

# 仙台

●青葉区  
市政だより

1  
月

## 「深沼海岸の日の出」

真っすぐな海岸線が特徴的な深沼海岸では、美しい日の出を見ることができます。暖かな太陽の光は、新たな一年の始まりを感じさせます。

令和5年  
(2023年)



深沼海岸(若林区荒浜)

**特集1** 新春市長対談—笑顔咲き誇る未来のステージへ ……2  
 市政トピックス—みんなのせんだいめぐり ……6  
**特集2** G7仙台科学技術大臣会合 ……8  
 仙台はじまりの地 青葉山エリアの未来の地図 ……9  
 1月のお知らせ ……10  
 青葉区のお知らせ ……28  
 休日当番医 ……31  
 古今東西ぐんぐん行きます! ……32

### ■市役所・区役所などの電話番号(市外局番 022)

仙台市総合コールセンター ☎398・4894  
 仙台市役所 ☎261・1111(代) 太白区役所 ☎247・1111(代)  
 青葉区役所 ☎225・7211(代) 泉区役所 ☎372・3111(代)  
 宮城野区役所 ☎291・2111(代) 宮城総合支所 ☎392・2111(代)  
 若林区役所 ☎282・1111(代) 秋保総合支所 ☎399・2111(代)

### 仙台市ホームページ

<https://www.city.sendai.jp/>  
 ●仙台市ホームページでは、記事の読み上げや文字の拡大などの閲覧補助機能が利用できます

### 仙台市広報課 Facebook

<https://www.facebook.com/sendairp/>



伊達みきおさん  
1974年仙台市生まれ。八乙女中学校、  
仙台商業高等学校卒。ツッコミ担当  
※パネルは、伊達さん（写真左）が登場  
した昭和63年5月号の市政だより

「ベ」とか「だっちゃん」とか、漫画  
でしか聞いたことのないような言  
葉が飛び交っていて驚きました。  
でも、あっという間に染まって普  
通に使っていました。  
**市長** 仙台商業高校のラグビー部  
でお二人は出会われました。第一  
印象はいかがでしたか。  
**富澤** 「なんかかわいいやつがい  
るな」。  
**伊達** どういうことだよ！一緒に  
自転車で帰るようになって仲良  
くなったかな。ラグビー部の仲間は  
みんな面白くて、笑いのセンスが  
ある人たちの集まりでした。今も  
本当に仲が良く、毎年、仙台で  
の単独ライブの時はラグビー部全  
員が集まるんですよ。  
**富澤** 部活が楽しいから学校に行  
くという感じでしたね。  
**市長** すてきですね。ラグビー部  
の強い絆を感じます。高校時代の

楽しい思い出が、今の活動の原点  
なのかもしれないね。  
**芸人としての覚悟**  
**市長** 高校卒業後はそれぞれ違う  
道を歩まれるわけですが、どのよ  
うな経緯でコンビ結成に至ったの  
でしょうか。  
**富澤** ぼんやりと芸能人になりた  
いという気持ちがあったのですが、  
どうすればなるのか分からない。  
そんな時に仙台にお笑い劇場がで  
きて、これだと思いい、相方に伊達を  
誘いました。でも「仕事を辞めら  
れない」って断られて。別の人と  
コンビを組んで活動していました。  
**市長** 富澤さんは、なぜ伊達さん  
を誘おうと思ったのですか。  
**富澤** 面白かったからです。  
**市長** 何が面白かったんですか？  
**富澤** えっ、何が？  
**伊達** この人どこが面白いんです  
か？って聞こえましたけど（笑）。  
**市長** そうなっちゃいましたか？



富澤たけしさん  
1974年東京都生まれ。南光台中  
学校、仙台商業高等学校卒。ボケ  
担当

ごめんなさい（笑）。  
**富澤** まあ相性が良かった  
からだと思います。  
**伊達** 僕は5年ほど仙台と  
福島で福祉関係の仕事をし  
ていたんですけど、その間  
も富澤からずっとコンビを  
組もうと誘われていました。  
そんな時、大好きなおじい  
ちゃんが亡くなって「人はいつか  
亡くなるんだ」と思ったら、一度  
きりの人生、好きなことをやりた  
いと思いました。それで意を決し  
て富澤の誘いを受けることにしま  
した。当時、仙台は「お笑い不毛  
の地」と言われていて、そういう  
文化がなかったから親にはすごく  
反対されましたけど。  
**市長** そんな状況の中で、24歳の  
ときにお二人は上京される。  
**伊達** 何をしたらいいか分からず、  
とりあえず雑誌で見たオーディシ  
ョンに応募したり、デモテープを  
芸能事務所のポストに投函しに行  
ったり。一切連絡は無かった  
んですけどね。たまにライブに  
は出ても、テレビには出られ  
ないまま30歳を迎えるわけな  
んですよ。  
**市長** 一時は解散の話もでた  
とか。  
**伊達** ある日、富澤から「辞  
めよう」と言われて。でも



「いや、まだ早いよ」って答えたん  
です。まだ何も結果を残していな  
いの辞めるのはもったいないと。  
**富澤** そう言われて「まだ本気の  
挑戦をしないんじゃないか」  
と思っ直したんです。  
**伊達** 「この1年間真剣に笑いに  
取り組んで、それで全国ネットの  
テレビ番組でネタができなかつた  
ら辞めよう」と話し合いました。  
**富澤** ライブはチケット販売のノ  
ルマがあるので、自分たちで買い  
取って売らないといけないんです。  
知り合いが少ないと売れないから  
赤字になる。それが嫌であまりラ  
イブに出ていなかったのですが、  
借金してでもライブに出ようと決  
めて、片っ端から出演しました。  
それがテレビ局の人の目に留まっ  
て、お笑い番組「エンタの神様」  
に出演できることになった。自分  
たちで決めて行動を起こしたこと  
で、いろんな人を見てくれて。こ  
ういうことなんだって感じました。

# サンドウィッチマン × 郡市長



## 笑顔 咲き誇る 未来のステージへ 心強い応援団との新春対談開演！

仙台観光アンバサダーのサンドウィッチマンのお二人をゲストにお迎えし、お笑いへの挑戦や仙台の魅力などについて、郡市長と語り合ってくださいました。「ちょっと何言ってるか分からない？」いえいえ、仙台愛あふれる対談をぜひお楽しみください。

### 最高の仲間との出会い

**市長** あけましておめでとうござ  
います。お二人には、観光アンバ  
サダーの就任以前から、仙台の  
食・観光・スポーツなどさまざま  
な魅力をPRいただいていた  
改めて感謝申し上げます。  
**伊達** やっとアンバサダーになれ  
まして（笑）。仙台をさらにPR  
しないといけないなど。  
**市長** 実は伊達さんは、中学生の  
時に市政だよりの表紙に登場され  
ていました（3ページ参照）。  
**伊達** 当時、八乙女中学校の1年  
生で、学校の裏山でぼや騒ぎがあ  
ったんですよ。みんなでバケツリ  
レーで消火したのが紹介されたん  
ですよ。  
**富澤** 隣が僕ですね。  
**伊達** 違います。同級生です。  
**市長** かわいらしくて面影が残っ  
ていますね。子どもの頃の仙台で  
の思い出を教えてください。  
**伊達** いっぱいありますが、物心  
がついたときには鶴ヶ谷に住んで  
いて、友達と遊んでいました。そ  
れと、よく親父に仙台城跡や定義  
山に連れて行ってもらったのを覚  
えています。定義山の油揚げは今  
も大好きです。  
**富澤** 僕は小学校の時に新潟から  
引っ越してきたんですけど、「だ



**市長** 現在、仙台市では、未来を見据えたまちづくりを始めていて、

### 青葉山から未来をひらく

いただきます。

**市長** 教えていただきありがとうございます。

**伊達** すごく誇らしいことだと思

うので、ぜひお願いできれば。

**市長** ラジオでリスナーから、片平公園に何か案内板があったらというメールが届きました。

**伊達** ラジオでリスナーから、片平公園に何か案内板があったらというメールが届きました。

**市長** ラジオでリスナーから、片平公園に何か案内板があったらというメールが届きました。

### 東北人の思いやりの心

**市長** 東京で生活されてから25年

が経ちますが、改めて仙台のま

ちをどうご覧になっていますか。

**伊達** 最近、仙台で夢をかなえる

方もたくさんいますよね。

**市長** お二人のように仙台から活

躍する方を輩出していきたいです

し、若い世代の方が未来に夢を描

ける、そしてそのための挑戦を応

援するまちでありたいと思います。

**伊達** 最近、仙台で夢をかなえる

方もたくさんいますよね。

**市長** お二人のように仙台から活

躍する方を輩出していきたいです

し、若い世代の方が未来に夢を描

ける、そしてそのための挑戦を応



**伊達** 仙台は大好きなまち。仙台

ほど良いまちはないと思っていま

すし、仙台で仕事をしたから東

京で頑張っています。仕事で仙台

に帰れるのがすごくうれしい。

**富澤** 葛岡で火葬してくれてよ

く言ってるもんね(笑)。昔は都

会に憧れていましたけど、仙台は

少し行けば山も海もあるし、街で

はいろんな物が手に入る。こんな

にいいものがあったらいいし、外

から見て良さに気付きました。

**市長** お二人の仙台愛がひしひし

と伝わってきてとてもうれしいで

す。そんなところもサンドさんの

魅力ですよ。毎年のライブツア

ーも大変人気ですが、ネタにもお

二人の優しさがあふれていて、癒

やされます。例えば「クツもパン

トパンパパン」。

**伊達** 「小麦が香る男」ですね。

僕のアドリブコントなんです。

**市長** 富澤さんのネタではないの

ですか？

**富澤** あんなの僕作らないです。

**伊達** あんなのって言わないで。

ちゃんとしたネタは富澤が作る

んですけど、毎回ライブで僕が

1個だけネタを作るんです。

**市長** 富澤さんが伊達さんのボ

ケに本気で爆笑していて、お二

人の仲の良さがにじむやり取り

に、見る側も温かい気持ちにな

ります。

**富澤** そうというのが好感度につな

がるんでしょうね。

**伊達** 恥ずかしいね、自分で(笑)。

**富澤** でも東北の人の人柄という

か、震災の時も我が我がではなく

お互いに譲り合っていたというの

もいいなと思っています。

**伊達** 避難所を訪問したとき、1

日1個しか配られないおにぎりを

「食べさい」って差し出してけれ

るんですよ。もちろんもらってな

いですけど、あの光景は今でも忘

れられません。

**市長** お二人は、気仙沼で被災さ

れて、震災以降ずっと被災された

方々の心に寄り添い、力強く応援

してくださいました。

**伊達** 僕らも津波の猛威を目の当

りにしながら助かった。僕の友

達も含めて多くの方が津波の犠牲

になります。僕たちもメッセージを

伝えられる立場として、震災を風

化させないように、ずっと活動し

ていきたいと思っています。

**市長** あの時、東北人ならではの

粘り強さと、人のために何かしな

きやいけないという気持ちでみん

なで乗り越えていったんだと思

います。私たちに東北全体で一つ

という気持ちがありますよね。昨

年、仙台育英学園が甲子園で優勝

したときにも、東北各地から「お

めでどう」って祝福していただき

ました。皆さん、わが事のように

喜んでいただいて。

**市長** 4月からは、青葉山公園を

メイン会場に、日本最大級の花と

緑の祭典「第40回全国都市緑化仙

台フェア」が開催されます。見ど

ころは大花壇「はなばた飾り」。

**富澤** 七夕だ。映えますね！

**市長** そうなんです！七夕の吹き

流しをモチーフにしています。実

は、仙台での緑化フェアは、平成

元年に七北田公園で開催した「グ

リーンフェアせんだい」以来、34

年ぶり2回目と

なります。

**伊達** やってま

したね！僕らが

中学生の頃。何

が行われていた

か分からなかつ

たけど(笑)。

**富澤** よくCM

が流れていたの

を覚えていたの

です。

**市長** その頃、昭和60年代から平

成初期の仙台は、地下鉄が開業し、

政令指定都市になるなど、都市と

して大きな転換を迎えました。

**伊達** 八乙女駅で「地上じゃん！

全然地下走らないじゃん！」と思

ったのを覚えています(笑)。

**市長** 34年の歳月を経て、戻って

きたこのビッグな催しを、一緒に

盛り上げていただけたらうれしい

です。

**伊達・富澤** しっ

かりとやらせてい

ただきます！

**市長** お二人には、

仙台の街の活性化

に貢献いただくこ

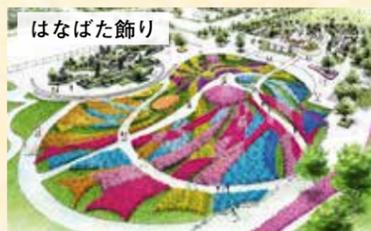
ともに、市民の皆

さんの心の栄養、

ほっとするような

ひとときも届けて

もらっています。





▲伊達武将隊・支倉常長さん  
が、まち歩き案内の協力を  
真撮影のモデルとして撮ら  
参加者は納得の一枚を撮ら  
と、何度も挑戦していま

若者世代に、さまざまな分野のまちづくりの取り組みを知ってもらうための体験企画「チャレンジ発見! みんなのせんだいめぐり2022」が、11月より、4回にわたり開催されました。この企画の実施は今年で2年目。都心創生や多文化共生など、各回ごとにテーマが設けられています。

12月3日には「地域のみんな」で育てるコミュニティとまちの未来」の回に参加した7人が、NPO法人まちづくりスポット仙台(以下、まちスポ仙台)の拠点がある泉区の商業施設「BRANCH 仙台WEST」を訪問。まちスポ仙台が、人々の集う場づくりや多様な主体の活動の後押しをしていくこと、その具体例として、キーワードを軸にした地域の活性化に取り組んでいることを学びました。また後半では、まちスポ仙台が運営に携わる「オーガニック」をキーワードにしたマーケットに参加者が自ら取材。

市政トピックス

まち歩きで楽しく学習! 体験型スマートフォン教室



▲参加者は、印象に残ったことや学んだことを共有しながら、交流を深めました

12月1日・2日・6日の3日間、高齢者・初心者向けの体験型スマートフォン教室が行われました。この教室は、本市が掲げる「誰にも優しいデジタル化」の取り組みの一つ。初心者でも楽しくスマートフォン操作を学べるよう、まち歩きが学習に組み込まれています。2日の教室には、18人が参加。地図アプリとカメラアプリの基本操作について学んだ後、地図アプリで目的地を設定し、まち歩きに出発しました。目的地の野中神社では、スマホの構え方やピントの合わせ方を思い出しながら写真を撮影。被写体にに応じて構図や撮り方を工夫するなど、熱心に実習に取り組んでいました。

市政トピックス

まちづくりを考えるきっかけに  
— みんなのせんだいめぐり

「出店者やお客さんとの会話がうれしい」「興味を持って来てくれた人との話がしやすい場所。製品のことをより伝えられる」といった出店者の言葉から、まちスポ仙台的活動が、人と人をつなげる新たな場をつくり出していることを感じ取っていました。

取材後には「多くの人に知ってもらうにはどうしたらよいか」などの課題に、参加者同士で意見を交わす場面もありました。仙台の未来を担う若者が、まちづくりで一人一人にできることを考える貴重な機会となりました。

市政トピックス

S MMAの企画と展示が大集合・ミュージアムユニバース

S MMA(仙台・宮城ミュージアムアライアンス)では、17館が共同で、ミュージアムの魅力や楽しさを知ってもらうための企画に取り組んでいます。その一環として、12月3日、せんだいメディアテークで「ミュージアムユニバース2022」すてき・ふしぎ・おもしろい」が開催されました。会場には、石器を使って革のプ

