



# 荒町市民センターだより 第325号

2023

1月号



1月の休館日  
1日(日)～4日(水)  
10日(火)・16日(月)  
23日(月)・30日(月)

〒984-0073

仙台市若林区荒町 86-2

電話:266-3790

FAX:266-5436

受付時間:9:00～21:00

<https://www.sendai-shimincenter.jp>



2023年、良い年になりますように。  
本年もよろしくお願ひ申し上げます。

仙台市荒町市民センター職員一同

## 1月の予定

### 講座のご案内

#### 仙台市子ども会インリーダー研修会

子ども会活動をより充実させるため、5年生の児童と世話人の方を対象とした研修です。

日時:令和5年2月4日(土)9:00～12:00

場所:荒町市民センター 3階 ホール他

対象校:◆仙台市立荒町小学校

◆仙台市立連坊小路小学校

申込などの詳細は、小学校経由でお渡しする子ども会世話人様宛のお便りでご確認ください。

5日(木)	令和5年3月分抽選確定開始 (～9日まで)
5日(木)	令和5年4月分地域優先申込開始 (～15日まで)
11日(水)	3月分空室申込受付開始
18日(水)	「あらまち町民大学シルバーセミナー」 ⑦

※「」は主催講座です



### \*\*\*講座レポート\*\*\*

#### 「荒町四季暦～古地図を片手に秋のさんぽ」

11月26日(土)10:00～久保一氏を講師に迎え、芭蕉の辻から本荒町を通り、今の荒町までの街を歩く講座を開催しました。晩秋の紅葉が街並みに最後の輝きを見せる中、受講生の皆さんは散策を楽しみました。受講生の皆さんからは「今まで知らない事ばかりでした。とてもわかりやすい説明でした。」「荒町の歴史について理解を深めることができました。」などの感想をいただきました。



#### 「荒町四季暦～荒町公園落ち葉清掃」

12月4日(日)9:00～荒町公園で荒町公園愛護協会の皆さんと第一学院高等学校のボランティア6名で落ち葉清掃を行いました。当日は小雨のち曇り空というあいにくの空模様でしたが、地域の方と力を合わせて公園をきれいにしました。



※ 駐車場は7台(思いやり駐車場1台含)です。できるだけ公共交通機関(地下鉄・バス)をご利用ください。

### 手抜きメシ

#### ～お惣菜に〇〇を加えて～

12月3日(土)に「栄養バランスのよい食事をとるメリットと工夫について」と題し、仙台市地域活動栄養士会 食と運動グループの麻柄千恵子氏に塩分や油分をカットするポイントや、お惣菜などを使う際に気をつけるポイントについてお話しいただきました。また、実際にデモンストラーションにて、野菜の切り方、お惣菜の温め方などを学びました。

今回は参加者の方がアレンジレシピを考えてきます。



### 図書館からのお知らせ

閉鎖中だった図書室が一般の方も入れるようになりました✳️  
土足厳禁のお部屋ですので、入る際には入口付近にあるスリッパをご利用ください。

### あらまち町民大学シルバーセミナー

11月16日(水)第5回目のシルバーセミナーでは軽体操を行いました。テーマは「正しい歩き方」ということで、歩くのに必要な筋肉を動かす運動や、呼吸を意識したヨガ等を実践しました。受講生の方々からは「意識しながら歩いてみます。」「リラックスするコツがわかりました。」等の感想をいただきました。健康で歩き続けられるように、今後も筋肉を意識して歩いていきましょう。



### 個人使用日(ホール)

日時：1月9日(月)

9:00~16:30

種目：卓球・バドミントン等

料金：2時間 一般 240円

小中学生 120円

※ラケット・シューズ・ボール等の用品は各自でお持ちください。

### \*\*\*地域情報\*\*\*

### すまいる食堂

子どもも大人も高齢者もみんなと一緒に楽しく食べましょう。

- ◆日時：1月21日(土)17:00~
- ◆場所：荒町市民センター 第三会議室
- ◆対象：どなたでも 40名(先着順)
- ◆大人1人300円

メニュー：カレー、ワンタン鶏ミンチスープ  
お漬物、プリン

- ◆申込期間：1月12日(木)~1月19日(木)
- 【問い合わせ先】担当：武川(090-9425-1179)
- 主催：荒町地区社会福祉協議会
- 共催：荒町地区民生委員児童委員協議会

### 荒町商店街のイルミネーション

12/15日(木)からはじまりました!

荒町商店街を明るく彩るイベントとして、イルミネーション点灯も今年で5回目となりました。荒町の冬の風物詩をみんなで楽しみました。



荒町市民センター入口前のイルミネーション!

このチラシはリサイクルできます