

歴史民俗資料館の催し

特別展「仙台・昔と今のくらし」
●期間 平成29年4月16日(日)まで
●日時 12月17日(出)午前11時～午後2時、●直接会場へ
講座「昔の日常の食事について」
●日時 12月25日(日)午前11時～11時半、午後2時～2時半
●直接会場へ
冬休みクイズラリー
展示に関する小・中学生クイズに正解すると、景品が当たります。
●期間 12月23日(祝)～1月9日(祝)
季節展示「仙台の正月」
●期間 1月5日(木)～31日(火)
●内容 写真やレプリカを使って、仙台地方独特の正月行事を紹介いたします
※いずれも問歴史民俗資料館 ☎295・3956

12月6日午前9時から電話で
※いずれも申・問野草園 ☎222・2324
七北田公園都市緑化ホールの催し
クリスマスフラワー展
●期間 12月10日(土)～25日(日)
市民園芸講座

写真展「賢治が書いた生き物たち」
●期間 12月3日(出)～27日(火)
●内容 宮沢賢治の童話に登場する生き物の写真を展示します
松ぼっくりでツリー飾り
●日時 12月14日(水)・17日(土)午前10時～正午 ●定員 各20人
〔先着〕 ●持ち物 ぼっくりはさみ 申

野草園の催し

⑥12/25日 10:00～12:00、13:30～15:30
⑤12/23(祝) 10:00～12:00
④12/18日 10:00～12:00
③12/16(金) 10:00～12:00
②12/11(日) 10:00～11:30
①12/10(土) 10:00～11:30

日時	内容等	費用	対象
⑥12/25日 10:00～12:00、13:30～15:30	親子教室「木のてまり作り」 ●日時 12月25日(日)午前10時～12時 ●内容 親子で木のてまり作り。お楽しみ会も行う。	各1,000円	親子10組(先着)
⑤12/23(祝) 10:00～12:00	冬休みの楽しみ ●日時 12月23日(祝)午前10時～12時 ●内容 冬休みの楽しみをテーマにしたクイズラリー。	100円	20人(先着)
④12/18日 10:00～12:00	お楽しみ会 ●日時 12月18日(日)午前10時～12時 ●内容 お楽しみ会。	各500円	親子10組(先着)
③12/16(金) 10:00～12:00	冬休みの楽しみ ●日時 12月16日(金)午前10時～12時 ●内容 冬休みの楽しみをテーマにしたクイズラリー。	100円	20人(先着)
②12/11(日) 10:00～11:30	冬休みの楽しみ ●日時 12月11日(日)午前10時～11時半 ●内容 冬休みの楽しみをテーマにしたクイズラリー。	100円	10人(先着)
①12/10(土) 10:00～11:30	冬休みの楽しみ ●日時 12月10日(土)午前10時～11時半 ●内容 冬休みの楽しみをテーマにしたクイズラリー。	100円	30人(先着)

青葉の森緑地の催し

③1/8日 9:00～12:00
②12/18日 13:00～16:00
①12/11日 10:00～12:00

ミニ企画展「縄文人の精神生活」
●期間 12月18日(日)まで
●日時 12月18日(日)午後1時半～3時 ●内容 山形県立考古学博物館長・渋谷孝雄氏による講演「山形県出土の植物関連資料について」
●定員 100人〔先着〕
●直接会場へ
冬休み特別イベント「つくって縄文！」
●日時 1月7日(土)午前10時～正午、午後1時～3時 ●内容 大きな粉餅を作ります ●直接会場へ
週末体験講座「おもしろ縄文体験」
●日時 1月21日(土)午前10時～午後2時 ●内容 縄文時代の生活体験 ●対象 小学生以上20人(抽選)。小学生は保護者同伴 ●昼食持参 ●費用 200円程度 申往復はがき、アクセスまたはEメールに申込時間
●必要事項と学生は学年も記入して1月7日(必着)までに
※いずれも申・問縄文の森広場 ☎982-0815 太白区山田上ノ台町10-1 ☎307・5665、FAX 743・6771、Eメール nj-hiroba@cap.ocn.ne.jp

縄文の森広場の催し

早く来いこいお正月
●日時 12月18日(日)午前10時～午後3時 ●内容 ミニ門松としめ縄作り、餅つき ●定員 20人〔先着〕 ●費用 2千円(昼食付き) 申12月6日午前10時から電話で
七草粥を食べよう
●日時 1月7日(土)午前11時半～午後1時半 ●なくなり次第終了 ●直接会場へ
※いずれも申・問大倉ふるさとセンター ☎391・2060

市民センターの講座・催しガイド
●はがき等による申し込みは「講座名、住所、氏名(親子、家族参加の場合は全員分)、年齢(小・中学生は学校名、学年)、電話番号、ファクス番号」を記入
●連続で開催される講座
※市政だよりに掲載している講座のほかにも、市民センターではさまざまな講座・催しを企画しています。各市民センターでお配りしている市民センター事業ガイドや、ホームページ(http://www.sendai-shimincen.jp/)をご覧ください

