

公益財団法人 仙台ひと・まち交流財団

# 根白石市民センターだより 3月号

〒981-3221 仙台市泉区根白石字杉下前24 TEL: 379-2108/FAX: 376-5769

Eメール: [nenosiro-siminc @hm-sendai.jp](mailto:nenosiro-siminc@hm-sendai.jp)

※HP 公開しています 仙台市根白石市民センター ⇒ [検索](#)

QRコード読み取り対応の機種  
をお持ちの方は、  
右記のQRコード  
をご利用ください。



陽射しの強さに春をはっきりと感じられる季節になりました。野山の動植物たちは新たなシーズンを迎えて動き出そうとしています。根白石市民センターでも新年度に向けて事業等の準備を進めているところです。新年度も引き続き新型コロナウィルス感染防止対策を可能な限り施しつつ、感染拡大防止に皆様よりご協力を頂きながら事業を開催してまいります。今後とも新型コロナウィルス感染拡大の防止にご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 令和3年度

### さわやか大学



## 受講生募集

根白石市民センターでは、一般教養・健康・音楽鑑賞等の様々な内容の講座を開催し、豊かで安らぎのある充実した生活が送れるよう支援します。みなさまのご入学を心よりお待ちしております。

【対象】 おおむね 50 歳以上の方

【定員】 50 人（申込者多数のとき抽選）

【学習期間】 令和3年5月～令和4年2月 毎月1回（8月は休講）と公開講座 年間10回

【開催日時】 原則として第3木曜日 10:00～11:30

【第1回目】 令和3年5月20日（木）10:00～11:30 開講式・オリエンテーション・講話

【費用】 無料（内容によって材料費等の実費負担を伴う場合があります。）

【申込締切】 令和3年3月31日（水）

【申込方法】 次の①または②の方法でお申込みください。

① 返信用の63円ハガキ1枚を根白石市民センター窓口へ持参して申込み

② 126円往復ハガキで下記宛先へ申込み

※ 持参いただくハガキや往復ハガキの返信用ハガキは、当市民センターから申込者への申込抽選結果をお伝えすることに使用します。返信用ハガキの宛名面には、申込者の宛先（郵便番号と住所）と宛名（ご自身の氏名に様を付けて）をご記入ください。通信面は無記入のままにしてください。

※ 往復ハガキでのお申込みでは、上記の返信用ハガキへの記入等のほか、往信ハガキの通信面には申込者の氏名・住所・電話番号・年齢をご記入ください。

※ お申込みによりお預かりする個人情報は、当講座の運営関連にのみ使用いたします。

【申込宛先】 〒981-3221 仙台市泉区根白石字杉下前24 仙台市根白石市民センター「さわやか大学」係

【お問合せ】 ご不明な点などは 根白石市民センター【TEL】022-379-2108 までお問い合わせください。

【※】 新型コロナウィルスの感染拡大や、当市民センターが新型コロナウィルスのワクチン接種会場に決定した場合等は、上記の申込方法や学習日時等を変更することがあります。

令和2年度

かむりの里いきいきプロジェクト  
**かむりの里音楽会**  
～根白石村民歌を歌いつなぐ～



2月7日（日）根白石市民センターにて、プロジェクト企画員とご協力いただいた方々、根白石村民歌（昭和23年制作）に縁のある方々等関係者で、原曲を歌いつなぐ動画とアレンジ演奏動画のお披露目会が行われました。今後、皆様の耳にも根白石村民歌をお届けする予定です！



「かむりの里からアラカルト」は、根白石市民センターの対象地域(根白石・西田中・朴沢・福岡・小角・実沢・住吉台・館)である“かむりの里”から、地域での暮らしや日常のこと、地域の魅力や気付いたことなど様々なことを地域の皆様より発信していただくコーナーです♪

【第9回】 コロナ禍での地域活動 / 根白石地域包括支援センター所長 菅原 尚造

社会参加は高齢者の転倒、高血圧、糖尿病、うつ、認知症、要介護等のリスクを減少することが明らかになってきています。その中で、高齢者の「通いの場」が注目され、これまで、この地域においても各町内会、地区社会福祉協議会による活動や介護予防自主グループ、サロン活動等、様々な活動が積極的に行われてきました。

新型コロナウィルス感染の収束の兆しが未だに見えない中で、地域活動の縮小、自粛などにより、高齢者の外出、交流、参加の機会が減り、「閉じこもり」や「不活発」、介護を必要とするリスクが高まっている状況にあります。

根白石包括支援センターでは、新型コロナウィルス感染症の拡大防止と地域活動の両立を図るため、仙台市で発行している「せんだい生活スタイル」を基に、身体的距離の確保、大声を出さない、マスクの着用、手洗いや手指の消毒を徹底する等の対策を行ないながら、無理のない範囲で地域活動を行なっております。

また、高齢化が進む中で、独居、高齢者世帯、認知症高齢者も増加しており、その中で介護保険制度だけでは十分に脅いきれない、ゴミ出し、草取り、移動の支援等々、切れ間の生活の支援が必要となってきております。

地域の皆さま方が、お互いに見守り、安心して暮らせるように、地域で活動されている皆様と連携を図りながら、より良い地域が創れるように取り組んでいきたいと思います。

脳トレピアノサークル(ポピー)メンバー募集

カナ付き 指番号で簡単に弾ける 指のバラバラ運動で脳の活性化を目指す！

活動日 : 第1・第3水曜日  
時 間 : AM 10:30~12:00  
場 所 : 根白石市民センター  
会 費 : 1,500円/回(入会金なし)  
申込・問合せ : TEL 080-1833-0466(オカザキ)



## 【市民センター施設の使用受付状況や講座等の開催状況について】

新型コロナウィルス感染拡大等に伴う市民センターの施設使用予約受付・講座開催状況の最新情報は、当センター やホームページでご確認ください。(市民センターだより3月号の記事は、2月21日現在の内容で掲載しています。)



休館日（月曜・祝日の翌日）を除く  
9:00～16:30

☆ 布類は、洗濯して透明な袋に入れ、袋の口をしばって出してください。(濡れた状態は不可)

回収できない 布類ほか

布団、座布団、カーペット、マットレス、  
作業服、制服、雨具、革製品、汚れている物



☆いただいた個人情報は講座の運営以外には使用しません。 ☆このチラシはリサイクルできます。  
☆講座内の様子を撮影し、センターだよりやホームページ等へ掲載する場合があります。



開室時間 12:30 ~ 16:30  
火曜日 ... 2日・9日・16日・23日・30日  
金曜日 ... 5日・12日・19日・26日

