

# 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

■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

### 杜の都スマホ相談室

スマートフォンの操作に関する相談窓口を開設しています。  
●日時 2月18日(水)～3月11日(水) 毎週水曜日午後1時～2時、3時(各45分程度) ●会場 若林区役所1階 ●定員 各回1人(先着) ●料金 プランやスマートフォン以外の機器操作を伴う相談、データ移行などは対象外 ●何度でも利用可 ●詳しくは市ホームページをご覧ください

### 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。  
●日時 3月9日(月)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7年8月生まれの乳児と保護者10組(先着) ●持ち物 母子健康手帳・子育てサポートブック「たのしねっ」と・バスタオル  
申2月18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

#### 麻しん(はしか)・風しんの予防接種

対象の幼児は、登録医療機関で早めに接種を受けてください。

時期	対象
第1期	1歳歳の誕生日の前日から2歳の誕生日の前日まで
第2期	令和8年4月小学校入学予定(平成31年4月2日)令和2年4月1日生まれの幼児

#### 接種時期

●第1期 接種時期に達したら速やかに(第2期)3月31日までに  
●予防接種登録医療機関で受けられます(予約が必要な場合があります)  
●事前に医療機関にご確認ください  
●母子健康手帳と母子健康手帳別冊に記入されている予防接種予診票を記入してお持ちください  
●接種時期を過ぎると任意の予防接種となります  
●全額自己負担となります  
●若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6776)

#### エイズ・梅毒検査

●日時 3月11日(水)午前9時半～11時 ●会場 若林区役所3階 ●予約制 ●検査は匿名で

#### 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」を若林区文化センター1階ロビーで展示・販売します。

日時	主な展示販売品目
2/28(土)	冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯
2/21(土)	串団子・つつみ揚げ
2/20(金)	ハンバーグ・炊き込みご飯
2/7(土)	串団子・つつみ揚げ
2/6(金)	パン・焼き菓子・弁当・アフタセサリ

申2月6日午前9時半から電話で(株)リゾルゼ札幌本社予約窓口 ☎011・211・6128 (平日午前9時半～午後5時) 問まちづくり政策局 まちのデジタル推進課 ☎214・8636

若林区のお知らせ①

若林区のお知らせ②

受けられます ●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 ●電話相談は随時行っています  
申検査の2週間前から前日午後4時まで電話で。区ホームページからも申し込みます  
申・問若林区保健福祉センター管理課 ☎282・1111 (内線6728) 詳細・申込

### ママ＆パパの相談室

こどもや保護者の心身の不調やストレスについて、児童精神科医や臨床心理士が相談に応じます。  
●日時 2月9日(月)午後1時～4時 ●会場 若林区役所3階 ●対象 18歳未満のこどもと保護者 ●予約制 申若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6673)

### NIJUN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相談に応じます。秘密は厳守します。  
●日時 2月12日(水)、3月5日(木)午後1時半～4時半、2月17日(木)午後1時半～4時半

### 親子すくすく相談会

こどもの成長や発達、育児中の悩みや不安、困りごとなどについて相談に応じます。  
●日時 2月13日(金)午前9時半～(1組15分程度)受け付けは午前10時半まで ●会場 七郷保健センター ●対象 妊婦、乳幼児と保護者 ●担当 保健師・栄養士・歯科衛生士 ●持ち物 母子健康手帳 ●直接会場へ  
問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6672)

### 認知症家族交流会

認知症の方の介護について一人で悩んでいませんか。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。  
●日時 2月16日(月)午後1時半～3時 ●会場 若林区役所3階 ●内容 座談会 ●対象 認知症の方を介護している家族 ●直接会場へ  
問若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6734)

### 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。  
●日時 2月24日(火)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6785)

### 精神保健家族教室

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 2月9日(月)午後1時半～3時半 ●会場 若林区役所3階 ●内容 座談会 ●参加を希望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)

### 禁煙チャレンジー募

たばこをやめたい方、禁煙してみませんか。あなたに合った効果的な禁煙方法を一緒に考え、個別にサポートします。  
●日時 2月24日(火)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6785)

### 虐待かも?と思ったら

児童相談所虐待対応ダイヤル「189」(通話料無料。24時間・年中無休)または若林区家庭健康課へご連絡ください  
問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6767)

### 体罰によらない子育てを広げよう

近年、全国的に児童虐待の相談件数が増加しており、こどもの命が失われる痛ましい事件も起きています。体罰などによらない子育てを推進するため、社会全体で取り組んでいきましょう。  
■こんなことをしていませんか?  
・何度も言葉で注意したが言うことを聞かないので、頭をたたいた  
・いたづらをしたので、長時間正座をさせた  
・宿題をしなかったので、夕食を与えなかった  
⇒全て体罰です!  
■一人で悩まずご相談ください  
子育てには不安がつきものです。一人で抱え込まず相談窓口や一時預かりなどを上手に活用しましょう。

支援内容	
家庭健康課での窓口相談	子育てや妊娠・出産に関する悩みに対して、保健師や家庭相談員が相談に応じます
育児ヘルプサービス	妊娠中や出産後、体調不良などで家事・育児が難しい場合に、育児ヘルパーが自宅に伺い、生活のお手伝いをします
保育所などやのびすくの一時的預かり	保護者の就労や、リフレッシュなどのために、一時的にこどもを預けることができます(申し込みは直接施設へ)