市政トピックス

ご遺族サポート窓口を開設しました

市は、12月1日より、ご家族が亡くなられた際の手続きの受け付けや案内をスムーズに行うため、ご遺族サポート窓口を、全ての区役所と総合支所に設置しました。これは、多岐にわたる手続きを整理し、書類の作成などをお手伝いすることでご遺族の負担を少しでも軽減しようと、令和3年12月より若林区役所にて試行していたものです。

サポート窓口は、亡くなられた方が住民登録されていた区の区役所・総合支所で利用が可能です。事前に申し込みされた内容を基に、必要な手続きや持ち物等をご遺族の方へあらかじめ連絡するため、スムーズに手続きを進めることができます。

市では、今後も市民の方に寄り添うサービスの実現を目指します。

ご遺族サポート窓口

- 開設日時 平日午前8時半～午後5時
- 原則、電話またはホームページからの事前申し込みが必要
- 申・問 遺族サポート窓口
- 【青葉区】 ☎ 399・9801、【宮城総合支所】 ☎ 393・9840、【宮城野区】 ☎ 291・2167、【若林区】 ☎ 282・1487、【太白区】 ☎ 247・1374、【秋保総合支所】 ☎ 796・0551、【泉区】 ☎ 344・6561



▲詩絵体験の様子。工作用紙や金銀の粉末絵の具などを使って絵を描きました

「出店者やお客さんとの会話がうれしい」「興味を持って来てくれた人との話がしやすい場所。製品のことをより伝えられる」といった出店者の言葉から、まちスポ仙台的活動が、人と人をつなげる新たな場をつくり出していることを感じ取っていました。

取材後には「多くの人に知ってもらうにはどうしたらよいか」などの課題に、参加者同士で意見を交わす場面もありました。仙台の未来を担う若者が、まちづくりで一人一人にできることを考える貴重な機会となりました。

市政トピックス

知ることで垣根を越えるー心のバリアフリーを目指して

市は、障害への理解を深めるため、市内の小・中学生を対象に、障害のある方や、障害のある方を支える方との交流を行う「心のバリアフリー推進事業」を実施しています。11月29日には高砂小学校で、5年生61人と、右下肢が義足の市民ランナーである松本功さん、義肢装具士の宮内博之さんとの交



▲模擬義足を装着して歩く体験をする児童

流会が行われました。

講話では、松本さんが50歳の時にスポーツ義足と出会いマラソンを始めた経緯や「障害者をもっと身近に感じてほしい」という思いから、東京2020オリンピックの聖火ランナーに応募し、実際に走ったエピソード等を披露。「障害も個性の一つ。怖がらずに知ってほしい」とメッセージを送りました。また、宮内さんは、義肢装具士の仕事について「使う人に合わせたものを作ること、その人がやりたいことを実現するお手伝いをしていく」と説明し、児童たちは、二人の話を真剣なまなざしで聞いていました。

会場の体育館では、スポーツ義足に履き替えた松本さんと笑顔で一緒に走ったり、休憩時間も積極的に話したりするなど、交流を楽しみ児童たちの姿が見られました。交流会の最後には、児童から「眼鏡みたいに、義足も着けることが当たり前ののだと思った」という感想が聞かれました。

3.11 震災文庫を  
読む



若松文太郎 / 著  
アーサー・ビー  
ナード / 英訳  
清流出版



梶原さつき / 著  
砂子屋書房

東日本大震災を語り継ぐための市民図書館に設けた「3・11震災文庫」。所蔵する約1万冊から、よりすぐりの本をご紹介します。

刻印されたあの時 予言と記憶と

エッセイスト 大島 真理

「リアス／樺」

「来る。来る。来る、重き地鳴りにこみ上ぐる予感なりただ圧倒的な」誰かゝるないかあ叫びつつ駆ける廊下なりガラスを踏んで下駄箱越えて、教師である著者の3・11当日の姿、いや、あの体験をした全ての人の五感が再び揺さぶられるような、圧倒的言葉の群れです。そぎ落とされた言葉は、石礫のようにビシビシと、耐性のないあの時の記憶にあたるのです。

歌集はI「以前」、II「以後」に分かれ、「以前」にはそれなりの日常がリアリティーを持って歌われます。そして「以後」、世界が激変します。そこに読まれた人々、最悪な状況でも感謝し、時には卑屈ともとれる謙遜と甘受に胸を突かれます。東北人の心根や姿が結ばれています。

詩人の言葉はとて平易でありながら計算し尽くされ、隠蔽されてきた原子力関連の事故は、レポートのように淡々と事実を示します。

「ひとのあかし」それは大地を耕し作物を育て、生き物を飼育すること、それらを奪われたひとは「あかし」を失ったのです。間に挟まれた写真も、如実にそれらを語ります。

※リアス／樺を舞台にチェルノブイリ原発事故を描いた映画(地名は作品内の表記を使用)

●紹介した本は、市民図書館でご覧いただけます 市民図書館 ☎ 261・1585



秋保大滝

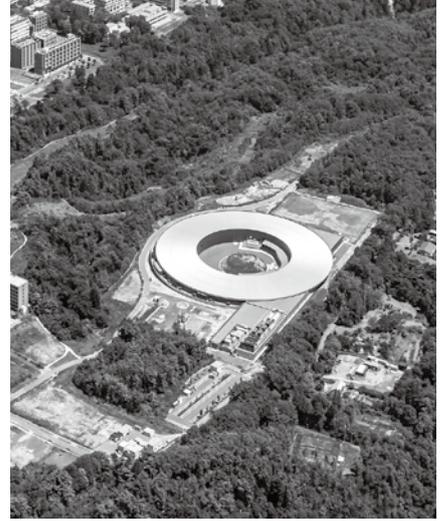


秋保地区の温泉街

令和5年5月12日(金)～14日(日)

秋保地区で開催！

# G7仙台 科学技術 大臣会合



▲東北大学青葉山新キャンパスに整備が進められている次世代放射光施設「ナノテラス」

特集②

## 仙台の科学技術の力を世界に発信

5月19日から開催されるG7広島サミット。「G7サミット」は、フランス、アメリカ、イギリス、ドイツ、日本、イタリア、カナダの7カ国と欧州連合（EU）の代表が参加する国際会議です。今回は日本が議長国を務め、その関係閣僚会合の一つ「G7科学技術大臣会合」が、5月12日から14日に、秋保地区で開催されます。G7科学技術大臣会合では、地球規模の課題の解決に向け、科学技術協力の強化等について議論を行います。会合を通して、市では、最先端科学技術を活用したまちづくりの取り組みを世界に発信していきます。その一つが、令和6年度に本格稼働が予定されている次世代放射光施設「ナノテラス」。新素材開発や創薬、医療技術、環境保全など幅広い分野での活用が期待されており、ナノテラスを中核に、企業や研究機関等との連携による産業振興を進めています。さらに、先端IT技術とさまざまな産業を掛け合わせることで、新しい価値を生み出す「X-TECH」の取り組みなども含め、「学都・仙台」としての都市ブランドを、世界に向けてアピールします。



▲昨年10月から本格運用を開始した津波避難広報ドローン。X-TECHの一環として防災とITを掛け合わせたBOSAI-TECHの取り組み事例

### ■ 100日前記念シンポジウム

G7仙台科学技術大臣会合の概要等に関する講演や、ナノテラス等の先端技術を活用した産業振興、交流人口の拡大についてのパネルディスカッションを行います。

●日時＝1月31日(火)10:30～15:00 ●会場＝TKPガーデンシティ仙台（アエル30階）  
申し込み方法など詳しくは、1月10日から市ホームページに掲載するお知らせをご覧ください

### ■ 巡回パネル展示

会合の概要や仙台開催の意義、市の科学技術を活用した取り組みを紹介するパネルを展示します。

期間	会場
5/14(日)まで	スリーエム仙台市科学館
1/5(木)～1/23(月)	宮城野区役所、アエル5階
1/23(月)～2/28(火)	市役所本庁舎1階ロビー
1/26(木)～2/13(月)	若林区役所

2月以降に展示を開始する会場等については、市ホームページをご覧ください

また、東日本大震災からの復興の歩みと世界からの支援への感謝を伝えるとともに、仙台・東北の魅力の世界に向けて発信し、今後の交流人口の拡大につなげることを目指します。加えて、グローバルMICE都市（国際会議などの誘致を牽引する都市の育成のために国が選定した都市）として、その評価を高め、今後の国際会議の誘致につなげていくことも仙台開催の大きな意義の一つです。

## 心温まるおもてなしを

昨年10月には、市や東北大学、観光関係事業者等で構成される「2023 G7仙台科学技術大臣会合推進協力委員会」を設立。会合の開催支援やイベントの実施などによる開催機運の醸成、来訪者への歓迎・情報発信事業、ボランティアの育成・環境美化などによるおもてなし環境の整備を行うこととしています。

美しい新緑に囲まれた仙台の奥座敷・秋保温泉で、日本の素晴らしさを体感していただけるよう、地域の方々と一緒におもてなしの環境づくりに取り組みます。会合開催に向け、官民・地域と一体になって、着実に準備を進めていきます。

この特集に関するお問い合わせはG7科学技術大臣会合推進室 ☎214・8031、FAX214・8817

# 仙台はじまりの地

## 青葉山エリアの 未来の地図



歴史、文化、自然等の資源が  
集積する青葉山エリア。このエ  
リアの魅力を磨き上げる、さま  
ざまな取り組みを紹介します。

今回は、青葉山エリアで進む新たな  
まちづくりや、「(仮称)青葉山エリア  
文化観光交流ビジョン」についてお知  
らせします。

### さまざまなプロジェクトが進行

広瀬川などの豊かな自然とともに、  
仙台城跡、国際センター、博物館、学  
術機関などの多彩な資源が集積する、  
青葉山エリア。市では、この地を国際  
学術文化交流拠点と位置付け、新たな  
まちづくりを進めています。

青葉山公園では、藩政時代からの歴  
史的・文化的資源や優れた自然景観を  
生かした「杜の都のシンボル」となる  
公園の整備が進んでいます。4月26日  
からは全国都市緑化仙台フェアのメイ  
ン会場の一つとなるほか「仙臺緑彩



館」も開館。七夕飾りや仙台・青葉ま  
つりの山鉾を常設展示するなど、観光  
地としての魅力を発信します。さらに、  
地下鉄国際センター駅の北側には、文  
化芸術の総合拠点としての音楽ホール  
と、防災環境都市ならではの災害文化  
の創造を担う中心部震災メモリアル拠  
点の複合施設を整備。「国際センター  
駅北地区複合施設基本構想に関する懇  
話会」を立ち上げ、検討を進めていま  
す。史跡仙台城跡は、大手門復元に向  
けた調査や城郭らしい景観を実現する  
ための整備を行っています。

また、東北大学と連携し、大胆な規  
制改革と複数分野の先端的サービス提  
供によりスマートシティ化を目指す  
「スーパーシティ構想」や、令和6年  
度本格稼働予定の次世代放射光施設の  
普及啓発等に取り組んでいます。

### 青葉山エリアの将来像を描く

現在、このエリアの価値や魅力、回  
遊性の向上に向けた方向性等を示す  
「(仮称)青葉山エリア文化観光交流  
ビジョン」の策定を検討しています。

各種プロジェクト  
の進捗が見込  
まれる、おおよ  
ね10年後を見据  
え、交流人口の  
一層の拡大を目  
指します。

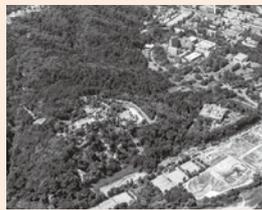


▲9月に開催した青葉山エ  
リアに関する市民シンポジウム

「青葉山エリア文化観光交流ビジョ  
ン検討懇話会」では、青葉山エリアが  
市の主要観光地であることや、教育・  
研究施設が集積していることなどのエ  
リアの価値を確認するとともに、情報  
発信や連携体制などの課題を洗い出し  
、目指す将来像やその実現に向けた取  
組みの方向性について議論を重ねてい  
ます。ビジョンは、市民の皆さんの意  
見も踏まえ、年度内に策定する予定で  
す。

### 青葉山豆知識

青葉山は、かつて仙台城の  
「御裏林」と呼ばれ、江戸時  
代には、防御のための重要な  
地域として、大切に保護・管  
理されていました。大部分を  
占めるのがモミ林でその北  
限にもなっています。多種多  
様な植物が自生するこれだけ豊かな自然環境が、大都  
市近郊に残っているのは極めて貴重であり、昭和47  
年には国の天然記念物に指定されました。



▲上空から見た青葉山エリア

### おうち時間に親子でクッキング!

## せんだいレシピ帖

### 仙台あおば餃子



仙台あおば餃子の皮には、  
仙台特産の雪菜が練り込んで  
あります。鮮やかな緑色が目  
を引く野菜たっぷりの餃子で  
す。

#### 材料 (20個分)

- 仙台あおば餃子の皮 … 20枚
- 雪菜・キャベツ … 各100グラム
- ニラ … 30グラム
- 豚ひき肉 … 100グラム
- ショウガ・ニンニク… 各少々
- ☆砂糖・塩 … 各少々
- ☆オイスターソース… 小さじ1
- ☆ごま油 … 小さじ1
- ☆しょうゆ … 小さじ1/2
- サラダ油 … 大さじ1/2

#### 作り方

- 1 雪菜とキャベツをみじん切りにして電子レンジ500W  
で5分加熱し、冷ます。軽く水気を絞る
- 2 ニラをみじん切りにする
- 3 豚ひき肉にすりおろしたショウガ、ニンニク、☆を加え  
混ぜ、粘り気がでたら①、②を加えてさっと混ぜる
- 4 餃子の皮で③の肉だねを包む
- 5 フライパンにサラダ油を熱し、④を並べ中火で1~2  
分焼く。水(大さじ4)を加えてふたをし、中火で  
3~4分焼き、中まで火を通す。ふたを外し水分を飛  
ばす

お子さん  
お手伝い  
Point  
肉だねを混ぜる・餃子の皮で肉だねを包む作業  
ができます

※健康政策課Facebook「仙台伊達なキッチンーだてきち」では  
他にもレシピを紹介しています 問健康政策課 ☎214・3894



# 1月のお知らせ

お知らせの見方  
申・申し込み 問・問い合わせ 申・問 申・申し込み・問・問い合わせ  
〔先着〕先着順 〔抽選〕抽選

- ☎電話番号案内 (市外局番022)  
仙台市総合コールセンター ☎398-4894
- 仙台市役所 ☎261-1111(代)
  - 青葉区役所 ☎225-7211(代)
  - 宮城野区役所 ☎291-2111(代)
  - 若林区役所 ☎282-1111(代)
  - 太白区役所 ☎247-1111(代)
  - 泉区役所 ☎372-3111(代)
  - 宮城総合支所 ☎392-2111(代)
  - 秋保総合支所 ☎399-2111(代)
- ☎仙台市ホームページ  
https://www.city.sendai.jp/
- ☎仙台市広報課Facebook  
https://www.facebook.com/sendaipr/

