥ 2/21(水) 11:00~11:30	六郷児童館	0歳~就学前の乳幼児と保護者
⑦ 2/22(木) 9:45~11:30	ろりぼっぶ幼稚園(沖野字高野197-1)	1歳~就園前の幼児と保護者
⑧ 2/26(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
⑨ 2/27(火) 10:30~11:30	南小泉児童館	0歳~就園前の乳幼児と保護者

◆持ち物=①③⑦子ども用の飲み物、保護者のお茶飲み用カップ ◆直接会場へ  
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)**

◆日時=2月27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)

# 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  
ファクス番号が未掲載の場合は、総務課FAX 282・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

日時 2月6日・27日 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カ月~7カ月)  
持ち物 母子健康手帳・予防接種券  
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、こ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6779)

### エイズ・梅毒検査

エイズの相談・検査が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週間後以降に本人に在所していただき、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14日・28日 午前9時~10時半  
会場 若林区役所3階  
エイズ検査では、希望者に無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

### 健康づくり講座

日時	内容等	定員
① 2/14(水) 13:30~14:30	健康診断結果を上手に活用して見方	—
② 3/1(木) 13:30~15:00	でリラックスヨガ ●消! ストレス解消 ●持! 飲みやすい ●動! きやすい ●消! 服装で動きやすい	25人(先着)

だいたい 直接会場へ 電話相談は随時行っています  
問若林区保健福祉センター管理課 282・1111(内線6771)

### 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、精神科医などがご相談に応じます。  
日時 2月15日 午後1時半~4時半、2月22日 午前9時~正午  
会場 若林区役所3階  
予約制  
申若林区障害高齢課 282・1111(内線6752・6753)

## 若林の点描

**堀沿いを訪ねて(今泉用水路・今泉地区)**  
六郷堀から分岐する今泉用水路が流れる今泉地区。この地区には、仙台三十三観音のうち第二十八番から第三十番までの札所があります。また用水路沿いには、かつて農耕馬を洗う水辺があり、現在は馬洗い場公園として、その名残をとどめています。



上飯田と今泉の境界付近にある馬洗い場公園

### 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と話したり、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。  
申・問若林区障害高齢課 282・1111(内線6753)  
日時 2月14日、3月1日

### 認知症の介護講座と相談会

認知症の家族の介護について一人で悩まず、気になることを相談してみませんか。  
日時 2月23日 午後1時半~4時  
会場 若林区役所3階  
内容 「各種サービスを利用してみよう」と題する講話 講師 「家族の会」世話人 直接会場へ  
問若林区障害高齢課 282・1111(内線6744)

