

歴史ネットイベント「仙台の伝統門松展示」

江戸時代に仙台城や仙台北下で飾られた伝統的な門松を、下記の会場（「仙台歴史ミュージアムネットワーク」参加施設等）で展示します。

会場	期間
歴史民俗資料館	12月10日(出)～1月31日(火)
史跡陸奥国分寺・尼寺跡ガイダンス施設	12月20日(火)～1月13日(金)
地底の森ミュージアム	12月20日(火)～1月25日(水)
瑞鳳殿	12月21日(水)～1月14日(出)
仙台文学館	12月23日(金)～2月12日(日)
戦災復興記念館	12月28日(水)～1月10日(火)
縄文の森広場	1月5日(水)～25日(水)
宮城野図書館	1月5日(水)～25日(水)

歴史ネット事務局（博物館内）☎225・3074

大倉ふるさとセンター 〒989-3213青葉区大倉若林14-2 ☎391・2060、FAX391・2064

早くこいこいお正月

●日時＝12月18日(日)10:00～15:00 ●内容＝ミニ門松作りやしめ縄作りなど ●定員＝20人〔抽選〕 ●費用＝1,500円 申電話で12月10日までに

七草がゆお振る舞い

●日時＝1月7日(出)11:00～13:00 ●内容＝古民家で七草がゆを振る舞います ●無くなり次第終了

仙台文学館

〒981-0902青葉区北根2-7-1 ☎271・3020、FAX271・3044

■特別展「山内ジョージ 文字絵の世界」

●期間＝12月11日(日)まで ●観覧料＝一般810円、高校生460円、小・中学生230円

■新春ロビー展「100万人の年賀状展」作品募集

●募集部門＝①自由部門（心に残る本の題名やお薦めの1冊など、本にまつわる言葉や絵を自由に書き添えてお送りください）②テーマ部門（「仙台・宮城 わたしのお気に入り」の場所） ●1人1枚のみ。作品は返却しません 申はがきの表面に**申込時の必要事項**と部門名、裏面（この面を展示します）に作品とお住まいの区・氏名（ペンネーム可）を記入して1月5日（必着）までに

■トークイベント「仙台コレクションを語る」

1月21日から3月21日まで開催する写真展「仙台コレクション」の関連イベントとして、仙台の風景を21年にわたって撮影した活動を振り返り、写真にまつわるエピソードを紹介します。

●日時＝1月21日(出)13:30～15:00 ●定員＝60人〔先着〕 ●出演＝写真評論家・飯沢耕太郎氏、「仙台コレクション」参加メンバー ●写真展観覧券の半券が必要 申12月15日10:00から電話で

お知らせの見方は9ページ参照。ファクス番号が未掲載の場合は、広報課FAX211・1921へお問い合わせください

障害者健康指導教室

●日時＝1月18日(水)午前10時半～正午 ●会場＝福祉プラザ
●内容＝「免疫力をアップするにはどんなことをすればいいの？乳酸菌の話」と題した講話 ●対象＝市内にお住まいの障害のある方・難病の方15人（抽選）。付き添い可 ●持ち物＝飲み物・筆記用具 申市役所本庁舎1階市民のへや、仙台市障害者福祉協会などで配布する申込用紙で1月10日（必着）までに。電話での申し込みも可 ●申・問 仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294、FAX266・0292

ルバーセンター ☎215・3170、FAX215・4140、Eメールkoukyu@sandai-hw.or.jp
アルコール・薬物 家族ミーティング
●日時＝12月8日(水)・22日(水)午後2時～3時半 ●対象＝ご家族のアルコールや薬物の問題でお悩みの方 ●初めて参加する方のみ申し込みが必要 ●会場など詳しくはお問い合わせください 申区役所障害高齢課、総合支所保健福祉課（☎は9ページ） 問 精神保健福祉総合センター ☎265・2191

大人の未来学校「おうち時間で脳活ライフ―癒やしの塗り絵」
●日時＝1月14日(出)午前10時半～正午 ●会場＝シルバーセンタ― ●内容＝色鉛筆で塗り絵をきれいに塗る方法や配色のポイント等を学びます ●対象＝市内にお住まいのお勤めの30代～50代の方30人〔先着〕 ●費用＝500円 ●講師＝イラストレーター・さとうあけみ氏 ●持ち物＝色鉛筆（12色以上）・鉛筆削り・消しゴム・作品を持ち帰るためのクリアファイル 申12月6日午前10時から電話またはファクス、Eメール（**申込時**）で**必要事項**と年齢を記入）でシル

●会場＝シルバーセンター ●費用＝各500円 申12月6日午前9時から電話またはファクス、Eメール（**申込時の必要事項**と参加希望講座名、年齢を記入）でせんだい豊齢学園事務局（シルバーセンター内）☎215・3129、FAX215・4140、Eメールkigai@sandai-hw.or.jp

日時	講座名	講師名	対象
1/30(月) 13:30～15:00	学○仙◎ 降氏 東大 院 研究 北 古 科 大 代 教 学 史 授 大 学 ・永 東 ・小 北 院 大 学 文 学 林 文 学	宮城の古代史 部◎東北 教授：永田 ・英明氏	市内にお住まいのお勤めの50歳以上の方各50人〔先着〕