- ☑注意事項
- 催しは、1月6日からの内容を掲載しています
  - 料金の記載のないものは無料(入館料が必要な施設あり)
  - 休館日等は事前にご確認ください
  - 来庁・来場の際は公共交通機関をご利用ください
  - ファクス番号が未掲載の場合は、広報課FAX211-1921、☎214-1150へお問い合わせください
  - 市役所への郵便は郵便番号(〒980-8671)と課名のみで届きます
- ☑申込時の必要事項
- 右記の項目を(往復はがきには返信先も)記入してください。特に記載のないものは、はがき1通につき1人、締切日消印有効。
- 申し込み内容(講座名等)
  - 〒住所
  - 氏名(フリガナ)
  - 電話・ファクス番号
  - その他必要事項

☑申込時の必要事項 ①応募内容 ②〒住所 ③氏名(フリガナ) ④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

**電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金の手続きはお早めに**

住民税非課税世帯等に対し、電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金を1世帯当たり5万円支給しています。令和3年度または4年度の住民税非課税世帯等への臨時特別給付金を受給した世帯も受給できます。

●対象は次のいずれかに該当する世帯(世帯全員が住民税が課税されている方に扶養されている世帯を除く) ①令和4年9月30日時点で本市に住民登録があり、世帯全員の令和4年度分の住民税均等割が非課税である ②申請日時時点で本市に住民登録があり、予期せず令和4年1月から12月までの収入減少により家計が急変し、①の世帯と同様の事情にあると認められる ●提出期限 1月31日(火) ●手続き方法 ①送付されている書類に必要事項を記入の上、返信用封筒で郵送 ②仙台市緊急支援給付金事務センター(青葉区一番町4-7-17 S S 仙台ビル9階)、市役所本庁舎1階市民のへや、区役所、総合支所等で配布する申請書(希望する方には郵送も可)を郵送。障害がある等の事情により、ご自身で手続きすることが困難な場合にはお問い合わせください 問 仙台市

**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、12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、感染防止にご協力ください。**

**icsca(イクスカ)ポイントのうち基本ポイントの付与を終了します**

月の乗車回数や利用金額に応じて貯まる基本ポイントの付与を、市バス、地下鉄および宮城交通・ミヤコーバス(一部高速バス路線を除く)とともに、3月31日の最終運行分をもって終了します。持続的な経営を確保するため、経営改善に向けた取り組みが必要であることなどから、見直しをすることとしました。

なお、バスと地下鉄を乗り継いだ際に貯まる乗継ポイントは継続します。ポイントの有効期限は約1年で、基本ポイントの付与終了後も貯まったポイントのチャージ・利用は可能です。問 交通局経営企画課 ☎712・8356、宮城交通 ☎771・5310

**製品プラスチック分別収集に関する市民説明会**

4月より開始する、ハンガー等の製品プラスチックの分別収集について説明会を開催します。

●日時 ①1月28日(土) ②2月11日(祝)午前10時半~正午 ●会場 ①エル・パーク仙台 ②TKPガーデンシティ仙台勾当台(青葉区国分町3-6-1) ●定員 各50人(抽選) ●説明会終了後、プラスチックのリサイクル施設見学会を行います(希望者のみ) 申任意の様式に~~開~~**開**時の必要事項と参加希望日、リサイクル施設見学会の参加希望の有無を記入して郵送、ファクスまたはEメールで1月13日(必着)までに 申・問 980-8671 廃棄物企画課 ☎214・8230、FAX 214・8840、Eメール kan007210@city.sendai.jp

**オーエンス泉岳自然ふれあい館の令和5年度の利用申し込みを受け付けます**

●申し込み開始日 2月1日(水) ●申し込み対象期間 ①「本館」4月1日(土)~令和6年3月31日(日) ②「市民キャンプ場」4月1日(土)~11月30日(日) ●利用可能日や申し込み方法等詳しくはホームページ <https://www.size-nature.jp/> をご覧ください 問 総合案内、総合支所で配布する

**各計画の中間案をまとめました 市民の皆さんのご意見をお寄せください**

①「つなぐ・つながる 仙台子ども生活応援プラン」中間案  
令和5年度以降の、子どもの貧困対策およびひとり親家庭等の生活の安定と向上を図る施策の方向性を示す「つなぐ・つながる仙台子ども生活応援プラン」の策定に向けた検討を進めています。申・問 980-8671 子供支援給付課 ☎214・8180、FAX 214・8610、Eメール kod006160@city.sendai.jp

②「南北線沿線まちづくりプラン」中間案  
「地下鉄沿線まちづくりの推進プラン」の一部である、地下鉄南北線の駅周辺の目指すべき将来の姿やその実現のために取り組む施策を示す「南北線沿線まちづくりプラン」の策定に向けた検討を進めています。申・問 980-8671 地下鉄沿線まちづくり課 ☎214・8291、FAX 261-6375、Eメール tos009215@city.sendai.jp

●中間案の配布場所等 市役所本庁舎1階市民のへや・市政情報センター、区役所総合案内、総合支所等で配布するほか、市ホームページでもご覧いただけます

●提出方法 任意の様式(①は中間案に添付の用紙も可)にご意見、住所、氏名(団体の場合は団体名、所在地、代表者名)、①は母子家庭・父子家庭・寡婦世帯に該当するときはその旨を記入して郵送、ファクスまたはEメールで ①1月20日 ②1月22日(いずれも必着)までに。市ホームページの電子申請からも提出できます

**葛岡工場の点検整備期間はごみの自己搬入ができません**

葛岡工場は点検整備のため、1月23日(月)から2月1日(水)まで、ごみ処理施設の一部を停止します。この期間中にごみを自己搬入する場合には、今泉工場(可燃ごみ・粗大ごみ)または、松森工場(可燃ごみ)をご利用ください。

問 葛岡工場 ☎277・5399

**緊急支援給付金事務センター**  
0120・489・048(平日午前8時半~午後7時)

**仙塩広域都市計画(自動車駐車場)変更の説明会**

二日町駐車場と勾当台公園地下駐車場の、都市計画法における都市施設としての位置付けの変更について、説明会を実施します。なお、変更後も引き続き駐車場として利用できます。

●日時 1月12日(木)午後7時~8時 ●会場 市役所本庁舎2階 ●定員 50人(先着) ●直接会場へ 問 交通政策課 ☎214・8303

**「令和5年住宅・土地統計調査の準備調査」にご協力ください**

令和5年住宅・土地統計調査の準備調査を1月上旬から2月中旬まで実施します。この調査は、令和5年10月1日を基準日として実施する住宅・土地統計調査に先立ち、調査の円滑な実施などのために行うものです。

住宅の有無の確認のため、調査員証を携帯した調査員が市内を巡回します。外観で住宅の状況が把握できない場合には、直接訪問することがありますので、ご協力をお願いします。

問 区役所総務課、宮城総合支所総務課(☎は10ページ)

**大規模改修工事等のための施設を休館します**

① 沖野老人福祉センター  
●期間 1月5日(木)~11月30日(木)(予定)

② 震災遺構仙台市立荒浜小学校  
●期間 1月16日(月)~30日(月)

③ 若林区文化センター、若林区中央市民センター  
●期間 4月1日(土)~令和7年6月30日(月)(予定) ●若林区中央市民センター別棟は利用できません(一部制限有り)。詳しくはホームページ <https://www.hn.sendai.jp/sisetu/waka>

**「津波からの避難の手引き(第6版)」を配布します**

津波の危険がある区域、避難場所、速やかな避難のために必要な事項をまとめたリーフレット「津波からの避難の手引き」を改訂しました。1月中旬より全世帯に配布します。津波避難

**「津波からの避難の手引き(第6版)」を配布します**

津波の危険がある区域、避難場所、速やかな避難のために必要な事項をまとめたリーフレット「津波からの避難の手引き」を改訂しました。1月中旬より全世帯に配布します。津波避難

エリアや避難場所が変更されています。内容をご確認いただき、津波災害へ備えてください。

問 減災推進課 ☎214・3048

**窓口での都市計画情報の検索・閲覧および印刷システムを終了します**

都市計画課と区役所街並み形成課窓口に設置している、都市計画情報の検索・閲覧および印刷システムを1月31日(火)で終了します。終了後は、「仙台市都市計画情報インターネット提供サービス」をご利用ください。

問 都市計画課 ☎214・8294

**新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ**

■オミクロン株対応ワクチンの接種

初回接種(1・2回目接種)を完了した12歳以上の方で、前回接種から3カ月経過した方を対象に接種を実施しています。

【予約方法等】

接種方法	接種日程	会場	予約方法
集団接種	1/4(水)~31(火)	TKPガーデンシティPREMIUM仙台西口(青葉区花京院1-2-15)	●予約方法=《電話予約》下記コールセンター(インターネット予約)市ホームページ ●予約開始日時=1/20(金)までは受け付け中。1/21(土)~31(火)は1/14(土)8:30~ ※会場により接種を実施しない日程がありますので、予約の際にご確認ください
	1/4(水)~16(月)・28(土)・29(日)	新東北ビル(青葉区中央1-9-1)	
	1/7(土)・14(土)・21(土)・28(土)	宮城野区中央市民センター、若林区中央市民センター(別棟)、太白区中央市民センター、ゼビオアリーナ仙台(太白区あすと長町1-4-10)、セルパテラス(泉区泉中央1-6-3)	
大規模接種	1/4(水)~31(火)(1/9(祝)・15(日)・22(日)・29(日)を除く)	東北大学ワクチン接種センター(青葉区中央3-6-1仙台TRビル1階)	●予約方法=《電話予約》☎0570-003-503(毎日9:00~18:00。通話料がかかります)《インターネット予約》ホームページ <a href="https://miyagi-mass-vaccination.jp/">https://miyagi-mass-vaccination.jp/</a>
個別接種	各医療機関で予約を受け付けます。実施医療機関など詳しくは市ホームページをご確認いただくか、下記コールセンターにお問い合わせください		

★生後6カ月~4歳の方を対象とした乳幼児接種、5歳~11歳の方を対象とした小児接種、12歳以上の方を対象とした初回接種も引き続き実施しています

**仙台市新型コロナウイルスワクチン接種専用コールセンター ☎0120-39-5670 (毎日8:30~19:00。12月29日(木)~1月3日(火)は休止します)**

※掲載内容は12月15日現在。最新情報等は市ホームページをご覧ください

**働きたい障害のある方向け 説明会**

●日時 1月11日(水)・25日(水) 午前10時～11時半 ●会場 障害者就労支援センター ●内容 障害者就労支援センター等の支援機関の紹介や働き方、働く前の準備について ●対象 市内にお住まいの15歳以上の障害のある方とその家族など各5人(先着) 申1月6日午前9時から電話またはEメール(申込時の必要事項と参加希望日を記入)で障害者就労支援センター ☎72・5517、Eメール info@sendai-wsc.jp

**障害者雇用促進企業の登録を受け付けます**

登録企業は、市の物品調達等の際、優先的に発注が受けられます。

●応募資格 障害者雇用率が3・6%以上で市の競争入札参加資格を有している、または4月からの資格登録を新規申請する企業 ●登録有効期間 4月1日～令和6年3月31日 ●受付日時 1月16日(月)～27日(金) 午前9時～正午、午後1時～5時 ●受付場所 市役所本庁舎6階 障害企画課 ●申請書は障害企画課で配布するほか、市ホームページからもダウンロード可 問障害企画課 ☎214・8151

**募集**

**令和5年度高齢者福祉サービス新規事業者募集**

事業名	事業内容
①高齢者等の自立支援サービス	高齢の方などに適した食事を調理し、自宅に配達して健康状態や安否の確認を行う
②高齢者訪問介護サービス	介護保険の要介護3以上の認定を受けている方の自宅を訪問し、散髪を行う
③介護用品支給事業	高齢の方の自宅に紙おむつ等の配達を行う

●対象 ①次の条件を満たす事業者 ①(ア)1日当たり50食以上、毎日配達できる(イ)市内での食事の宅配実績が1年以上ある(ウ)市内に事業所(事業所がない個人の場合は住所)がある(イ)訪問理美容サービスに適用される損害賠償保険に加入している(ウ)市内に事業所がある(イ)使い捨ておむつ、尿取りパッド等を取り扱える(ウ)市内全域に配達できる(イ)配達料を取らない ●その他の要件など詳しくは、お問い合わせください

**募集説明会**

事業名	日時	申込期限
①高齢者等食の自立支援サービス事業	2/10(金)	1/30
②高齢者訪問理美容サービス事業	2/16(木)	14:00～
③介護用品支給事業	2/22(水)	2/10

**税の申告をお忘れなく**

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各種申告書等の郵送によるご提出にご協力をお願いします

**★事業主の方は給与支払報告書の提出をお忘れなく**  
問市民税課 ☎214・1009

令和5年度(令和4年分)の給与支払報告書は、1月31日(火)までに市役所北庁舎5階市民税課へ提出してください。これまでは1人につき2枚(2枚複写)の提出でしたが、令和5年1月以降は、1人につき1枚(単票のみ)の提出となりましたのでご注意ください。なお、給与支払報告書には、本人、控除対象配偶者および扶養親族のマイナンバーの記載が必要となります。

**★特定配当等に係る所得金額または特定株式等譲渡所得金額の申告のお知らせ**  
問市民税課 ☎214・8637(青葉区・泉区)、☎214・8638(宮城野区・若林区・太白区)

◆配当割額控除または株式等譲渡所得割額控除の適用を受ける方へ  
市県民税で配当割額控除または株式等譲渡所得割額控除の適用を受ける場合には、納税通知書が送達されるときまでに申告する必要があります。所得税の確定申告書を提出する方は、確定申告書第2表の住民税に関する事項の該当欄に必要事項を記載してください。

◆課税方式の選択には申告が必要です  
市県民税で所得税と異なる課税方式を選択する場合は、確定申告書第2表の住民税に関する事項に必要事項を記載するか、市へ「市民税・県民税申告書付表(上場株式等に係る配当所得等及び譲渡所得等の課税方式選択用)」の提出が必要です。納税通知書が送達されるときまでに提出されない場合、課税方式の選択はできなくなりますのでご注意ください。市民税・県民税申告書付表の様式は市ホームページからダウンロードできます。なお、税制改正により令和6年度分以後の市県民税については、所得税と異なる課税方式の選択はできません。

**★償却資産(固定資産税)の申告は1月31日まで**  
問資産課税課 ☎214・8619

1月1日現在で市内に固定資産税の課税対象となる償却資産(事業用の機械・備品・構築物等)をお持ちの法人または個人の方は、1月31日(火)までに市役所北庁舎1階資産課税課に申告が必要です。申告期限間近は窓口が混み合いますので、お早めに申告をお願いします。申告書の書き方等については、市ホームページでもご覧いただけます。なお、申告書が届いていない場合は、お問い合わせください。

**★令和4年分の確定申告が始まります**

詳しくは国税庁ホームページ <https://www.nta.go.jp/> をご覧ください。お問い合わせください。

問仙台北税務署 ☎222・8121、仙台中税務署 ☎783・7831、仙台南税務署 ☎306・8001

◆スマートフォン等からの確定申告をお願いします

確定申告の時期は、税務署や申告書作成会場が大変混雑します。マイナンバーカード対応のスマートフォンでマイナンバーカードを読み取るか、税務署で発行したIDとパスワードがあれば、自宅等でスマートフォンやタブレット端末から電子申告(e-Tax)で確定申告書を提出できます。本年度から、青色申告決算書や収支内訳書もスマートフォンで作成できるようになりました。

◆申告書作成会場を開設します

開設日時	会場
2/1(水)～3/15(水) (土・日曜日、祝休日を除く。ただし、2/19(日)・26日(日)は開設)	①仙台北税務署(青葉区上杉1-1-1) ②仙台中税務署(若林区卸町3-8-5) アズテックミュージアム(太白区中田町字杉ノ下18)
9:00～17:00(①の受け付けは16:00まで)	
9:00～16:00	

