

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 5月18日(月)午後1時半～3時半
●会場 若林区役所3階
●内容 「精神疾患のある家族の今後のためにできること」と題した講話と座談会
●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)



HIV検査普及週間

6月1日～7日のHIV検査普及週間に合わせ、パネル展を行います。HIV感染症は、予防、早期発見、早期治療が大切です。この機会にHIV・エイズの正しい知識を深めてみませんか。

●日時 5月25日(月)～6月5日(金)午前8時半～午後5時(最終日は午後4時まで) ●会場 若林区役所1階ロビー
●問若林区保健福祉センター管理課 ☎282・1111 (内線6728)

わかばやしふれあい朝市

地元の生産者が新鮮な野菜などを直接販売します。

●日時 5月9日(土)・23日(出) 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
●問若林区まちづくり推進課 ☎282・1111 (内線6138)



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

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 6月8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11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 5月20日午前9時から区ホームページで
●問若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6783)



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 5月22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 ●持ち物 母子健康手帳 ●直接会場へ



ママのママの相談室

こどもや保護者の心身面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 5月18日(月)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 ●予約制
●申若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6673)

ムシナシ月間パネル展

6月4日～7月4日は「ムシナシ月間」です。蚊やハチなど衛生害虫の特徴や対処法を解説するパネルや、4コマ漫画などを展示します。

●期間 6月1日(月)～5日(金) ●会場 若林区役所1階ロビー
●問若林区衛生課 ☎282・1111 (内線6725)



ママの健康相談

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

地域の方で育む魅力あるまちへ

若林区では、地域の魅力を育て、多様な協働を通じて新しい変化を生み出すまちを目指し、その実現に向けた取り組みを本年度も進めています。

東部沿岸の海浜エリアでは、周遊促進イベントや海辺のライオンアップイベントを実施するとともに、貞山運河での小型船運航実証実験やカヤック・ボート体験会などエリア特有の魅力を生かした取り組みを進めます。また、多様な主体と連携・協働した防災イベントの開催やエリアの魅力発信などにより、持続的なにぎわい創出を目指してまいります。

また、東北学院大学との連携



若林区長 高橋 洋子

が相談に応じます。秘密は厳守します。

●日時 5月19日(火)、6月2日(火)午前9時～正午、5月28日(木)午後1時半～4時半 ●会場 若林区役所 ●予約制
●申若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6733)

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 5月22日(金)午後1時半～3時 ●会場 若林区役所3階 ●内容 認知症の人と家族の会による「介護者からの体験談」と題した講話と座談会 ●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6731)

協力に関する協定に基づき、地域との交流を通じた学生のフィールドワークや、町内会・商店街と協働した企画づくりなど、地域課題の解決やにぎわいづくりに向けた取り組みを推進しています。

区役所庁舎の大規模改修工事は本年9月末に完了予定であり、来庁される皆さまにとって快適で利用しやすい施設となるよう整備を進めています。工事期間中はご不便をおかけしますが、引き続きご理解とご協力をお願いいたします。

世界禁煙デー・禁煙週間

5月31日は「世界禁煙デー」、5月31日から6月6日までは「禁煙週間」です。

たばこの煙には、依存症の原因となるニコチンのほか、タールや一酸化炭素、ヒ素やカドミウムなど、200種類以上の有害物質が含まれ、喫煙により、がんや心臓病、脳卒中、歯周病、胃潰瘍などのリスクが高まります。特に最近では、慢性気管支炎や肺気腫などの慢性閉塞性肺疾患(COPD)との関連が指摘されています。この機会に、たばここと健康について考えてみましょう。



禁煙のポイント

- 禁煙開始日を設定しよう
- たばこを捨てるなど、禁煙に適した環境を整えよう
- 吸いたくなってきたときの対処法を考えよう(冷水を飲む、歯を磨くなど)
- 禁煙外来を活用しよう

世界禁煙デー・禁煙週間パネル展示

たばこが健康に与える影響や、禁煙などに関するパネル展示を行うほか、リーフレットを配布します。

●期間 5月18日(月)～29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6786)

若林体育館の催し

教室名(対象)	日時	定員	費用
① シニア健康エクササイズ(60歳以上)	5/12・19・26 各火曜日 13:15～14:30	各50人程度(先着)	各400円
② ミニテニス道場(高校生以上)	5/12・19・26 各火曜日 13:30～16:30	各50人程度(先着)	各400円
③ おやこすぽーつ(未就学児と保護者)	5/23(出) 9:30～11:45	50組程度(先着)	保護者400円(未就学児は無料)
④ 背骨整えヨガ(一般)	6/4～7/30の木曜日(全8回、6/25を除く) 18:40～19:40、19:50～20:50	各12人(先着)	各6,000円
⑤ 朝ヨガ(一般)	6/26～9/11の金曜日(全8回、7/3・24、8/14、9/4を除く) 9:20～10:20、10:30～11:30	各12人(先着)	各6,000円
⑥ バドミントン金曜(一般)	6/26、7/10・17・31、8/28、9/11・25、10/2 各金曜日(全8回) 10:00～12:00	30人(先着)	8,000円