老人福祉センターの催し

市内にお住まいの60歳以上の方が対象です。催しの内容など詳しくは各センターへお問い合わせください

■台原老人福祉センター☎233・3901、FAX233・4248

催し名	日時	定員	受付
相続・遺言等行政書士相談会	12/21(水) 13:00～16:00(1人30分)	12人(先着)	12/7 10:00～

申電話で仙台ライフサポート☎090・1494・8106

■高砂老人福祉センター☎259・7860、FAX259・7882

催し名等	日時	定員	受付
ゆうゆうスマイルカフェ（認知症の理解を目的とした寸劇や健康体操等）	12/13(火) 13:30～15:00	15人(抽選)	12/10までに

申電話または直接施設へ

■大野田老人福祉センター☎・FAX247・1005

催し名	日時	定員	受付
フルーツとピアノで奏でるクリスマスコンサート	12/22(水) 10:30～11:30	60人(先着)	12/6 9:30～
相続対策を学ぼう！一住宅・車など大事な資産について	12/24(出) 13:30～15:00	60人(先着)	12/6 9:30～

申電話または直接施設へ

■郡山老人福祉センター☎308・5332、FAX308・5334

催し名	日時	定員	受付
終活講座「エンディングノートの書き方」	12/13(水) 13:30～15:00	15人(先着)	12/6 9:30～

申電話または直接施設へ

健康増進センターの催し

■いずみ・シニアステップアップ運動教室

●日時＝①12月15日・22日②1月12日各木曜日9:30～10:30、11:30～12:30 ●会場＝健康増進センター ●内容＝リズム体操や筋力トレーニングなどの運動実技 ●対象＝市内にお住まいのお勤めでおおむね60歳以上の運動可能な方各28人〔先着〕 ●費用＝各510円 ●持ち物＝運動着・屋内用運動靴・外靴入れ・タオル・飲み物 申①12月9日②12月23日9:00から電話で

■行ってみよう！ やってみよう！ 健康づくり運動教室

●日時＝12月21日(水)13:30～14:30 ●会場＝石名坂交流センター（若林区石名坂70） ●内容＝ストレッチなどの運動実技 ●対象＝市内にお住まいか通所している16歳以上の精神障害のある運動可能な方（家族や支援者も可）15人〔先着〕 ●持ち物＝タオル・飲み物。動きやすい服装で 申12月6日9:00から電話で

■いずみ・シニア元気あっぷ運動教室

●日時＝1月17日～3月7日の毎週火曜日（全8回）9:30～10:30、11:30～12:30 ●会場＝健康増進センター ●内容＝介護予防のための運動実技と健康講話 ●対象＝市内にお住まいのお勤めの65歳以上の運動可能な方各28人〔抽選〕 ●費用＝各4,080円 ●持ち物＝運動着・屋内用運動靴・外靴入れ・タオル・飲み物 申はがき、ファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**と参加希望時間、年齢を記入して12月20日（必着）までに。直接施設も可

■講演会「腎臓を護ることは命を護ること―血圧管理で百までピンピン」

●日時＝1月21日(出)10:30～12:00 ●会場＝シルバーセンター ●対象＝市内にお住まいか通勤、通学している18歳以上の方50人〔先着〕 ●講師＝東北大学名誉教授・伊藤貞嘉氏 申12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）

スポーツ情報

※教室の参加について健康上の不安がある方は、事前に各施設にご相談ください

◆スポーツ教室

施設名等	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	申込方法
青葉区 仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬 ☎392・5340	鉄棒特訓教室(小学生)	12/21 17:30～18:30	20人(先着)	—	12/8 9:30～	a・b
青葉区 TAC水の森ウォーターパーク(水の森温水プール) ☎277・2713	水泳教室無料体験会(小学生(イ)4歳以上の未就学児)	12/18 (ア)10:00～11:00 (イ)11:00～12:00	(ア)15人 (イ)10人(先着)	—	12/7 10:30～	a・b
宮城野区 弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場) ☎256・2488 ホームページhttps://www.spf-sandai.jp/shiriku/	小学生運動あそび教室(小学1～3年生)	1/23～3/13(8回)	15人(抽選)	4,000円	12/24まで	b・f
泉区 シェルコムせんだい ☎218・5656 ホームページhttps://www.spf-sandai.jp/shellcom/	テニス初級(一般)	1/11～3/22(10回)	10人(先着)	13,000円	12/14 10:00～	b・f
泉区 泉海洋センター ☎373・9561 〒981-3131 泉区七北田宇田中1-2 ホームページhttps://www.spf-sandai.jp/kaiyou/	体幹コンディショニング ヨガ教室(中学生以上)	1/12～3/9(8回)	12人(抽選)	8,400円	12/25(必着)	d・f
泉区 七北田公園体育館 ☎375・9914	中高年向けストレッチ教室(45歳以上)	1/11	12人(先着)	500円	12/26 10:00～	a・b
	ベビーマッサージ教室(乳児と保護者)	1/12	8組(先着)	500円	1/5 10:00～	a・b
泉区 根白石温水プール ☎376・5124	子供運動教室(5歳児)	1/16・23・30(3回)	10人(先着)	2,890円	12/6 10:00～	a・b

●各施設の催しについては、仙台市スポーツ振興事業団ホームページ（https://www.spf-sandai.jp/）もご覧ください
●スポーツ施設の利用などスポーツ全般の相談は、電話または直接スポーツナビゲーションセンターせんだい（弘進ゴムアスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場）内）宮城野区宮城野2-11-6 ☎215・3233まで ※開設時間は9:00～19:00（12月28日(水)、1月4日(水)は17:00まで）。12月29日(木)～1月3日(火)は休み