●会場では原則ご自身のスマートフォンで申告書等を作成していただきます ●入場には整理券が必要(混雑状況により、後日来場をお願いする場合があります)

◆マイナンバーの記載と本人確認書類の提示等が必要です  
確定申告書を提出する際には、マイナンバーの記載と本人確認書類の提示または写しの添付が必要となります。

◆医療費控除を受けられる方へ

医療費控除を受ける際は、「医療費控除の明細書」を作成して提出する必要があります。領収書の添付または提示では控除は適用されません。なお、領収書は自宅で5年間保存する必要があります。

**★税理士会による確定申告の無料相談会(予約制)**

●期日 2月4日(土)・11日(祝)・18日(土) ●会場 東北税理士会館(若林区新寺1-7-41) ●対象 年金や給与所得がある方および小規模な個人事業経営者(ただし、土地・建物・株式等の譲渡所得のある方、相続・贈与の相談を除く) 申予約専用電話 ☎050・2018・1150(1月27日～2月17日9:30～16:30受け付け。土・日曜日、祝休日を除く) 問東北税理士会宮城県支部連合会 ☎293・0503

**★市県民税の納期です**

問収納管理課 ☎214・1010

市県民税第4期分は、1月31日(火)までにお近くの金融機関などで納めてください。口座振替をご利用の方も1月31日(火)に振り替えになります。

●会場 市役所上杉分庁舎2階 ●受託には説明会への参加が必要 申ファクスに申込時の必要事項と受託希望の事業名、担当者名を記入して申込期限までに 申・問高齢企画課 ☎214・8168、FAX 214・81991

**未来の杜せんだい2023 ハンギングバスケット・コンテナガーデン作品募集**

第40回全国都市緑化仙台フェア(未来の杜せんだい2023)のメイン会場を彩る、ハンギングバスケットとコンテナガーデンの作品を募集します。応募作品は、フェア期間中に開催するコンテストの対象になります。

種類	作品サイズ	作品搬入日	場所	出展期間
コンテナガーデン(直置き)	100cm四方以内	5/16(火) (5/17(水)にコンテストを行います)	青葉山公園(おひらき)追廻地区	5/18(木)～5/28(日)
ハンギングバスケット(壁掛け)	幅80cm以内、高さ100cm以内、重さ15kg以内			

●募集期間 2月1日(水)～4月7日(金) ●応募は1人各1作品まで ●応募方法等詳しくはホームページ <https://sendai-freegreen.jp/> をご覧ください。 問第40回全国都市緑化仙台フェア実行

委員会事務局(全国都市緑化フェア推進室内) ☎214・8796

**仙台明治青年大学令和5年度新入学生募集**

●対象 市内にお住まいで老壮大学等を修了した(見込みを含む)61歳以上の方70人(抽選) ●費用 7千円 ●詳しくは1月13日から各市民センターで配布する募集案内をご覧ください 申はがきに申込時の必要事項と生年月日、修了した老壮大学等の名称を記入して2月3日(必着)までに生涯学習支援センター(〒983-0852宮城野区榴岡4-1-8 ☎292・4875)

**じぶん**

**SENDAIジョブフェア**

●日時 1月27日(金)午前10時～午後2時 ●会場 中小企業活性化センター(アエル6階) ●内容 自分らしく働きたい若者の就職を支援するためのセミナーや企業説明会 ●対象 現在就職活動中または非正規雇用で就業中の20歳～35歳の方で、正社員就職を希望する方80人程度(先着) ●直接会場へ ●詳しくはホームページ <https://sendai-shine35.com/> をご覧ください。 問仙台シャイン・アシスト

**大雪への備えと対策を万全に**

これから本格的な雪が降る季節を迎えます。大雪に備え、次の点にご注意・ご協力をお願いします。

- ①テレビ・ラジオ等で気象情報を確認しましょう
- ②大雪時は足元が滑りやすくなるので、けがや事故に十分注意し、不要不急の外出はお控えください
- ③消火活動に支障が出る場合があるため、自宅近くの消火栓周辺の除雪にご協力をお願いします
- ④交通障害や事故を誘発する原因となるため、道路に雪を捨てないでください
- ⑤除雪作業の障害となるため、路上駐車をしないようご協力をお願いします

問①②危機対策課 ☎214・3049 ③消防局警防課 ☎234・1111 ④⑤道路保全課 ☎214・8381

**除雪作業へのご理解とご協力をお願いします**  
除雪車は路面の雪を道路脇に寄せするため、通った後は門前に雪が残りますので、ご理解をお願いします。また、高齢者世帯など除雪に困っている方には、地域での助け合いをお願いします。  
問道路保全課 ☎214・8381

センター ☎080・4904・0460、商業・雇用支援課 ☎214・1007

**山形/仙台/東北ワークフェスWEB(ウェブ)企業・業界研究会**

●日時 2月9日(水)・10日(金) 午前10時～午後6時(1事業者約20分) ●内容 就活に関する学生向けセミナー(30分程度)や、仙台・山形を中心とした東北の企業(30事業者程度)の会社説明・質疑応答をオンラインで行います ●対象 令和6年3月に大学・短大・専門学校等を卒業予定の方等(3年以内)に卒業した方を含む 申ホームページ <https://sen-zan-wj.co>

●日時 1月18日、2月15日、3月15日各水曜日午前9時～午後4時半 ●会場 アエル7階 ●内容 起業・経営の専門家による起業に関する個別相談会 ●対象 起業予定の方、起業後間もない方各30人(先着) 申1月6日午前9時から電話で。ホームページ <https://www.sip-city.sendai.jp/assista/> から申し込めます 申・問仙台市産業振興事業団 ☎724・1212

1月28日までに 問商業・雇用支援課 ☎214・1007

**専門家が勢ぞろい!起業・創業なんでも相談DAY(フリー)**

今月の採用情報 ( )内は募集人数

Table with 2 columns: 種類等, 業務内容/申し込み/問い合わせ先等. Includes 歯科医師 (1人) recruitment details.

Table with 2 columns: 種類等, 業務内容/申し込み/問い合わせ先等. Includes (公財) 仙台市水道サービス公社職員 recruitment details.

Table with 2 columns: 種類等, 業務内容/申し込み/問い合わせ先等. Includes (公財) 仙台市建設公社職員 recruitment details.

Table with 2 columns: 種類等, 業務内容等. Includes (公財) 仙台市健康福祉事業団職員 recruitment details.

Table with 2 columns: 種類等, 業務内容等. Includes (公財) 仙台市公園緑地協会職員 recruitment details.

国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険料の納付済額をお知らせします

令和4年中に口座振替により国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料を納付いただいた方に納付済額のお知らせを、それぞれ1月下旬に発送します

問【国民健康保険料・後期高齢者医療保険料】区役所・宮城総合支所保険年金課、秋保総合支所保健福祉課【介護保険料】区役所介護保険課、宮城総合支所保健福祉課(☎は10ページ)

7年3月31日(月) ●申請方法等詳しくは市ホームページをご覧ください

20歳になったら国民年金 20歳になった方には、厚生年金加入者を除き、日本年金機構から国民年金に加入したことをお知らせします

個人情報セキュリティ研修 ●日時1月27日(金)午後1時半〜5時 ●内容市の個人情報を取り扱う業務の受託予定がある事業者の、個人情報保護責任者を対象にしたオンライン研修(外部委託に関するガイドラインにより受講の義務付け有り)

HPVワクチン(子宮頸がん予防ワクチン)を自費で受けた方に費用を助成します

はたちの献血 1月・2月は「はたちの献血」キャンペーン期間です

特定健診はお済みですか 国民健康保険の特定健診の受診期間は、1月31日(火)までです

国民健康保険の加入手続きはお済みですか 退職・失業などで職場の健康保険を脱退したときは、国民健康保険の加入手続きが必要です

Table with 4 columns: 検査, 日時, 会場, 定員. Lists HIV and syphilis testing locations and times.

問健康安全課 ☎214・8461 名称 所在地等 杜の都献血ルームA O T I Cビル6階

空き家総合相談会 空き家等の管理や活用等について、専門家が相談に応じます

講座・催し 空き家総合相談会

鉄仙台駅「ふれ地下」 菓子や雑貨など、障害のある方が作った製品の販売会です

相談窓口 秘密厳守 ★は祝休日、12/29(木)~1/3(火)を除く
相談内容 日時 電話 会場・その他
父子家庭の就業相談★ 毎週月~(金) 18:00~20:00 父子家庭相談支援センター ☎302・3663 Eメールkosodate@personal-support.orgでも相談可

たまきさんサロン講座
日時 催し名 対象
①1/22(日) 10:00~12:30 折り紙で世界を折って紙を空っぽに作って折る
②2/4(土) 13:30~15:30 魚目線の川と魚の環境調査

地域情報発信サポーター養成講座
日時 2月11日(祝)午前10時~正午
会場 生涯学習支援センター
内容 効果的に情報を届けるための発信手段の選び方や伝え方を学びます

社会生活力プログラム講座
日時 1月21日(土)午前10時~11時半
会場 宮城野障害者福祉センター
内容 グループホームの現状と利用等について学びます

必要事項を記入)で障害者相談支援事業所ハンス宮城野
日時 1月6日午前9時から10時
会場 仙台市産業振興事業団

市民センター子ども・若者・大人事業 成果報告会
日時 1月22日(日)午前10時~午後4時45分
会場 生涯学習支援センター

消防出初式
消防職員・消防団員等や消防車の行進のほか、市指定無形民俗文化財「仙台消防階子乗り」の演技や特別機動救助隊等による訓練の披露、消防車による一斉放水などを行います。
日時 1月6日(金)10:00~12:00
会場 勾当台公園市民広場・市役所本庁舎前
交通規制のお知らせ
市役所本庁舎南側の表小路線および本庁舎西側道路では、下図のとおり交通規制が行われます。

学校給食フェア
学校給食や食育に関する展示
日時 1月16日(月)~20日(金)
午前9時~午後5時(最終日は午後4時まで)
会場 市役所本庁舎1階ロビー
給食メニューの提供
献立
1/20(金) 11:00~、12:00~ (各30食。無くなり次第終了)

どんと祭のお知らせ
■大崎八幡宮どんと祭に臨時バスを運行します
1月14日(土)に開催される大崎八幡宮どんと祭に合わせ臨時バスを運行しますので、ご利用ください。
行き先等 運行時間
① どんと祭会場行き 仙台駅前16番のりば始発 15:30~20:00 (8~10分間隔)

海岸公園センターハウスの催し
レンジャーと歩く荒浜生きものツアー冬編「貞山運河の冬鳥バードウォッチング」
日時 1月21日(土)午前9時~11時半
内容 貞山運河でカモなどの水鳥を観察します
定員 15人(抽選)
双眼鏡の貸し出し有り
ふわふわカモのフェルトブローチづくり
日時 1月29日(日)午前10時~午後0時半
内容 羊毛フェルトで野鳥のブローチを作ります
対象 15歳以上12人(抽選)

仙台の昔を伝える紙芝居上演会
日時 1月27日(金)午後2時半~3時半
会場 八幡杜の館(青葉区八幡3-1-11)
内容 「いつてみっぺ どんと祭」などの紙芝居の上演
定員 15人(先着)
直接会場へ
問 仙台の昔を伝える紙芝居作り・上演実行委員会事務局(青葉区まちづくり推進課内) ☎225・7211

難病患者等ボランティア養成講座
日時 2月14日(火)午後1時半~3時半
会場 交通局庁舎

センダイ・フォー・スタートアップス2023
起業家や学生のチャレンジを応援するイベントです。
①TGAフェスティバル2023
日時 2/24(金) 12:30~18:30
内容 東北のスタートアップ企業・中小企業によるプレゼンテーション、起業支援者によるパネルディスカッション等
②仙台アプリコンテスト「DA-TE APPS! 2023」
日時 2/25(土) 11:00~13:30、14:00~17:00
内容 ITコンテスト(学生が開発したITサービスのプレゼンテーション等)、ゲームコンテスト(学生が開発したゲーム作品のプレゼンテーション等)

トウホク・ソーシャル・イノベーション・サミット2023
日時 2/26(日) 13:30~18:00
内容 東北の社会起業家によるプレゼンテーション、起業支援者によるパネルディスカッション等
※いずれも●会場=中小企業活性化センター(アエル5階) ●定員=①③各300人[先着] ②各300人[抽選]
①③ 1月24日9:00から電話またはホームページ①https://startup-tohoku.jp/③https://www.social-ignition.net/tsis2023で②電話またはホームページhttp://dateapps2023.globallab-sendai.com/で2月24日までに申・問産業振興課①③☎214・8278②☎214・8263

**せんだい豊齢学園特別公開講座「脳の健康づくりー睡眠と運動」**

●日時 2月16日(木)午後1時～3時半 ●会場 シルバーセンター ●内容 質の良い睡眠をとる方法について講話や運動実技を通して学びます ●対象 市内にお住まいかお勤めの50歳以上の方100人(先着) ●費用 500円 申1月10日午前10時から電話またはファクス、Eメール 申1月10日午前10時から電話またはファクス、Eメール kigai@sendai-hw.or.jp

**泉社会福祉センターの催し**

無料相談会

●日時 1月18日(水)午前9時～11時半(1人30分程度) ●内容 行政書士による遺産相続等の個別相談 申1月6日午前9時から電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で音のない世界と手話体験教室 ●日時 1月21日(土)午後1時半～4時 ●内容 聴覚障害のある方の講話や手話の体験 ●対象 市内にお住まいかお勤めの方 手話未経験者の16歳以上の方20人(先着) 申1月6日午前10時から電話で。直接施設も可 ※いずれも申・問泉社会福祉セ

機関実施	日時	講座名	定員
③東北大学	2/4(土) 10:30～12:00	仙台の長町・富沢界隈の地名と災害	各10人(先着)
②仙台白百合女子大学	1/21(土) 13:30～15:00	戦中戦後の学校給食 仙台編	
①東北文化学園大学	1/21(土) 10:30～12:00	藩政時代仙台領の郷土出版文化史から	

**学都仙台コンソーシアムサテライトキャンパス講座 仙台学2023**

**仙台市LINE公式アカウント**

登録方法 LINEアプリで「仙台市」と検索、または「@sendai-city」とID検索して、友だち登録してください。

新機能リニューアル 1月中旬から、「新型コロナウイルス」「防犯」「クマ出没」「地下鉄」「パブリックコメント」の項目の中から受け取りたい情報を選ぶ「受信設定」ができます。

開設2周年プレゼントキャンペーン ●応募期間=2月1日(水)～10日(金) ●対象=「仙台市LINE公式アカウント」を友だち登録し、1月31日(火)までに「受信設定」で受け取りたい情報を1つ以上選択した方 ●応募方法=2月1日(水)にトーク画面で送られてくるURLにアクセスし、簡単なアンケートに回答 ●プレゼントの内容など詳しくは、市ホームページをご覧ください

問 広報課 ☎214・1143

**音楽ホール関連シンポジウム「ホールの楽しみ」**

●日時 2月4日(土)午後2時～4時15分 ●会場 エル・パーク仙台 ●内容 劇場の計画や音響の専門家、指揮者による講演等 ●定員 200人(先着) ●ライブ配信有り。詳しくは、市ホームページをご覧ください 申1月12日午前10時から電話またはEメール(申込時の必要事項)と参加者全員の氏名(3人まで)を記入)で文化振興課 ☎214・6139、Eメール simoo4120@city.sendai.jp