センター名	講座名	内容	対象・定員	日時	費用	申込方法	
青葉区	折立市民センター ☎226・1226、FAX226・2660 〒982-0261 折立3-20-1	世界のおいしいところ発見!	ちよっぴり早いクリスマスコンサートです	どなたでも	12/10(土) 14:00～15:00	無料	不要 直接会場へ
	旭ヶ丘市民センター ☎271・4729、FAX271・7984 〒981-0904 旭ヶ丘3-25-15	ホテルの里サポーター支援講座・ホテル文学講演会	和歌に詠まれ、昔から親しまれてきたホテルを題材にした文学講話	どなたでも・100人(先着)	1/14(土) 10:30～12:00	無料	不要 直接会場へ
宮城野区	田子市民センター ☎254・2721、FAX254・2722 〒983-0021 田子2-4-25	季節のハーモニー 田子で出会える素敵なコンサート	地元合唱団や宮城教育大学の吹奏楽部によるコンサート	どなたでも	12/18(日) 14:00～15:30	無料	不要 直接会場へ
若林区	若林区中央市民センター ☎282・1173、FAX282・1180 〒984-0827 南小泉1-1-1	まなびごっこ「映画上映会」	ビッグバンドのリーダーの半生を描く「グレンミラー物語」の上映	どなたでも・96人(先着)	12/16(金) 13:30～15:30	無料	不要 直接会場へ
太白区	八木山市民センター ☎228・1190、FAX228・1689 〒982-0801 八木山本町1-43	地域防災シンポジウムin八木山	地域の小・中学生から大人まで、みんなで防災について話します	どなたでも	12/10(土) 10:00～12:00	無料	不要 直接会場へ
	東中田市民センター ☎242・1185、FAX242・7053 〒981-1101 四郎丸字吹上51	みんなのコンサート	圭玉会の皆さんによる民謡のコンサートです	どなたでも	12/10(土) 14:00～15:00	無料	不要 直接会場へ
泉区	松森市民センター ☎776・9510、FAX776・9512 〒981-3111 松森字城前9-2	PWOクリスマスコンサート	フィルハーモニアウインドオーケストラの演奏をお楽しみください	どなたでも	12/18(日) 14:00～15:00	無料	不要 直接会場へ

健康増進センターの催し

①シニアステップアップ運動教室
●日時 12月22日までの毎週木曜日(ア)9:30～10:30(イ)10:30～11:30(ウ)11:20～12:20 ●内容 健康づくりや介護予防のための運動実技 ●対象 市内にお住まいかお勤めのおおむね60歳以上の運動可能な方(ア)各40人(イ)各25人(ウ)各25人〔いずれも先着〕 ●費用 各510円 ●持ち物 運動着・運動靴・飲み物・タオル ●直接会場へ ●整理券は当日午前8時45分から2階事務室で配布。受け付けは各開始時刻の30分前から10分前まで。同日は1人1回の参加に限ります

日時	コース名/内容	費用
1/17～3/7の毎週火曜日(全8回)	(ア)基本/安全・効果的な運動と、実践の基本を学びます (イ)中級/運動に慣れた方のために、総合的な運動をしっかりと行います	各4,080円

●対象 市内にお住まいかお勤めの65歳以上の運動可能な方各25人〔抽選〕
③いずみ楽しく運動教室
●日時 1月20日～3月10日の毎週金曜日(全8回) 10:00～12:00 ●内容 介護予防のための運動実技と健康講話 ●対象 市内にお住まいかお勤めの体力に自信のない65歳以上の方20人〔抽選〕 ●費用 4,080円
④お手軽・とる塩チェック
●日時 1月21日(土)13:00～13:50 ●内容 身体測定、採尿を行い、約24時間の食塩推定摂取量を調べます(結果表は後日郵送) ●対象 市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方30人〔先着〕 ●費用 500円

※②③④の申②③はがき、ファクスまたはEメールに申込時の必要事項と年齢、②は希望コース名も記入して12月17日(必着)までに。直接施設も可④12月21日10:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と年齢を記入)で。直接施設も可

申・問健康増進センター 〒981-3133 泉区泉中央2-24-1 ☎374・6661、FAX374・6664、Eメール shpc-oubo@road.ocn.ne.jp

仙台市健康福祉事業団の催し

(1)楽しく運動教室
●日時 1月12日～3月9日の毎週木曜日(2/23を除く。全8回) 13:30～15:30 ●対象 市内にお住まいかお勤めの運動可能で体力に自信がない65歳以上の方25人〔抽選〕 ●費用 4,080円

期日(各全8回)	コース名/開始時刻(各90分)					
1/16～3/6の毎週月曜日	①バランスアップ/9:30	②元気あっぷ基本/11:15				
1/11～3/8の毎週水曜日(2/22を除く)	③フリートレーニング/9:15	④にこ笑い/11:00	⑤元気あっぷ基本/12:45	⑥もっと筋力づくり/14:30		
1/13～3/10の毎週金曜日(2/24を除く)	⑦元気あっぷ中級/9:15	⑧元気あっぷ基本/11:00	⑨リズムDE筋トレ/12:45	⑩もっと筋力づくり/14:30		

●内容 介護予防のための運動実技と健康講話 ●対象 市内にお住まいかお勤めの運動可能な65歳以上の方各33人〔抽選〕 ●費用 各4,080円

講座名	日時	内容等	定員
働く方の介護入門講座	1/21(土) 13:30～15:30	認知症を正しく理解し、認知症の人を地域で支えよう(認知症サポーター養成講座を兼ねます。テキスト代103円)	30人(先着)
テーマ別介護講座	1/26(木) 10:00～12:00	高齢者の安心で自立を支援する住まいづくりの工夫(希望者のみテキスト代1,000円)	40人(先着)

※いずれも●会場 シルバーセンター 申(1)(2)はがきまたはファクスに申込時の必要事項と年齢、(2)は希望コース名も記入して12月15日(必着)までに(3)12月6日9:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と講座名を記入)で

申・問仙台市健康福祉事業団 〒980-0013 青葉区花京院1-3-2(1)(2) ☎215・3194、FAX215・3225(3) ☎215・3711、FAX215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com