※詳しい内容や、その他の支援内容などは、市ホームページをご覧ください

問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6767)

### 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  
「ゲートキーパー」は、悩んでいる人に気づき、声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、温かく見守る人のことを言います。  
身近な方のサインに気づき、抱えている悩みに耳を傾けるといった対応を取ることで、悩んでいる方を孤立させずに精神的なつらさを和らげることにつながります。解決できない問題については、抱え込まず専門家への相談につなげましょう。  
■ゲートキーパーの役割  
「気付く」身の回りの変化に気付いて声をかける  
「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」声をかけながら、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  
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。  
●日時 3月2日(月)～3月12日(木)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6802)

## 令和8年度若林区まちづくり活動助成事業の計画説明会

●日時 3月7日(土)午前9時～正午  
 ●会場 若林区役所4階  
 ●内容 応募団体による企画内容の説明と、若林区区民協働まちづくり事業評価委員会のヒアリングの様子をご覧いただけます  
 ●直接会場へ  
 問 若林区まちづくり推進課 ☎282・1111 (内線6137)

## 移動図書館巡回日程

2/6(金)・20(金)		2/25(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	荒井東市宮住宅西側入口	沖野市民センター	六郷市民センター		

●雨天時などは中止の場合あり  
 問 市民図書館 ☎261・1585

## わかばやしスマイルあつぽ運動教室

●日時 3月4日(水)午後1時半～2時半  
 ●会場 白萩町集会所(白萩町10-13)  
 ●内容 ストレッチ、筋力トレーニング、

## 若林図書館の催し

◆おはなし会  
 ●日時 2月11日～3月4日の毎週水曜日15:30～16:00  
 ●会場 若林図書館1階おはなしのへや  
 ●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15日(日)13:30～14:55  
 ●会場 若林図書館2階視聴覚室  
 ●上映作品 「周遊する蒸気船」  
 ●定員 30人 [先着]  
 ●直接会場へ

◆農業連携事業「身近な有毒植物のおはなし」  
 ●日時 2月21日(土)13:30～15:00  
 ●会場 若林区中央市民センター2階セミナー室  
 ●内容 毒にも薬にもなる有毒植物についてお話しします  
 ●講師 日本薬史学会会長、日本薬科大学客員教授・船山信次氏  
 ●対象 小学5年生以上80人 [先着]  
 申 2月6日午前9時半から電話または直接若林図書館へ

◆読書サロン 地域再発見一みやぎの魅力に出会う  
 ●日時 2月23日(例)13:30～15:30  
 ●会場 若林図書館2階視聴覚室  
 ●内容 地域の様子や松尾芭蕉「おくのほそ道」についての紹介と、参加者を交えたフリートーク  
 ●ゲスト 仙台市社会福祉協議会若林区事務所長・佐藤博信氏  
 ●対象 中学生以上20人 [先着]  
 申 2月6日午前9時半から電話または直接若林図書館へ

◆絵本とわらべうた  
 ●日時 2月25日(水)11:00～11:30  
 ●会場 のびすく若林  
 ●内容 乳幼児向け絵本の読み聞かせ、わらべ歌、手遊びなど  
 ●対象 未就学児と保護者  
 ●直接会場へ



◆赤ちゃんおはなし会  
 ●日時 3月4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  
 ●直接会場へ

申・問 若林図書館 ☎282・1175

## 若林体育館の催し

リズム体操など、椅子に座ってできる運動  
 ●対象 市内に住まいか通勤・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) 10人  
 [先着]  
 ●持ち物 タオル・飲み物  
 申 2月6日午前9時から電話またはファクス、Eメール(教室名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号、付き添いの有無と人数を記入)で。直接健康増進センターも可  
 申・問 健康増進センター ☎374・6661、FAX 374・6664、Eメール shpc-oubo@road.ocn.ne.jp

シニア健康エクササイズ  
 ●日時 2月10日、3月3日の毎週火曜日午後1時15分～2時半  
 ●対象 60歳以上の方各50人程度 [先着]  
 ●費用 各400円  
 ミニテニス道場  
 ●日時 2月10日、3月3日の毎週火曜日午後1時半～4時半  
 ●対象 高校生以上各50人程度 [先着]  
 ●費用 各400円  
 ※いずれも●持ち物 室内用運



動靴・タオル・飲み物 ●直接会場へ  
 問 若林体育館 ☎236・0011

## オモシロ街あるき

日時	内容等	定員
2/22(日) 10:00～11:30	若林区周辺の話(座学) ●会場 若林区中央市民センター別棟3階 ●講師 郷土史家・森雅美氏 ●持ち物 筆記用具	各20人 [先着]
2/8(日) 13:30～15:30	●集合/解散 地下鉄連坊駅改札口/地下鉄長町一丁目駅 ●持ち物 筆記用具・飲み物・雨具・帽子・防寒具	各20人 [先着]

## 里親制度広域説明会

日時 2月14日(土)午後1時半～4時  
 ●会場 中田市民センター  
 ●対象 里親制度について知りたい方、里親登録を考えている方/直接会場へ/問みやぎ里親支援センター/けやき ☎718・1031