

榴ヶ岡



公益財団法人
仙台ひと・まち交流財団
令和7年10月1日発行

市民センターだより 10月号

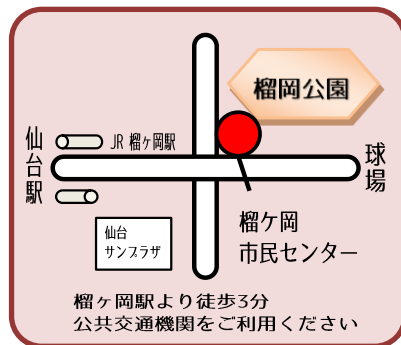
〒983-0842 仙台市宮城野区五輪 1-3-1
TEL 299-5666 FAX 299-5690



市民センター
ホームページ

仙台市榴ヶ岡市民センターで検索または

<http://www.sendai-shimincenter.jp/miyagino/tsutsujigaoka/index.html>



榴ヶ岡駅より徒歩3分
公共交通機関をご利用ください

《講座のご案内》

榴ヶ岡市民センター主催事業

(公財) みやぎ・環境とくらし・ネットワーク 主催事業

私にもできるSDGs

地球沸騰の時代と言われていますが、私たちの生活はこれからどうなるのでしょうか。今何ができるのか、そのヒントが見つかるかも・・・

①10/31(金) 「食品ロスについて」

②11/7(金)

「雑紙でクリスマス飾りを作しましょう①」

③11/14(金)

「雑紙でクリスマス飾りを作しましょう②」

④11/28(金) 「気候変動は今」



時間が
ちがうよ！
注意してね

①④は 10:00～11:30

②③は 10:00～12:00

会 場：榴ヶ岡市民センター
(022-299-5666)

対 象：どなたでも 15 人(先着順)

申込み：9/26 10:00～ 電話または窓口へ

無料だよ！
& 連続講座です



榴ヶ岡市民センター・榴ヶ岡包括支援センター主催事業

東口ますます元気教室

素敵な笑顔を作しましょう

顔の筋肉もケアしよう。表情筋のストレッチ。

日時：令和7年11月19日(水)

10:00～11:30

講師：表情筋インストラクター 渡辺 たかえさん

会場：榴ヶ岡市民センターミーティングルーム1

対象：定員：60才以上の方20名(先着順)

持ち物：手鏡または机に置く鏡

申込み：11/5(水) 10:00～

榴ヶ岡市民センター電話または窓口へ。

榴ヶ岡市民センター・榴ヶ岡明寿会共催事業
第2回 榴ヶ岡公園サポーターズ



榴ヶ岡公園でプロギング!



プロギングとは、ジョギングをしながらゴミを拾う新しいフィットネスです。体を動かしながら地域の環境を守る活動をしてみませんか？歩いても大丈夫なので、体力に自信のない方も大歓迎です!

日 時：11月1日(土)10時から11時30分

対 象：どなたでも 20 名(先着順)

参加費：無料

場 所：榴ヶ岡公園(2～3 kmのコース)

*10時に榴ヶ岡市民センター ミーティングルーム1へ
集まってください。

持ち物：運動できる服装、水分補給用の飲み物

申 込：10月11日(土)10時から

電話または窓口へ

★プロギングとは

スウェーデン語の PlockaUpp(拾う)と英語の Jogging(走る)を合わせて作られた造語で、ゴミ拾いをしながらジョギングをすることです。チームで声かけをしながらプロギングをすることで、身体

の健康と心の健康を促進します。

榴ヶ岡市民センター・宮城野区中央市民センター主催事業

東口ゆうえんち 講座予告



11月23日(日) 13:30～15:00

市民センター宝探し&

段ボールアクティビティ

市民センターの館内で宝探しをしながら、

段ボールを使った遊びを楽しもう!

詳しくは次号とチラシをご覧ください。

《講座のご報告》

歌枕の名所「みやぎの」(後編)
わかって見つける好きな和歌

9月3日と10日に、歌枕の名所「みやぎの」(後編)を開催しました。宮城野通の南側5首の和歌を学びました。



3日 宮城野の和歌の背景を玉懸洋子氏の講話で学んだ後、和歌のプレート5つを見学しました。



10日 事前に選んでいた和歌を黒田達也氏に教えていただきながら、バランスを意識し色紙に書きました。

市民センターに

行ってみよう!



6月25日(水)第1回「自分好みのコーヒーを見つけよう!」を開催しました。講師は、喫茶ひこのマスター西垣さん。10代~80代の参加者19名は、同じ豆なのに飲んでみると酸味系だったり苦味系だったりと驚きながら、自分好みのコーヒーを見つけていました。コーヒーの香りに包まれ至福の時間になりました。

榴ヶ岡市民センター・宮城野区中央市民センター主催事業

東口ゆうえんち ウォーターバトル~No.1は誰だ?!東口夏の陣~

8月24日(日)、東口ゆうえんちの夏の企画「ウォーターバトル」を開催しました!子どもたちは手作りのペットボトル水鉄砲を使って激しくバトル!暑い時期にピッタリなイベントになりました。



よひ
るも
も
榴

ケイキよくいきましょ。〈まつりだまつりだ〉

岡

シーズン5



仙台の街は、年初めにどんと祭、2~3月を寒さにじっと堪えてやり過ごす4月にアラバキロックフェス、5月の仙台青葉まつり、そのあと7月の夏まつり仙台すずめ踊り、さらに8月の仙台七夕まつり、9

月には定禅寺ストリートジャズフェスがあり、10月のせんくらにみちのくよさこいまつりと大きなまつりが毎月のように...仙台人はおまつり好きです。

そして10月4日は榴ヶ岡市民センターのおまつりです。今年も各団体の活動成果発表や作品展、飲食や動物ふれあい

などを盛り込んで、楽しく開催予定です。子どもたちには、動物スタンプラリーやゲームで遊べる東口ゆうえんちブースもあります。

一年を通して、すずめ踊りやよさこいの練習をする団体にご利用いただいている当館ですが、それぞれ参加するまつりが近づいてくると、練習は熱を帯びてきます。そんな街の息吹と隣り合わせていると、元気をお裾分けしていただいているような気分になります。梅雨をスキップして始まったような今年の夏でしたが、どうか秋までも奪わないでいただき、おまつりくらいは景気よくいきたいものです。(関沢)



10月体育館個人使用日

個人使用日は、2時間ごとに使用時間枠を設け、使用希望者が多い場合、各使用開始時間の10分前に抽選します。

- ・種目: バドミントン・卓球ができます。 ※用具とシューズはお持ちください。
- ・使用料: 1回の受付につき2時間 一般240円、小中学生120円
- ・他種目(バスケットボール、バレーボールなど)ではご利用できませんのでご注意ください。
- ・同じ方が2回続けて使用することはできません。(他に希望者がいない場合はご利用いただけます。)

●使用日: 10月12日(日)

25日(土)・26日(日)

●使用時間: ①9:00~11:00(8:50抽選)

②11:00~13:00(10:50抽選)

③13:00~15:00(12:50抽選)

④15:00~17:00(14:50抽選)

※使用日・使用時間はやむを得ず変更になる場合があります。
詳細はお問い合わせください。

10月の休館日: 6日(月)、14日(火)、20日(月)、27日(月)

※市民センターでいただいた個人情報は、目的以外には使用いたしません。用紙はリサイクルできます。