

# わかばやし

WAKABAYASHI

若林区のお知らせ

## 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

**お知らせの内容は、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、中止や延期となる場合があります。また、8月号以前に掲載した内容についても、中止や延期となっている場合があります。必ず事前に、各問い合わせ先にご確認ください。**  
また催し等に参加する際は、マスクを着用するなど感染防止にご協力ください。

## 保健・福祉

### こころの健康相談

気持ちが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 9月10日(木)・16日(水)・23日(水)午後1時半～4時半  
●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6733)

## 禁煙チャレンジ集

たばこをやめたい方、禁煙に挑戦してみませんか。効果的に禁煙ができるように、自分の体に合った方法を一緒に考え、個別にサポートします。禁煙のきっかけがつかめない方、何度もつまずいて諦めている方など、お気軽にご相談ください。



●日時 9月10日(木)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6802)

## 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 9月10日(木)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6801)

## 子どものこころの相談

最近の子どもの様子で気になることはありませんか。子ども

## 母子の健康相談・育児相談

子どもの成長や発達、育児の悩みや不安などについて、個別に相談に応じます。妊娠中の方も相談することができます。

日時	会場	担当
9/25(金)	若林区役所3階	保健師・栄養士・歯科衛生士
9/11(金)	六郷保健センター	保健師・栄養士・歯科衛生士・保育士・相談員
9/8(水)	七郷保健センター	保健師・栄養士・歯科衛生士

## 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。詳しくはお問い合わせください。  
●日時 9月14日(月)午後1時半～3時半 ●会場 若林区役所3階 ●直接会場へ ●初めて参加する方は事前にお申し込みください

## 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。子どもと一緒に参加ください。  
●日時 10月12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2年3月生まれの乳児と保護者13組(先着)



## 健康づくり講座「健診結果の活(ら)かし方」

健康診断の結果を生活習慣病の予防に生かすための、医師による講座を開催します。  
●日時 10月15日(木)午後2時～3時 ●会場 若林区役所3階 ●定員 20人(先着) ●講師 若林区内科クリニック院長・加納隆輔氏  
申9月15日午前9時から電話で若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6801)

## 若林の点描

### 地下鉄東西線荒井車両基地

地下鉄荒井駅の東側、発展する荒井の街と東部道路の間に、広さ約62,100㎡(楽天生命パーク宮城約2.5個分)の荒井車両基地があります。基地では、車両の屋根と電線をつなぐパンタグラフやエアコンの室外機、床下のリニアモーターなどの検査や、ドアの開閉・車内案内表示の動作確認などを行っています。検査は目視だけではなく、エア漏れや異音がないか、耳や鼻なども使って行われます。



▲車両の自動洗浄機。洗浄の仕上げに逆浸透膜水(RO水)を使い窓ガラスの白濁防止をしています。イベントで子どもたちを乗せて通過するのが人気です

▼パンタグラフの点検中。車両正面にある伊達政宗公のかぶとの前立てをイメージした三日月形の部分は、15編成中1編成だけ金色になっています



## 結核から身を守りましょう

9月24日～30日は「結核予防週間」です。結核は過去の病気ではありません。日本では今でも1日に43人の患者が発生し、6人が死亡する重大な感染症です。正しい知識と予防方法を身につけて、結核から身を守りましょう。

## 健康増進普及月間・食生活改善普及運動・自殺予防週間パネル展

生活習慣病の予防に役立つ食生活や運動、禁煙、心の健康などについてのパネル展示を行います。  
●日時 9月8日(火)～16日(水)午前8時半～午後5時(16日は午後3時まで) ●会場 若林区役所1階ロビー  
申若林区家庭健康課 ☎282・1111 (内線6802)

## 精神障害のある方の小集団活動「四つ葉会」

参加者の希望をもとに、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合い出掛けたりしてみませんか。詳しくはお問い合わせください。  
●対象 精神障害のある方 ●初めて参加する方は事前にご連絡ください  
申若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6733)

## 敬老乗車証の令和2年度分チャージの受け付けを開始します

受付日時(閉庁日を除く)	会場	
10/1(木)～	8:30～17:00	若林区役所1階 障害高齢課

●対象 敬老乗車証お持ちの方 ●チャージ(入金)と残額確認は、お住まいの区以外の会場でも手続きできます ●乗車証の新規発行・払い戻し・紛失等による再発行は、お住まいの区で手続きを行ってください ●10月初旬は混雑が予想されるため、お急ぎでない方は10月中旬以降に手続きを行ってください