●持ち物=タオル・飲み物、①～③⑥は室内用運動靴も
●①～③直接会場へ
④～⑥の申 ④5月14日 ⑤⑥5月29日9:00から直接施設へ。若林体育館ホームページからも申し込みます



申・問若林体育館 ☎236・0011

移動図書館巡回日程

5/15(金)・29(金)		5/20(水)、6/3(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

若林図書館の催し

赤ちゃんおはなし会

●日時 5月6日(振休)、6月3日(水)①午前10時20分~10時50分②午前11時~11時半



●会場 若林図書館2階視聴覚室
●内容 絵本、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
おはなし会

●日時 5月6日・20日・27日、6月3日各水曜日午後3時半~

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
5/7(木)	パン・焼き菓子・弁当・アクセサリ・エコケース・巾着
5/12(水)	野菜・焼き菓子・焼き芋
5/13(水)	シューマイ・陶芸品・アクセサリ
5/14(木)	焼き菓子・乾燥野菜・手芸品・パン・乾燥糸こんにゃく・ジャム
5/19(水)	パン・焼き菓子・インテリア雑貨・キャンドル・アクリルたわし
5/20(水)	パン・焼き菓子・コースター・ジャム・ガーゼハンカチ
5/21(木)	焼き菓子・ドリップコーヒー・刺しゅう小物・アクセサリ・ストラップ・ネイルチップ
5/26(水)	焼き菓子・乾燥野菜・ドライフルーツ・バッグ・アクセサリ
5/27(水)	パン・乾燥糸こんにゃく・手拭い・せんべい
5/28(水)	野菜・アクセサリ・冷凍ハンバーグ・ハンバーガー
6/2(水)	パン・焼き菓子・アクセサリ・野菜・布製品・切り花
6/3(水)	パン・焼き菓子・クラフト籠・コースター・豆腐・厚揚げ
6/4(木)	焼き菓子・乾燥野菜・手芸品・エコケース・巾着

◆若林区文化センター 1階

日時	主な展示販売品目
5/8(金)	パン・焼き菓子・弁当・アクセサリ
5/9(土)	串団子・つつみ揚げ
5/15(金)	パン・焼き菓子・弁当・アクセサリ・冷凍ハンバーグ・ハンバーガー
5/22(金)	パン・焼き菓子・弁当・アクセサリ・シフォンケーキ
5/23(土)	串団子・つつみ揚げ・冷凍ハンバーグ・炊き込みご飯
5/29(金)	アロマキャンドル・ビーズアクセサリ・冷凍ハンバーグ・ハンバーガー
5/30(土)	串団子・つつみ揚げ
6/5(金)	パン・焼き菓子・弁当・アクセサリ・冷凍ハンバーグ・ハンバーガー

●参加施設など詳しくは、市ホームページでご覧いただけます

問健康福祉局障害企画課 ☎214・8151



詳細

4時 ●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

春のかくだいおはなし会

●日時 5月13日(水)午後3時15分~4時 ●会場 若林図書館2階視聴覚室 ●対象 幼児、小学校低学年の児童と保護者
映画上映会

●日時 5月17日(日)午後1時半~3時 ●会場 若林図書館2階視聴覚室 ●上映作品 「アツカマ氏とオヤカマ氏」 ●定員 30人(先着)

●日時 5月27日(水)午前11時~11時半 ●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

ヤギさんおはなし会

●日時 5月28日(木)午前10時半~10時50分、11時~11時20分 ●会場 新寺小路緑道(新寺こみち市会場内) ●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

※いずれも直接会場へ
問若林図書館 ☎282・1175

る相談窓口を開設しています。

社の都スマホ相談室

スマートフォンに関する相談窓口を開設しています。

●日時 5月13日~6月10日の毎週水曜日午後1時~1時50分、2時40分、3時半(各40分程度) ●会場 若林区役所1階 ●定員 各回1組(3人まで)「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

申5月7日午前9時から電話で(株)コネクトコールセンター ☎050・5846・1443(電話口で受け付け番号212をお伝えください。平日午前9時~午後6時)

問まちづくり政策局
まちのデジタル推進課 ☎214・8636

三情報

仙台いのちの電話 ボランティア相談員養成講座
期間 7月~令和9年9月/対象 20歳以上の方30人程度(選考)。他にも要件あり/応募期限 5月12日(火)/費用 4万5千円/内容や申し込み方法など詳しくはホームページ/https://sendai-inochi.jp/をご覧ください/問社会福祉法人仙台いのちの電話 ☎718・4401

詳細 申込

電話 ☎718・4401



詳細