**住宅活用セミナー 住まいの終活(相続・遺言)の基本を知ろう**

●日時 1月28日(土)午後1時～3時 ●会場 シルバーセンター ●内容 住まいの相続に関する基本的な知識や、遺言の活用方法について説明します ●対象 市内に住宅をお持ちの方60人(先着) 申1月6日午前9時から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項を記入)で。市ホームページの電子申請からも申し込みできます 申・問住宅政策課 ☎214・8330、FAX 268・2963、Eメール toso09430@city.sendai.jp

**大人の未来学校**

●日時 2月4日(土)午前10時半～正午 ●会場 シルバーセンター ●内容 「地域での防災・減災活動」共助・協働」と題した講話 ●対象 市内にお住まいかお勤めの30代～50代の方30人(先着) ●費用 500円 申1月9日午前10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年齢を記入)で。

1 ☎233・3451、FAX 233・6298、Eメール liaison@office.tbg.ac.jp ②仙台白百合女子大学地域貢献研究センター ☎374・5090、FAX 374・4577、Eメール event@sendai-shira.yui.ac.jp ③東北大学教育・学生支援部教務課教育支援係 ☎795・4933、FAX 795・7555、Eメール gsc-sc@grp.hokoku.ac.jp

直接施設も可 申・問シルバースセンター ☎215・3170、FAX 215・4140、Eメール kouryu@sendai-hw.or.jp

**仙台フィルハーモニー管弦楽団定期演奏会**

●日時 2月17日(金)午後7時～2月18日(土)午後3時 ●会場 日立システムズホール仙台 ●出演 高関健(指揮)、小山実稚恵(ピアノ) ●曲目 ベートーベン「ピアノ協奏曲第5番「皇帝」」ほか ●入場料(全席指定) 5100円、A席4600円ほか ●未就学児は入場不可 問仙台フィルサード ☎225・3934

**市営住宅入居者募集 (ひとり親・子育て・多子世帯対象)**

申し込み受け付け 1月16日まで

●「入居募集のご案内」=1月6日(金)から市役所国分町庁舎2階仙台市建設公社募集課、市役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内、総合支所、青葉区役所戸籍住民課仙台駅前サービスセンター(アエル5階)、証明発行センター、各区中央市民センター、生涯学習支援センターなどで配布 ●申し込み方法=表の中から1戸を選び、「入居募集のご案内」に添付の申込書を専用封筒で1月16日までに郵送で。申し込み多数のときは抽選 ●入居可能日=3月30日(木)(予定) ●申し込みできる方=次の条件を全て満たす方①現在住宅に困っている②申込者本人が20歳未満の子を扶養しているひとり親世帯、もしくは未就学児がいる世帯、または18歳未満の子3人以上と同居する世帯③市内に住所または勤務地がある。他にも収入が一定額以下であることなど条件があります。★の住宅にはさらに条件があります。詳しくは「入居募集のご案内」をご覧ください 原子力災害により避難指示を受けている区域に居住されていた方や、子ども・被災者支援法に基づく支援対象地域に居住していた避難者の方、配偶者等からの暴力被害者・犯罪被害者の方などは、申し込み条件が異なりますのでお問い合わせください

**一般向け住宅(ペット可住宅)★**

住宅名	構造	タイプ	所在地
六丁の目中町	高層	3DK	若林区六丁の目中町

**一般向け住宅**

住宅名	構造	タイプ	所在地
川平	中層	3DK	青葉区川平三丁目
上原	中層	3K	青葉区愛子中央三丁目
上原	中層	3DK	
高砂(東)	中層	3DK	宮城野区福室五丁目
高砂(西)	中層	3DK	
高砂(西)	中層	2LDK	宮城野区福室六丁目
鶴ヶ谷第一	高層	3K	宮城野区鶴ヶ谷二丁目
小鶴	中層	3DK	宮城野区小鶴三丁目
福田町第一	中層	3DK	宮城野区田子一丁目
福田町第二	中層	3DK	宮城野区田子三丁目
田子西	中層	3K	宮城野区田子西一丁目
燕沢東	高層	4K	宮城野区燕沢東二丁目
若林	中層	3DK	若林区若林四丁目
荒井東	高層	4K	若林区荒井東二丁目
卸町	高層	3K	若林区卸町三丁目
六丁の目西町	高層	3K	若林区六丁の目西町
袋原	高層	2DK	太白区袋原字平淵
四郎丸	中層	3DK	太白区四郎丸字大宮
四郎丸	高層	3DK	
四郎丸東	高層	3DK	太白区四郎丸字落合
西中田	中層	3DK	太白区西中田六丁目
茂庭第一	中層	3DK	太白区茂庭台四丁目
あすと長町	高層	3DK	太白区あすと長町四丁目
泉中央南	高層	4K	泉区泉中央南

※住宅の構造・タイプについては、変更となる場合があります

問 仙台市建設公社募集課 ☎214・3604

**多家族向け住宅(ペット可住宅)★**

住宅名	構造	タイプ	所在地
荒井東	高層	4DK	若林区荒井東二丁目
若林西	中層	4DK	若林区若林二丁目

**多家族向け住宅★**

住宅名	構造	タイプ	所在地
梅田町	高層	4DK	青葉区梅田町
高砂(東)	中層	4DK	宮城野区福室五丁目
高砂(西)	中層	4DK	宮城野区福室六丁目
福田町第一	中層	4DK	宮城野区田子一丁目
岡田	低層	4DK	宮城野区福室字平柳
四郎丸	高層	4DK	太白区四郎丸字大宮
四郎丸	中層	4DK	

**宮城野区文化センターの催し**

ミュージック・フロム・パトナ「しみあげる」

●日時 2月8日(水)午後7時～ ●出演 西沢澄博(オーボエ)、北端祥人(ピアノ)ほか ●曲目 トウイレ「六重奏曲変ロ長調 op.6」ほか ●入場料(全席指定) 一般3千円、ペア5500円ほか ●未就学児は入場不可 ●チケットは宮城野区文化センターほかで販売中 ワンコインシアター

●日時 2月23日(祝)午後2時～6時 ●内容 大谷努著「道の奥には」(第5回仙台短編文

学賞大賞受賞作品)の朗読 入場料(自由席) 各500円 ●チケットは宮城野区文化センターで販売中。1月6日午前11時から電話またはEメールでも受け付けます

**サポセニュースフェスター 同世代の活動者つながり**

市民活動に関する情報交換や参加者同士の交流を行います。

●日時 2月10日(金)午後7時～9時 ●会場 市民活動サポセスター ●対象 県内で市民活動をしている、または市民活動に関心がある20代～30代の方60人程度(先着) 申1月6日午前9時から電話またはEメール(応募内容、氏名、電話番号、所属がある場合は活動団体名(学生は学校名)も記入)で。ホームページ <https://sapo-sen.jp/>からも申し込みます 申・問 市民活動サポセスター ☎212・3010、Eメール sen dai@sapo-sen.jp

**仙台市市民文化事業団の催し**

①日立システムズホール仙台 presents 大前光市(義足のダンサー) × 熊谷駿(サクソプレイヤー) [Sendaiscape]

●日時 1月27日(金)19:00～、1月28日(土)14:00～ ●会場 日立システムズホール仙台 ●内容 義足のコンテンポラリーダンサー・大前光市氏と仙台で活躍するサクソ奏者・熊谷駿氏による新作舞台作品の上演 ●入場料(全席自由) 一般3,800円、18歳以下2,800円(当日券は200円増) ●未就学児は入場不可 ●チケットは日立システムズホール仙台ほかで販売中

②舞台スタッフ・ラボ2022

コース	期間	内容	費用
基礎のみ	2/4(土)～19(日)	舞台監督・照明・音響の各部門の講義(2部門まで受講可)	一般3,000円、高校生以下1,000円
基礎・発展		上記各部門の講義、模擬公演にスタッフとして参加	一般5,000円、高校生以下2,000円

●会場=宮城野区文化センターほか ●定員=各部門(舞台監督・照明・音響)15人程度[先着] ●日程等詳しくは、ホームページ <https://www.gekito.jp/> をご覧ください 申1月6日10:00から電話またはEメール(申込時の必要事項と希望コース・部門、メールアドレスを記入)で。ホームページからも申し込みます

申・問 ①仙台市市民文化事業団 ☎301・7405 ②せんだい演劇工房10-BOX ☎782・7510、Eメール contact@gekito.jp

### 母子家庭相談支援センターの催し

- ① シングルマザーのためのマネー・プランナー・ファイナンシャル・プランナー専門相談
  - 日時 1月29日(日)午前9時～午後3時35分(1人60分)
  - 対象 市内にお住まいの母子家庭の母、寡婦の方および離婚を考えている子育て中の女性7人(先着)
- ② 社労士セミナー&社労士相談
  - 日時等 内容

2/9(木)		日時等	内容
(イ)12:45～15:55 (1人40分)	(ア)9:30～11:30		女性の社会保険労務士によるセミナー「人生の転機に考えよう シングルマザーの働き方と社会保険」
			女性の社会保険労務士による個別相談

- 対象 母子家庭の母、寡婦の方および離婚を考えている子育て中の女性(ア)12人(イ)4人(いずれも先着)
- ③ シングルマザーのための就業セミナー「中途採用は交渉が大事!わたしの希望を伝える」
  - 日時 2月16日(木)午前9時～11時半
  - 内容 自己PRや答えにくい質問への受け答えの方法などを解説します
  - 対象 母子家庭の母、寡婦の方および離婚を考えている子育て中の女性10人(先着)

### 仙台市健康福祉事業団の催し

- ① シニアステップアップ運動教室
  - 日時 2月3日・17日・24日 各金曜日午前10時～11時、11時半～午後0時半
  - 内容 リズム体操など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運動可能なおむね60歳以上の方各25人(先着)
  - 費用 各510円 申1月17日午前10時から電話で
- ② 介護講座
 

講座名	日時	内容	定員
認知症パートナー講座	2/7(木) 13:30～16:10	「認知症の人と一緒に生活するには?」	24人(先着)
介護1日講座	2/15(水) 10:30～14:30	「認知症を正しく理解し、自分らしく暮らす」 「認知機能低下予防は、いきいき健康な生活から」	30人(先着)
土曜介護講座	2/25(土) 10:00～12:00	「脳卒中1万が一のために知っておきたいこと」	50人(先着)

申1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講座名を記入)で  
※いずれも●会場 シルバーセンター 申・問仙台市健康福祉

※いずれも●会場 エル・ソーラ仙台 ●託児有り(①②④)0カ月～小学1年生(③)⑥カ月～小学1年生。①1月19日②2月1日③2月8日までに要申し込み) 申1月6日午前9時から電話で母子家庭相談支援センター ☎212・4322

### 健康増進センターの催し

- 日時 1月18日(水)午後1時半～2時半 ●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)
- 申1月6日午前9時から電話で糖尿病予防のイロハ無理解なく続ける運動と食事

日時	内容	会場
2/4(土) 10:00～11:30	【食生活編】 普段の食生活からできる糖尿病予防のこつなどについての講話 【運動編】 糖尿病予防に向けた手軽な運動実技など	健康増進センター

- 対象 市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方各20人(先着) ●費用 各510円 申1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年齢、参加希望日を記入)で。直接施設も可

### 事業団① ☎215・3194 ② ☎215・3711、FAX 215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com

### 女性活躍推進セミナー「今こそ進める ジェンダーダイバーシティ経営」

- 日時 2月16日(木)午後3時～5時 ●内容 企業の成長や発展につながる、女性リーダー育成のポイントについてのオンライン講演。地元企業による事例紹介もあります ●対象 企業の経営者、役員、管理職、人事・労務担当者等 申ホームページ <https://www.sendai-l.jp/> 2月14日までに 問エル・ソーラ仙台 ☎268・8044

### 初級障害者スポーツ指導員養成講習会

- 日時 2月18日(土)・19日(日)・23日(祝)・26日(日)(全4回) 午前9時半～午後5時半 ●会場 宮城野体育館ほか ●対象 市内にお住まいの18歳以上の方30人(抽選) ●費用 3500円(テキスト代。資格取得のためには別途費用がかかります) 申市役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内で配布する申込書(ホームページ <https://www.sendai-ds.jp/> からダウンロード可)で1月13日(必着)までに 問仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690

加希望日を記入)で。直接施設も可  
●日時 2月3日(土)・24日(毎週金曜日)(全4回) 午前10時～11時半 ●会場 健康増進センター ●内容 認知機能低下予防に関する講話と運動実技など

- 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20人(抽選) ●費用 2040円 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年齢を記入して1月20日(必着)までに。直接施設も可
- ※いずれも申・問健康増進センター(〒981-3133 泉区中央2-24-1 ☎374・6661、FAX 374・6664、Eメール shpc-oubo@rad.ocn.ne.jp)

### 金曜日の猫譲渡会

- 日時 1月13日(土)・2月3日の毎週金曜日午前10時～正午 ●会場 アンパル仙台 ●持ち物 本人確認書類・キャリーケース・記入済みの猫譲渡チェックリスト(市ホームページからダウンロード可)・賃貸住宅や集合住宅にお住まいの方はペットの飼育が可能であることが証明できる書類 ●猫の譲渡は先着順。審査により譲渡できない場合有り ●直接会場へ 問アンパル仙台 ☎258・1626

### 仙台市長杯 ボッチャ大会

- 障害のある方もない方も楽しめるボッチャの大会を行います ●日程 各区分選会 1月29日(日)、2月4日(土)・5日(日)のいずれか1日、(決勝)3月5日(日) ●対象 小学生以上。チーム(3～5人以上)での申し込み ●申し込み方法等詳しくは、市役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内、仙台市障害者スポーツ協会で配布する申込用紙(ホームページ <https://www.sendai-ds.jp/> からダウンロード可)をご覧ください 問仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX 236・8691

### 冬季泉ヶ岳自然観察会

- 日時 2月12日(日)午前9時半～午後1時半 ●内容 ①軽登山コース ②自然観察コース ●定員 各15人程度(抽選) ●費用 各500円 ●集合・解散 オーエンス泉ヶ岳自然ふれあい館 ●天候や積雪の状況により中止の場合有り 申はがきに参加者全員(一通につき2人まで)の申込時の必要事項と年齢、スノーシュー使用経験の有無、参加希望コース名を記入して1月20日(必着)までに 〒981-3189(住所記入不要) 泉ヶ岳利活用推進市民会議事務局(泉区まちづくり推進課内) ☎372・3111

### 男女共同参画推進センターの催し

- ① ジェンダー論公開講座「家族を孤立させないために」
    - 日時 1月21日(土)13:30～15:30 ●会場 エル・パーク仙台 ●内容 社会から孤立した家庭の中で起こる暴力被害を防ぐための、公的支援について考えます ●定員 60人(抽選) ●費用 1,000円(学生は500円、高校生以下無料)
  - ② 離婚に悩む女性のためのミニセミナー
    - 日時 1月27日(金)10:30～11:30 ●会場 エル・ソーラ仙台 ●内容 離婚に関する基本的な知識を女性相談員が説明します ●対象 離婚に悩む当事者の女性12人(先着)
  - ③ DVを知る基礎講座―被害から回復するために
    - 日時 2月10日(金)10:30～11:30 ●会場 エル・ソーラ仙台 ●内容 DV被害の影響や回復に向けて大切なことを解説します ●対象 女性(家族や支援者も可) 12人(先着)
- ※いずれも●託児有り(6カ月～小学1年生。子ども1人300円。①1月12日②1月19日③2月2日までに要申し込み) ④電話またはファクス(申込時の必要事項と託児希望の方は子どもの年齢を月齢まで記入)で1月12日までに。ホームページ <https://www.sendai-l.jp/> から申し込みます ②③1月6日9:00から電話で 申・問①エル・パーク仙台 ☎268・8301、FAX 268・8316 ②③エル・ソーラ仙台 ☎268・8302