### ■お持ちいただくもの

(1)現在お使いの敬老乗車証(ICカード)  
※本人以外の方が手続きする場合は、本人の署名・押印のある「委任状」と代理の方の身分証明書(健康保険証等)が必要です

### (2)希望するチャージ額に対する負担金

負担金	チャージ額上限
1,000円分のチャージに対して100円(または介護保険料所得段階に応じて50円)	年間最大12万円分まで

◆9月末までにチャージして使い切れなかった残額は、10月以降も自動で繰り越されます。繰り越しの手続きは不要です

申若林区障害高齢課 ☎282・1111 (内線6743)

# 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 9月8日・15日・29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た体操など
- 対象 60歳以上の方50人(先着)
- 費用 各400円
- 持ち物 屋内用運動靴・タオル
- 直接会場へ
- ミニテニス道場
- 日時 9月8日・15日・29日
- 各火曜日午後1時半～4時半
- 対象 一般50人(先着)
- 費用 各400円
- 持ち物 屋内用運動靴・タオル
- 直接会場へ

### バドミントン

- 日時 9月16日～11月4日の毎週水曜日(全8回) 午前10時～正午
- 内容 レベルごとのクラスに分かれて練習します
- 対象 一般50人(先着)
- 費用 5千円

申9月9日午後0時15分から直接窓口へ

### おやこすぽーつ

- 日時 9月18日(金)午前9時半～11時45分
- 内容 トランポリンやマット、遊具を使用した遊びや、音楽に合わせた体操・ダンスなど
- 対象 未就学児

## 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
9/8(火)	キルト椅子・お手玉・パン・クッキー
9/9(水)	マフラーショール・ストラップ・ポストカード
9/10(木)	野菜・ブックカバー・クッキー・パン・雑貨
9/15(火)	七タストラップ・小物入れ・パン・クッキー
9/16(水)	アクセサリ―・野菜・米粉パン・エコバッグ
9/17(木)	11:00～14:00 アクリルたわし・野菜・ブックカバー
9/23(水)	フラワーアレンジメント・パン・クッキー
9/24(木)	野菜・ブックカバー・くるみボタン・バッグ
9/29(火)	メッセージカード・コースター・クッキー
9/30(水)	アクセサリ―・野菜・米粉パン・エコバッグ
10/1(木)	総菜・野菜・デザート・お菓子・ブックカバー

### ◆若林区文化センター 1階

日時	主な展示販売品目
9/6(日)	パン・焼き菓子
9/11(金)	弁当・お菓子・豆腐・総菜・デザート・和雑貨
9/18(金)	マラーカオ・ヤーコン茶・お菓子・総菜
9/25(金)	11:00～14:00 和雑貨・おにぎり・お菓子・総菜・デザート
9/27(日)	パン・焼き菓子
10/2(金)	お菓子・総菜・デザート・和雑貨・おにぎり
10/4(日)	パン・焼き菓子

●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

若林区のお知らせ③

## 次回選挙時の投票所変更のお知らせ

次回の選挙から、これまで蒲町小学校・七郷小学校で投票していた方は、投票所が蒲町小学校・七郷小学校・荒井小学校の学区ごとに変更となります。詳

と保護者20組(先着)  
●費用 保護者400円、未就学児無料  
●持ち物 屋内用運動靴  
●直接会場へ  
※いずれも申・問若林体育館 ☎236・0011



## 六郷堀・七郷堀の非かんがい期の通水が始まります

景観の改善や悪臭の防止などを目的に、農業用水の利用がない非かんがい期の通水を始めます。  
●期間 9月11日(金)～令和3年4月24日(土)  
●広瀬川の流量低下や用水路の工事などにより通水を停止する場合があります

しくは、市ホームページをご覧ください  
ただ、選挙の際にお送りする入場券をお確かめください。  
問若林区選挙管理委員会事務局 ☎282・1111(内線6126)

## わかばやしふれあい朝市

●2月末から3月にかけて、堀の清掃のために通水を一時停止します  
問建設局河川課 ☎214・8327  
●日時 9月12日(土)・26日(土) 午前6時～8時  
●会場 若林区役所南側駐車場  
問若林区まちづくり推進課 ☎282・1111(内線6138)



## 移動図書館巡回日程

9/18(金)、10/2(金)		9/30(水)		日時	巡回場所
10:40～11:10	10:00～10:30	10:40～11:10	10:00～10:30		
六丁の目黒町公園	荒井東市宮住宅	六郷市民センター	沖野六丁目館南3号公園		

●雨天時等は中止の場合有り  
問市民図書館 ☎261・1585