### スマートフォン講習会

- 対面形式でのスマートフォン講習会を実施します。
- | 日時                    | 内容                                |
|-----------------------|-----------------------------------|
| 1/12(木)・2/3(金)        | 10:00～11:00 アプリのインストール方法          |
|                       | 11:30～12:30 SNS・コミュニケーションアプリの利用方法 |
| 1/13(金)・26(木)・2/9(木)  | 10:00～11:00 インターネットの利用方法          |
|                       | 11:30～12:30 アプリのインストール方法          |
| 1/19(木)・27(金)・2/10(金) | 10:00～11:00 電源の入れ方・ボタンの操作方法       |
|                       | 11:30～12:30 電話のかけ方・カメラの使い方        |
| 1/20(金)               | 10:00～11:00 メールの利用方法              |
|                       | 11:30～12:30 マイナンバーカードの申請方法        |
| 1/20(金)               | 11:30～12:30 マイナポータル活用法            |
|                       | 13:00～14:00 マイナポイントの予約・申込方法       |
- 会場 (株)BWORKS仙台営業所(青葉区五橋1-7-15 ピースビル五橋5階) ●定員 各回7人(先着) ●複数申し込み可 ●スマートフォンの貸し出し有り 申1月6日9:00から電話で(株)BWORKS専用窓口 ☎011・231・3926(平日9:00～17:00) 問まちのデジタル推進課 ☎214・1248

### せんだいメディアテークの催し

- ① 展覧会「定禅寺パターゴルフ???倶楽部!!」
  - 日時 1月11日(水)～2月5日(日)10:30～19:00(入場18:30まで) ●内容 アーティストであるコンタクトゴンゾとドットアーキテクツの2組が作る、見たことのないようなパターゴルフ場でのプレーやパタークラブ作り体験など ●費用 一般300円(高校生以下無料) ●障害の有無にかかわらず参加できるイベントもあります。詳しくはホームページ <https://www.smt.jp/projects/jpgc/> をご覧くださいか、お問い合わせください
- ② 展覧会関連イベント「三ヶ尻敬悟プロ(コンタクトゴンゾ)らによる公開練習」
  - 日時 1月11日(水)13:00～15:00 ●展覧会入場料がかかります ●直接会場へ
- ③ てつがくカフェ(オンライン)
  - 日時 1月28日(土)14:00～16:00 ●内容 「帰る」ことについて参加者同士で対話しながら考えます ●定員 15人(先着) ●詳しくはホームページ <https://www.smt.jp/projects/cafephilos/> をご覧ください 申1月10日9:00からホームページの申し込みフォームで
- ④ 「共に学び、生きる共生社会コンファレンス」東北ブロック
  - 日時 2月12日(日)10:00～16:00 ●内容 障害のある方の学びの場づくりに関する講演や成果発表など ●対象 障害のある方とその家族、社会教育に関わる方等70人(先着) ●オンラインでも参加できます 申1月6日11:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と同伴者の有無、必要なサポート等を記入)でNPO法人エイブル・アート・ジャパン。ホームページ <https://soup.ableart.org/program/2022nen/sou-pnoacademia2022/> から申し込みます 申・問①～③せんだいメディアテーク ☎713・4483 ④NPO法人エイブル・アート・ジャパン ☎070・5328・4208、FAX 774・1576、Eメール [soup@ableart.org](mailto:soup@ableart.org)、せんだいメディアテーク ☎713・4483

### 杜の都の生き物語―カッコウを呼び戻せ!ヨシ刈り大作戦

- 日時 2月11日(祝)午前9時半～正午 ●会場 せんだい農業園芸センター ●内容 生き物が生息するヨシ原を維持するためのヨシ刈り作業と、刈り取ったヨシを使ったコースターづくりなど ●定員 30人(抽選)。小学生以下は保護者同伴 申ファクスまたはEメールに申込時の必要事項を記入して2月1日までに 申・問環境共生課 ☎214・0007、FAX 214・0580、Eメール [kan007130@city.sendai.jp](mailto:kan007130@city.sendai.jp)

●対象市内にお住まいの①障害のある方・難病の方②身体に障害のある方(介添人含む)各15人(抽選) 申市役所本庁舎1階市民のへや、仙台市障害者福祉協会等で配布する申込用紙で①1月16日②1月21日までに問仙台市障害者福祉協会☎266・0294、FAX266・0292

**障害者eスポーツ体験会**

●日時11月22日(日)午後1時～4時 ●会場1生涯学習支援センター ●内容1eスポーツ

日時	内容	会場
②1/26(木) 10:30～11:30	ストレッチや軽い筋トレをしながら、骨粗鬆症予防	太白障害者福祉センター
①1/21(出) 13:30～14:30	血液検査の結果について学ぶ	宮城野障害者福祉センター

**ひきこもり地域相談会**

●日時11月25日(水)午後2時～4時 ●会場1吉成市民センター ●内容1ひきこもりに関する個別相談 ●対象1市内にお住まいでひきこもり状態にある方の家族6組(先着) 申1月6日午前10時から電話で仙台市ひきこもり地域支援センター☎285・3581

**障害者健康指導教室**

(電子機器を用いたスポーツ競技)やバーチャルリアリティの体験 ●対象1市内にお住まいの障害のある方10人(先着) 申1月6日午前9時から電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で障害企画課☎214・8151、FAX223・3573

**仙台市視覚障害者福祉協会の催し**

①ナビレンス体験会 ●日時11月22日(日)午後1時～3時 ●内容1ナビレンス(スマートフォンアプリ)を利用し、情報を埋め込んだタグを読み取ると、埋め込まれた情報を音声で読み上げるサービス)の体験 ●対象1市内にお住まいの視覚

●会場1①宮城野体育館②宮城野体育館温水プール 申電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と年齢、参加希望内容を記入)で①②1月18日③④1月17日までに仙台市障害者スポーツ協会☎236・8690、FAX236・8691、Eメールinfo@sendaidsai.jp

日時	内容	対象
1/29(日) 9:30～11:00	④水泳教室(中級者向け)	市内にお住まいの障害のある方で③10メートル程度泳げる方④25メートル程度泳げる方各8人(いずれも抽選)
1/22(日) 13:30～15:00	③水泳教室(初級者向け)	市内にお住まいの障害のある方各15人(いずれも抽選)
1/21(出) 10:00～11:30	①ポッチャ教室	

**障害のある方のスポーツ教室**

●日時11月22日(日)午後10時～正午 ●内容1視覚障害のある女性のための情報交換会 ●対象1市内にお住まいの視覚障害のある女性15人(抽選) ※いずれも●会場1福祉プラザ 申電話で①1月18日②1月28日までに仙台市視覚障害者福祉協会☎213・5811

**知的障害のある方のフライングメント教室**

●日時11月25日(出)午前9時半～10時半、11時～正午 ●会場1福祉プラザ ●対象1市内にお住まいで療育手帳をお持ちの15歳以上の方(在学中の方を除く)各10人(抽選)。付き添い可 ●費用1各1600円 申電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で1月31日までに仙台市知的障害者関係団体連絡協議会☎211・5030、FAX211・7071

**アルコール・薬物 家族ミートイン**

●日時11月12日(木)・26日(木)午後2時～3時半 ●対象1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10ページ) 問精神保健福祉総合センター☎265・2191

**難病の方の小さな交流会**

●日時11月31日(火)午後1時半～3時 ●会場1仙台市難病サポートセンター(交通局庁舎7階) ●内容1日常生活での悩みや不安などについて、同じ疾

**難病医療相談会**

●日時11月29日(日)13:00～15:00 ●会場1市民活動サポートセンター ●定員1各50人(先着)

●日時11月27日(金)午前10時～正午 ●会場1障害者総合支援センター ●内容1「介護保険について」と題したミニ講話と家族同士の交流 ●対象1高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申1月6日午前9時から電話で電話で障害者総合支援センター☎771・6511

**ひきこもりや障害のある方の家族向け学習会・相談**

●日時11月27日(金)午前10時～正午 ●会場1障害者総合支援センター ●内容1「介護保険について」と題したミニ講話と家族同士の交流 ●対象1高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申1月6日午前9時から電話で電話で障害者総合支援センター☎771・6511

**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	1/18(火) 13:00～16:00(1人30分)	12人(先着)	1/12 10:00～

申電話で仙台ライフサポート☎090・1494・8106

■大野田老人福祉センター☎・FAX247・1005

催し名等	日時	定員	受付
おそとのおもてなし(演奏)	1/21(出) 13:30～14:30	40人(先着)	1/6 9:30～
ツボ押し講座	1/24(火) 13:30～15:00	40人(先着)	

申電話または直接施設へ

■泉中央老人福祉センター☎・FAX373・1285

催し名等	日時	定員	受付
3B体操体験教室(道具を使った軽運動)	1/24、2/14・28、3/14 各火曜日 10:00～11:30	各25人(先着)	1/7 9:30～

●費用1各120円(保険代) 申電話または直接施設へ

**高次脳機能障害「家族のための交流会」**

●日時11月27日(金)午前10時～正午 ●会場1障害者総合支援センター ●内容1「介護保険について」と題したミニ講話と家族同士の交流 ●対象1高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申1月6日午前9時から電話で電話で障害者総合支援センター☎771・6511

**患の方同士で語り合います**

●対象1特発性拡張型心筋症の方5人(先着) 申1月10日午前10時から電話で仙台市難病サポートセンター☎796・9131

**ひきこもりや障害のある方の家族向け学習会・相談**

●日時11月27日(金)午前10時～正午 ●会場1障害者総合支援センター ●内容1「介護保険について」と題したミニ講話と家族同士の交流 ●対象1高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申1月6日午前9時から電話で電話で障害者総合支援センター☎771・6511

**のびすく**

内容	日時	対象等	受付
「むすんでひらいて」発達障がいの子どもと親のひろば(発達障がいの子どもと保護者に広場を開放します)	1/16(月) 10:00～15:00	発達障がいの子どもと保護者(休館日のため対象者のみの利用)	1/6 9:30～

■のびすく宮城野☎352・9813、FAX352・9812

内容	日時	対象等	受付
おもちゃ病院ドレミ開院!(壊れたおもちゃの修理)	1/21(出) 13:00～13:30、13:30～14:00、14:00～14:30、14:30～15:00	子どもと保護者各2組(先着)(部品交換等は実費負担。修理できない場合有り)	1/7 9:00～

■のびすく若林☎282・1516、FAX282・1609

内容等	日時	対象	受付
おそとのびすくプレーパーク(外遊び) ●会場1若林区役所南側ふるさと広場	1/19(木)13:30～15:30(荒天時中止)	乳幼児と保護者	直接会場へ

■のびすく長町南☎399・7705、FAX399・7706

内容	日時	対象	受付
たなごころ親子ストレッチ&ベビーマッサージ	1/19(木) 10:30～11:15	首すわり後7カ月までの乳児と母親5組(先着)	1/12 9:30～

■のびすく泉中央☎772・7341、FAX375・0671

内容	日時	定員	受付
子育て支援 活動見本市(ステージ発表等)	1/20(金) 13:30～16:00	80人(先着)	1/6 9:30～

※いずれも申・問電話または直接施設へ

## 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

申込方法— a: 電話で b: 直接窓口へ c: 費用を添えて直接窓口へ d: 往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して施設へ郵送 e: はがき持参で直接施設へ f: ホームページで

### ◆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 TAC葛岡ウォーターパーク(葛岡温水プール) ☎277・8598	オリンピックによる特別水泳教室(クロール7～15メートル)以上泳げる小学生	1/29 13:30～14:30	30人(先着)	—	1/6 10:00～	a・b
太白区 カメイアリーナ仙台(仙台市体育館) ☎244・1111	週いち! キッズ(小学生)	(ア)1/24 (イ)1/31 (ウ)2/7 (エ)2/14	各5人(先着)	各400円	(ア)1/10 (イ)1/17 (ウ)1/24 (エ)1/31 9:00～	a・b
泉区 七北田公園体育館 ☎375・9914	女性向けヨガ教室(一般女性)	2/8・15・22(3回)	12人(先着)	1,500円	1/30 10:00～	a・b
	ベビーマッサージ教室(乳児と保護者)	2/9	8組(先着)	500円	2/2 10:00～	

### ◆仙台国際ハーフマラソン2023 参加者募集

6月4日(日)に、参加者数を2022大会より拡大して開催します。受け付けは、2020(第30回)大会にエントリーされた優先出走権保持者(約7,800人)が優先となります(2022大会にエントリーした方を除く)。

※2023大会をもって、優先出走権保持者が対象となる大会は終了となります。優先出走権は、2024大会以降無効となりますのでご注意ください

募集部門	対象	定員	費用	受付	
				優先出走権保持者	一般
エリート部	大会当日に18歳以上の方(高校生を除く)	800人	各10,000円	1/11 11:00～	—
日本陸連登録競技者の部	大会当日に16歳以上の方	50人	9,000円		2/8 20:00～
車いすの部	大会当日に18歳以上の方	7,030人	10,000円		

●優先出走権保持者により定員を満した場合は、一般の方の受け付けは実施しません ●参加資格や申し込み方法等、詳しくは大会ホームページ<https://www.sendaihalf.com/>をご覧ください 問仙台国際ハーフマラソン大会実行委員会事務局(仙台市スポーツ振興事業団内) ☎297・1322

●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-sendai.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

# お出かけ情報

施設からのお知らせ

**申込時の必要事項** ①応募内容 ②〒住所 ③氏名(フリガナ) ④☎FAX  
※往復はがきの場合は返信先も記入

## 野草園 〒982-0843太白区茂ヶ崎2-1-1 ☎222・2324、FAX222・9155

- 冬季特別開園
  - 日時＝1月15日(日)9:00～16:00 ●園長によるミニ講話も有り(11:30～12:00) ●当日は入園無料
- 冬の自然観察会
  - 日時＝1月15日(日)10:00～11:30 ●定員＝20人〔先着〕 ●荒天時中止 申1月6日9:00から電話で
- 大年寺山公園バードウォッチング
  - 日時＝1月29日(日)9:30～11:30 ●定員＝20人〔先着〕 ●荒天時中止 申1月7日9:00から電話で

## 八木山動物公園フジサキの杜 〒982-0801太白区八木山本町1-43 ☎229・0122、FAX229・3159

- ①飼育員とじっくり動物観察！  
ワークブックと飼育員のガイドにより、動物の観察方法を学びます。

日時	動物	対象
2/12(日) 14:00～15:00	ラクダ	小学生以上各20人〔抽選〕。小学生は保護者同伴
3/5(日)		

- ②ミッション！絶滅危惧種  
ワークブックと飼育員のガイドにより、絶滅の危機にある動物の現状などを学びます。

日時	動物	対象
2/19(日) 14:00～15:00	クロサイ	小学生以上各20人〔抽選〕。小学生は保護者同伴
2/26(日)	ミドリコンゴウインコ	

- ③動物園セミナー
  - 日時＝2月25日(土)13:20～15:00 ●会場＝ふれあい館
  - 内容＝野生のゾウの生息環境や保全活動の現状についての講演 ●対象＝高校生以上30人〔抽選〕

申往復はがきに参加者全員の**申込時の必要事項**と①②は参加希望日を記入して①②1月20日③2月6日(いずれも必着)までに。①②1月6日③1月16日から八木山動物公園フジサキの杜ホームページからも申し込めます

## 地底の森ミュージアム 〒982-0012太白区長町南4-3-1 ☎246・9153、FAX246・9158

- 企画展「遺跡のミ・カ・タ」
  - 期間＝1月5日(木)～2月26日(日)
- 考古学講座「旧石器時代を探る―旧石器時代研究最前線」
  - 日時＝2月11日(祝)13:30～15:00 ●内容＝旧石器時代の最新の調査研究成果についての講話 ●定員＝【会場】40人【オンライン】80人〔いずれも抽選〕 申往復はがき、ファクスまたはEメール(t-forest@coral.ocn.ne.jp)に代表者の**申込時の必要事項**と参加方法(オンライン希望の場合はEメールのみ受け付け)、参加者全員の氏名、学生は学年を記入して1月28日(必着)までに

## 秋保・里センター 〒982-0241太白区秋保町湯元寺田原40-7 ☎304・9151、FAX304・9152

日時	催し名	定員	費用
1/15	福を呼び込む御朱印帳をつくらう	各10人〔先着〕	各1,000円
1/22	10:30～12:00、13:30～15:00 スタンドグラスで干支(うさぎ)の置き型ミラーをつくらう	各10人〔先着〕	各2,500円
1/29	あけびのつるでお皿をつくらう	各10人〔先着〕	各1,300円
2/12	女の子も男の子もできる手形・足形でおひな様をつくらう	各10人〔先着〕	各1,300円

- 申1月6日9:00から電話で
- ひなまつり手づくり教室「えっぐクラフトでおひな様をつくらう」
  - 日時＝2月11日(祝)10:00～12:00、13:00～15:00 ●費用＝各500円 ●受け付けは各終了時間の30分前まで。材料が無くなり次第終了
- 展示・イベント

日時	催し名
1/22(日)まで(1/12(休)を除く)	らいらいりや 磊々峡もみじのこみちライトアップ フォトキャンペーン入賞作品展
1/8(日)・22(日)	秋保の民話語り

# お出かけ情報

施設からのお知らせ

- 催しは、1月6日からの内容を掲載しています
- 料金の記載の無いものは無料(入館料が必要な施設あり)
- 申し込み方法の記載の無い催しは直接会場へ

## 歴史民俗資料館 〒983-0842宮城野区五輪1-3-7 ☎295・3956、FAX257・6401

- 企画展「人力車から地下鉄へ―新しい時代の乗り物」
  - 期間＝4月16日(日)まで
- 企画展関連イベント「展示解説」
  - 日時＝1月15日(日)11:00～11:30、14:00～14:30
- 企画展関連講座

	日時	講座名	定員
①	1/22(日) 13:30～15:00	駅東の鉄道物語	各20人〔抽選〕
②	2/11(祝)	仙台の公共交通の歴史と課題	

- 申往復はがきまたはEメール(folkmuse@deluxe.ocn.ne.jp)に**申込時の必要事項**と講座名を記入して①1月13日②2月3日(いずれも必着)までに
- 季節展示「仙台の正月」
  - 期間＝1月31日(火)まで
- 子ども講座 紙芝居「おらいのお正月」
  - 日時＝1月14日(土)11:00～11:30、14:00～14:30

## 水の森公園キャンプ場 〒981-3121泉区上谷刈字堤下8 ☎773・0496、FAX773・0559

	日時	催し名等	定員
①	1/21(土) 10:00～12:00	2種類のコロボ連凧をつくって揚げよう ●費用＝300円	各20人〔先着〕
②	1/28(土) 12:00	木工教室・小鳥の巣箱づくり ●費用＝300円	

- 申①1月16日②1月23日9:00から電話でみどり十字軍☎090・8257・9245 問仙台市公園緑地協会☎293・3583
- 白鳥観察&たき火カフェ in 水の森
  - 日時＝2月4日(土)7:30～10:00 ●定員＝20人〔抽選〕 ●費用＝500円(保険代等)。未就学児無料 ●双眼鏡の貸し出し有り 申往復はがきまたはEメールに参加者全員(1通につき4人まで)の**申込時の必要事項**と年齢を記入して1月18日(必着)までに仙台市公園緑地協会(〒983-0842宮城野区五輪1-3-35☎293・3583、Eメールmi zunomori-event-entry@sendai-park.or.jp)

## 秋保ビジターセンター 〒982-0244太白区秋保町馬場字本小屋16-1 ☎399・2324、FAX399・6814

- ふたぐち小学校―輪かんじきスノーハイキング
  - 日時＝1月22日(日)9:30～14:00 ●対象＝小学生以上10人〔先着〕 ●費用＝500円 申1月12日10:00から電話で
- 雪の上で生き物の足跡を探してみよう！！
  - 日時＝1月28日(土)10:00～14:00 ●対象＝4歳以上の子どもと保護者15人〔先着〕 ●費用＝1人800円 申1月19日10:00から電話で
- ふたぐち小学校―雪と遊ぼう
  - 日時＝2月11日(祝)10:00～14:00 ●対象＝4歳以上の子どもと保護者30人〔先着〕 ●費用＝1人500円 申1月26日10:00から電話で

## スリーエム仙台市科学館 〒981-0903青葉区台原森林公園4-1 ☎276・2201、FAX276・2204

- ①小企画展「東日本大震災から学ぼう！ つなごう！ 防災・減災パネル展 in 科学館」
  - 期間＝1月14日(土)～3月21日(祝)
- ②楽しい化学実験室「光で液体の色を一瞬で変えてみよう」
  - 日時＝2月11日(祝)10:00～12:00 ●内容＝液体に光を当て、色を付けたり消したりする実験をします ●対象＝小学3年生以上10人〔抽選〕。小学3・4年生は保護者同伴
- ③大人の科学教室「月齢早見盤等の製作と月の話」
  - 日時＝2月19日(日)10:00～12:00 ●対象＝中学生以上10人〔抽選〕
- ④プログラミング教室
  - 日時＝2月26日(日)【初級】10:00～12:00、【中級】13:30～15:30 ●内容＝ロボットキットを用いてプログラミングを行います ●対象＝小学3年生以上各10人〔抽選〕。小学3・4年生は保護者同伴

②～④の**申往復はがき**に参加者全員の**申込時の必要事項**と学生は学年、④は参加希望時間も記入して②1月24日③1月31日④2月7日までに

# お出かけ情報

施設からのお知らせ

## 太白山自然観察の森 〒982-0251太白区茂庭字生出森東36-63 ☎244・6115、FAX244・6133

### ■野鳥観察とバードケーキ作り

●日時＝1月14日(土)10:00～11:30 ●対象＝小学生以上10人〔先着〕。中学生以下は保護者同伴 申1月6日9:00から電話で

### ■かわいい雪だるまのリースを作ろう

●日時＝1月22日(日)・29日(日)13:30～15:00 ●内容＝木の実などを使ってリースを作ります ●対象＝小学生以上各10人〔先着〕。小学3年生以下は保護者同伴 ●費用＝各200円 申1月7日9:00から電話で

### ■ガイドウォーク「真冬の森の楽しみ」

●日時＝毎週日曜日10:00～11:30 ●中学生以下は保護者同伴 ●持ち物＝飲み物・帽子・かっぱ・防寒具。歩きやすい服装と靴で

## 天文台

〒989-3123青葉区錦ヶ丘9-29-32 ☎391・1300、FAX391・1301

### プラネタリウム放映休止のお知らせ

リニューアル工事のため、12月29日(木)から4月28日(金)まで全ての放映を休止します。

### ■仙台天文同好会写真展

●期間＝1月6日(金)～2月28日(火) ●内容＝仙台天文同好会が撮影した天体写真の展示

●トワイライトサロン700回達成！「思い出の天文現象」  
●日時＝1月7日(土)17:00～17:45 ●内容＝土佐名誉台長と思い出の天文現象について語り合います

■移動天文台一べが号で星空ウォッチング(晴天時に実施)  
●日時＝①1月20日(金)②1月27日(金)19:00～21:00 ●会場＝①七北田公園②西公園 ●実施の有無については当日お問い合わせください

### ■ワークショップ「星座を立体的に見てみる」

●日時＝1月21日(土)12:20～12:40 ●内容＝星座の星の距離を調べ、展示室内にある星座の展示を冬の星座に替えます ●展示室観覧料がかかります

### ■天文台まつり2023

●日時＝2月4日(土)9:00～21:30、2月5日(日)9:00～17:00 ●内容＝天体観望会、ものづくりワークショップなど ●当日は、展示室観覧料、天体観望会無料。詳しくはホームページhttp://www.sendai-astro.jp/をご覧ください

## 市民センターの催し

休館日:月曜日、祝休日の翌日(土・日曜日、祝休日を除く)

※このほかの催しは市民センター事業ガイドや、ホームページ(https://www.sendai-shimincenter.jp/)をご覧ください

センター名	講座名	内容	対象・定員	日時等	申込方法	
宮城野区	宮城野区中央市民センター ☎791・7015、FAX295・2337 〒983-0842 五輪2-12-70	Miyachuギャラリー「宮城野小リサイクルアート展」	忘れ物の傘を使った「アンブレラスカイ」などの展示	どなたでも	1/24(火)～2/17(金)	不要 直接会場へ
	榴ヶ岡市民センター ☎299・5666、FAX299・5690 〒983-0842 五輪1-3-1	東口ガイドボランティア「宮城野さんぽみち」講座	①公開講座「二十人町ジオラマ誕生秘話」 ②養成講座「仙台駅東口の歴史と文化財等の知識について」	成人・ ①40人 ②20人 (いずれも抽選)	①1/28(土)13:30～15:00 ●会場＝駅東交流センター(小田原山本丁101-15) ②2/4(土)・11(祝)・18(土)(全3回)13:30～15:00 ●会場＝榴ヶ岡市民センター	往復はがきで <b>申込時の必要事項</b> と参加希望内容を記入して1/10(必着)までに
若林区	七郷市民センター ☎288・8700、FAX288・2340 〒984-0032 荒井3-7-2	「市民企画講座」七郷ウォークラリー	どなたでも 60人〔先着〕	2/12(日)10:00～11:30	1/12 10:30から電話または直接窓口へ	
太白区	山田市民センター ☎244・0213、FAX244・1843 〒982-0813 山田北前町13-1	「山田・鉤取まち巡り」記念講演会	中学生以上 180人〔先着〕	2/18(土)9:45～11:30	1/18 10:30から電話または直接窓口へ	

**申込時の必要事項** ①応募内容 ②〒住所 ③氏名(フリガナ) ④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

## 青葉の森緑地

〒980-0845青葉区荒巻字青葉260 ☎263・2101、FAX263・2102

### ①青葉の森の歴史探訪 西編

●日時＝1月28日(土)10:00～13:00 ●内容＝青葉の森緑地内に残る歴史の痕跡の説明を聞きながら散策します ●対象＝起伏のある山道を歩ける13歳以上の方10人〔抽選〕

### ②冬の散歩

●日時＝2月11日(祝)10:00～12:00 ●内容＝冬芽や雪上に残る動物の足跡を観察しながら散策します ●定員＝15人〔抽選〕

☎ファクスまたはEメール(aobanomori\_moushiko@sendai-park.or.jp)に**申込時の必要事項**と②は参加者全員の氏名、年齢も記入して①1月13日②1月26日までに

## 七北田公園都市緑化ホール 〒981-3131泉区七北田字赤生津4 ☎375・9911、FAX375・9912

### ■冬の七北田公園で野鳥を探そう

●日時＝1月21日(土)7:30～9:00 ●定員＝20人〔先着〕

●双眼鏡の貸し出し有り 申1月8日9:00から電話で

### ■市民園芸講座

	日時	内容等	定員
①	1/14(土) 10:00～12:00	スキのふくろう ●費用＝100円	15人〔先着〕
②	1/18(火) 10:30～11:30、13:30～14:30	木の実でブローチ作り ●会場＝広瀬市民センター	各5人〔先着〕
③	1/22(日) 10:00～11:30	木立性バラの植え替えと剪定	15人〔抽選〕
④	1/27(金) 10:30～11:30、13:30～14:30	木の実でブローチ作り ●会場＝若林区役所1階	各5人〔先着〕
⑤	1/29(日) 10:00～12:00、13:30～15:30	カレイドフレームの花飾りに挑戦! ●費用＝各2,000円	各10人〔抽選〕
⑥	2/11(祝) 10:00～12:00	おひなさま作り ●費用＝200円	15人〔抽選〕

申①1月7日②④1月11日9:00から電話で七北田公園都市緑化ホール③⑤⑥ファクスまたはEメール(green-kouza@sendai-park.or.jp)に参加者全員の**申込時の必要事項**と⑤は参加希望時間も記入して③⑤1月10日⑥1月24日までに

### ■緑の移動相談

日時	会場
1/12(木)	ララガーデン長町1階(太白区長町7-20-5)
1/13(金)	10:00～ 宮城野区役所1階
1/18(火)	16:00 広瀬市民センター2階
1/27(金)	若林区役所1階

●内容＝植物の育て方などについての相談や花の種の配布

# お出かけ情報

施設からのお知らせ

- 催しは、1月6日からの内容を掲載しています
- 料金の記載の無いものは無料(入館料が必要な施設あり)
- 申し込み方法の記載の無い催しは直接会場へ

## 大倉ふるさとセンター

〒989-3213青葉区大倉字若林14-2 ☎391・2060、FAX391・2064

### ■小正月伝統行事「団子さし」

●日時＝1月15日(日)10:00～12:00 ●内容＝「団子さし」の飾りを作ります ●定員＝10人〔先着〕 ●費用＝500円 申1月7日10:00から電話で

### ■節分一豆まきをしよう

●日時＝1月29日(日)10:00～11:30 ●内容＝鬼のお面を作り、豆まきをします ●対象＝親子10組20人〔抽選〕 ●費用＝1人500円 申電話で1月13日までに

### ■親子で雪遊びをしよう

●日時＝2月11日(祝)10:00～13:00 ●対象＝3歳以上の子どもと保護者15組30人〔抽選〕 ●費用＝1人1,000円 申電話で1月27日までに

## せんだい3.11メモリアル交流館 〒984-0032若林区荒井字沓形85-4 ☎390-9022、FAX353-5710

### ■企画展「私がここで暮らしていくための科学—『黒い壁』の正体」

●期間＝3月14日(火)まで

■企画展「女性たちの3.11 4コマ漫画『パンジー劇場』展」  
●期間＝1月5日(木)～2月5日(日) ●内容＝東日本大震災にまつわる女性たちのエピソードをもとにした漫画の展示

### ■企画展関連イベント テーブルトーク「あの日うまれたもの、そしてこれから」

●日時＝1月28日(土)10:30～12:00 ●内容＝パンジー劇場のイラストを手掛けた名取市関上出身のico.氏に震災当時の経験等について話を聞きます ●定員＝30人〔先着〕 申1月6日9:00から電話またはホームページhttps://www.sendai-l.jp/で 申・問エル・パーク仙台☎268・8301

### ■冬の遊びと手仕事シリーズ—仙台の海辺で採れた材料で

日時	内容	対象
1/21(土) 10:30～	こんなのが欲しかった!「ミニほうき」づくり!(毛糸等を使ってほうきの柄をアレンジします)	6歳以上の方
2/4(土) 12:00	本物そっくり!?「スズムシ」づくり!(三角刀等を使い、竹でスズムシを作ります)	各15人〔先着〕

●費用＝各300円 申1月6日10:00から電話またはホームページhttps://sendai311-memorial.jp/の申し込みフォームで

## オーエンス泉岳自然ふれあい館 〒981-3225泉区福岡字岳山9-8 ☎379・2151、FAX379・2152

### ①幼児わくわくデイキャンプ・冬「ふゆのおくりもの」

●日時＝(ア)1月20日(金)(イ)2月17日(金)9:00～11:30 ●対象＝4歳以上(3月末までに4歳となる方も含む)の未就学児と保護者各10人〔抽選〕 ●費用＝各1人500円

### ②泉ヶ岳ファミリーアドベンチャー・冬「雪の中でlet'sアクティビティ!」

●日時＝2月18日(土)9:30～19日(日)11:30(1泊2日) ●内容＝歩くスキー、スノーシューなど ●対象＝小・中学生と保護者40人〔抽選〕 ●費用＝大人4,500円、小・中学生4,000円 ●スキー靴(19cm以上)の貸し出し有り

### ③スノーシューハイキング・中級編

●日時＝2月25日(土)9:15～15:00 ●内容＝雪山ハイキング、安全研修など ●対象＝18歳以上(高校生を除く)の雪山登山初心者10人〔抽選〕 ●費用＝1人2,000円

申往復はがきまたはEメール(info@shizenfureaikan.jp)に参加者全員(①②1家族につき5人まで③1通につき2人まで)の**申込時の必要事項**と年齢、性別、交通手段、①は参加希望日(複数日応募可)、②は子どもの学年も記入して①(ア)1月10日(イ)1月31日②1月16日③1月26日(いずれも必着)までに

## 秋保大滝植物園

〒982-0244太白区秋保町馬場字大滝5 ☎399・2761、FAX797・2645

### ■冬季特別開園

●日時＝1月15日(日)9:30～15:00 ●当日は入園無料

## 縄文の森広場

〒982-0815太白区山田上ノ台町10-1 ☎307・5665、FAX743・6771

### ■縄文ワクワク体験

日時	内容等	対象
1/28～2/19の毎週土・日曜日、祝休日	火おこし ●費用＝各100円	各5組〔先着〕(1組4人まで。小学生以下は保護者同伴)
1/28(土)、2/5(日)・18(土)	①勾玉づくり ②石のアクセサリーづくり ●費用＝①各200円②各100円	各日10組〔先着〕(1組4人まで。小学生以下は保護者同伴)
1/29(日)、2/11(祝)・19(日)	土笛づくり ●費用＝各100円	
2/4(土)・12(日)	縄文土器づくり(①ミニ②小) ●費用＝①各100円②各200円	

申1月11日9:00から電話または直接施設へ

### ■縄文の森講座「縄文人—その実像に迫る」

●日時＝2月26日(日)13:30～15:30 ●内容＝野々前貝塚・神明貝塚・称名寺貝塚等の骨分析から分かった縄文人の特徴について解説します ●定員＝【会場】30人【オンライン】80人〔いずれも抽選〕 申往復はがき、ファクスまたはEメール(j-hiroba@cap.ocn.ne.jp)に**申込時の必要事項**と参加方法(オンライン希望の場合はEメールのみ受け付け)を記入して2月12日(必着)までに

## 仙台文学館

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

### ■新春ロビー展「100万人の年賀状展」

●期間＝1月11日(水)～2月12日(日)

### ■写真展「仙台コレクション2001—2022—1万枚のメッセージ」

●期間＝1月21日(土)～3月21日(祝) ●内容＝仙台の風景を写真で残すプロジェクト「仙台コレクション」の写真1万点と、仙台にゆかりのある作家等による街への思いがこぼれた文章などを紹介します ●観覧料＝一般580円、高校生230円、小・中学生110円

### ■写真展関連イベント

	日時	催し名等	定員
①	2/5(日) 13:00～14:00	写真展ギャラリートーク	—
②	2/18(土) 10:00～11:30	体験イベント「大判カメラで文学館を撮影してみよう。」 ●費用＝2,000円	10人〔抽選〕
③	2/23(祝) 14:00～14:40	朗読「仙台をよむ」 ●内容＝仙台にゆかりのある文学作品の朗読を展示室内で楽しめます	20人〔先着〕
④	3/19(日) 13:30～15:00	トークイベント「仙台偽コレクション—ありえた風景、ありえなかった風景」 ●内容＝実際の風景と仮想の風景を重ねながら、仙台の街の姿について語ります	60人〔先着〕

●写真展の観覧券が必要(②④は半券も可) ②～④の申②往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して1月31日(必着)までに③④1月18日10:00から電話で

### ■仙台文学館ゼミナール 小池光短歌講座

●日時＝2月4日(土)13:30～15:40 ●定員＝60人〔抽選〕 ●費用＝1,000円 申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して1月11日(必着)までに

# 休日当番医

電話案内 ●おとな救急電話相談 ☎ #7119 (プッシュ回線以外の固定電話等からは ☎706・7119) (平日19:00～翌8:00、土曜日14:00～翌8:00、日曜日・祝休日8:00～翌8:00) ●宮城県子ども夜間安心コール ☎ #8000 (プッシュ回線以外の固定電話等からは ☎212・9390) (毎日19:00～翌8:00) ●耳や言葉の不自由な方の緊急ファクス119番 FAX119 (局番なし)

※年末年始期間は12/29(木)～1/3(火)

●メール配信サービスを行っています。登録方法など詳しくは、市ホームページをご覧ください

受付時間	月日	内科	小児科	整形外科	
<b>日曜・祝休日・年末年始</b> 9:00～16:00※ ※受診を希望する際は、事前に電話で症状(発熱の有無など)を詳しくお知らせください ※受付時間や休日当番医は変更になることがあります。電話で確認の上、お越しください ※各診療所の駐車場には限りがあります。当番医近隣の迷惑駐車とならないようお願いいたします	12/29(木)	◆の休日診療所等をご利用ください	★の休日診療所をご利用ください		■の休日診療所をご利用ください
	12/30(金)		★の休日診療所をご利用ください		大和町たかはし整形外科クリニック 若林区大和町1-4-13 ☎239・2777
	12/31(土)		田中子どもクリニック 青葉区花京院2-2-11区画A ☎748・5207	たかやなぎ子ども医院 若林区上飯田1-21-18 ☎286・8811	あらい整形外科クリニック 若林区荒井5-8-23 ☎355・4655
	1/1(祝)		なごみ子どもクリニック 青葉区木町通1-5-12-2F ☎263・4976	花水子どもクリニック 太白区泉崎1-32-15-2F ☎743・2525	森整形外科リウマチ科クリニック 泉区南中山1-42-5-3F ☎279・1184
	1/2(振休)		南光台やまもと小児科 泉区南光台3-23-22 ☎727・2577	のろ子どもクリニック 宮城野区新田東1-8-1-2F ☎788・3830	かかず整形外科 青葉区八幡3-4-13 ☎263・5531
	1/3(火)		泉中央子どもクリニック 泉区泉中央3-29-7 ☎771・5510	宮林子どもクリニック 宮城野区岩切字今市東18-2 ☎255・2555	佐々木整形外科麻酔科クリニック 青葉区北山1-4-8 ☎272・1675
	1/8(日)		しんてら子どもクリニック 若林区新寺1-8-1-2F ☎298・6188	宮城厚生協会長町病院 太白区長町3-7-26 ☎746・5161	北原整形外科 泉区南光台南2-16-24 ☎252・7735
	1/9(祝)		師小児科医院 青葉区中央2-10-17-2F ☎222・6247	さとう小児科内科 太白区鉤取本町1-5-5 ☎245・8434	荒井西ゆずの木整形外科クリニック 若林区なないろの里2-1-1 ☎354・1733
	1/15(日)		りょうべビー&キッズクリニック 青葉区五橋2-1-17-2F ☎397・6099	うりぼうキッズクリニック 宮城野区岩切分台3-1-5 ☎355・4515	長町南たかの整形外科 太白区泉崎2-1-23 ☎797・1030
	1/22(日)		てらさわ小児科 青葉区中山2-26-20 ☎303・1515	葵会仙台病院 若林区荒井東1-6-8 ☎380・1000	あらい整形外科クリニック 若林区荒井5-8-23 ☎355・4655
1/29(日)	あやし小児科医院 青葉区愛子中央6-2-17-3F ☎392・1881	なるみ赤ちゃん子どもクリニック 太白区富沢西4-11-10 ☎797・8557	佐々木整形外科麻酔科クリニック 青葉区北山1-4-8 ☎272・1675		
2/5(日)	桂子どもクリニック 泉区桂3-1-4 ☎375・7220	永井小児科医院 宮城野区宮城野1-25-10 ☎256・3466	かかず整形外科 青葉区八幡3-4-13 ☎263・5531		

※年末年始期間は他にも外来診療を受け付けている医療機関があります。詳しくは市医師会ホームページ<https://www.sendai.miyagi.med.or.jp/>をご覧ください

医療機関名・所在地	診療科	受付時間			電話
		平日	土曜	日曜・祝休日・年末年始	
◆急患センター (若林区舟丁64-12)	内科	19:15～翌7:00	14:45～翌7:00	9:45～12:00、 13:15～17:00、 18:00～翌7:00	☎266・6561
	外科	19:15～23:00	14:45～23:00	9:45～12:00、 13:15～17:00、 18:00～23:00	
	整形外科・婦人科・眼科・耳鼻咽喉科	—	—	9:45～12:00、 13:15～17:00	
◆北部急患診療所 (青葉区堤町1-1-2 (エムズ北仙台2F))	内科・外科	19:15～23:00	14:45～23:00	9:45～12:00、 13:15～17:00、 18:00～23:00	☎301・6611
	小児科(内科系疾患のみ)	19:15～23:00	18:00～23:00		
★夜間休日子ども急病診療所 (太白区あすと長町1-1-1 (市立病院併設))	小児科(内科系疾患のみ)	19:15～翌7:00	14:45～翌7:00	9:45～12:00、 13:15～17:00、 18:00～翌7:00	☎247・7035
◆仙台オープン病院 (宮城野区鶴ヶ谷5-22-1)	内科	—	8:30～22:00	8:30～22:00	☎252・0100
仙台歯科医師会 在宅訪問・障害者・休日夜間歯科診療所 (青葉区五橋2-12-2 (福祉プラザ12F))	歯科	—	19:00～22:30	10:00～11:30、 13:00～15:30、 19:00～22:30 ※年末年始期間の 19:00～22:30は休診	☎261・7345

夜間・休日等に入院治療を要する患者さんのための当番病院 ※救急車による救急搬送患者を優先するため、お待ちいただく場合があります	診療日	診療科	医療機関名・所在地		電話
			診療時間		
診療時間 平日 18:00～翌8:00 土・日曜日、祝休日、年末年始 8:00～翌8:00	毎日	内科・外科	◆仙台オープン病院 (宮城野区鶴ヶ谷5-22-1)	☎252・0100	
		内科・外科系	◆仙台徳洲会病院 (泉区高玉町9-8)	☎771・5111	
		内科・外科系	◆東北労災病院 (青葉区台原4-3-21)	☎275・1111	
		内科・外科系	◆東北医科薬科大学病院 (宮城野区福室1-12-1)	☎259・1221	
	1/9(祝)・23(月)・30(月)	整形外科	東北公済病院 (青葉区国分町2-3-11)	☎227・2211	
	火曜日	外科・整形外科	仙台赤十字病院 (太白区八木山本町2-43-3)	☎243・1111	
	水曜日	外科・整形外科	伊藤病院 (青葉区二日町8-8)	☎222・8688	
木曜日	外科系	ジェイコー JCHO仙台病院 (泉区紫山2-1-1)	☎378・9111		
金・土・日曜日	外科・整形外科	中嶋病院 (宮城野区大槻15-27)	☎291・5191		



地域で高齢者の介護予防に取り組む自主グループ「さわやか会」の活動に参加し、お話を伺いました。

### 楽しく介護予防を継続

月2回、若林市民センターで介護予防の運動などを行っている、さわやか会。平成23年度に河原町地域包括支援センター主催の介護予防教室として始まり、25年度からは自主グループとして、地域の方々が主体となって活動を続けています。

この日は30人の会員の方が参加され、中には90歳を超える方もいらっしやいました。会長の菅原ちえ子さんたちのお手本に倣いながら、私も皆さんと一緒に早口言葉や指体操などを体験。軽快な音楽に合わせて、足踏みしたり、腕を回したりと気持ちの良い汗をかきました。体操の間には、

▲1つ約200グラムの、手作りのダンベルを両手に持ちながら行う「ダンベル体操」

ました。会長の菅原ちえ子さんたちのお手本に倣いながら、私も皆さんと一緒に早口言葉や指体操などを体験。軽快な音楽に合わせて、足踏みしたり、腕を回したりと気持ちの良い汗をかきました。体操の間には、

菅原さんの健康に関するトークタイムも。ジョークを交じえたお話で、皆さんの笑い声が響きます。「方言も入れて親しみやすく、できるだけかみ砕いてお話しするように、心掛けています」と菅原さん。ユーモアあふれるお話を楽しみに参加する方も多いとのこと。活動内容は、無理なく楽しく取り組めるよう、役員同士で話し合っ決めていきます。活動を支援している河原町地域包括支援センター職員の佐藤優子さんは「長く健康でいるために何をすべきか具体的に考え、実行できているさわやか会の方々に、いつも元気をもらっています」と話します。介護予防の取り組みは、続けることが大切です。「楽しい」という気持ちこそが、継続するための秘訣なのかもしれません。

### 地域のつながりの場

1人暮らしも多い会員の方からは、「さわやか会でおしゃべりできるのがうれしい」とよく言われるそうです。役員の方達や多子さんは「みんなの顔を見ると安心します。『また来たよ』というやり取りを楽しみにしています」、同じく役員の菊地とみさんは「たまにサプライズで団子や健康飲料を帰り際に渡っていて、そういうコミュニケーションも大事にしています」と話します。コロナ禍で活動が休止したときには、再開を望む声が多数届いたとのこと。さわやか会が地域の方に愛され、皆さんをつなぐ場にもなっているのです。

また、役員の方々は、協力しながら活動することにも、やりがいや喜びを感じているそう。書道の腕前を生かし、活動に使う教材を毛筆で書いていた丹野きよさんは「早口言葉や童謡など、『次はこれを書いて』と頼まれるのがうれしい」、副会長の海野はつ江さんも「お互い言いたいことがある良いチーム。開催日になるとウキウキします」と笑顔で教えてくれます。「今後、役員も楽しい、参加する人はもっと楽しいという会を目指したい」との菅原さんの言葉に、皆さんはやる気に満ちた表情でうなずいていました。

### 生涯現役で暮らせるまちに

和気あいあいとした雰囲気の中で、皆さんの笑顔と元気いっぱいな姿が印象的でした。介護予防には、運動や栄養だけでなく、社会参加も重要です。さわやか会に通うことで、社会とつながり、皆さんの生きがいにもなっている、まさに地域全体で健康づくりを支え合っているのだと感じました。

人生100年時代、住み慣れた地域でいくつになっても生き生きと暮らし続けることができれば、今後も地域の皆さんの活動を応援してまいります。



▲上段：左から安達さん、海野さん、菊地さん、佐藤さん。下段：左から菅原さん、市長、丹野さん

