(公財) 仙台ひと・まち交流財団

令和7年11月1日発行



東部市民センターだより 11 月号



学び・交流・地域づくり

〒983-0037 仙台市宮城野区平成 1-3-27

TEL: 022-237-0092 FAX: 022-235-7634

Webページ: 仙台市東部市民センター



参加者募集

東部児童館共催「親子おうえん!子育てひろば④」





ハープのやわらかな音の世界をお楽しみください♪ 手あそびやリトミックもあります!

- ●出演者:ハーピニスト aruko さん
- ●日 時:令和7年12月3日(水) 10:30~11:30
- ●場 所:東部市民センター 2階 大広間
- ●対 象:乳幼児親子12組(先着)
- ●申 込:11月10日(月)10:00~

東部児童館へ電話または窓口へ

「東部学びカフェ⑤」

フィルハーモニックアンサンブル" 概" *^ クリスマスコンサー*ト

大人数で迫力のある演奏をお楽しみください♪

- ●日時:令和7年12月13日(土) 14:00~15:00(13:30開場)
- ●場所:東部市民センター 3階 体育館
- ●対象:どなたでも 50名(先着順)
- ●持物:上履きやスリッパなど
- ●申込:11月20日(木)10:00~

東部市民センターへ電話または窓口へ

※徒歩か公共交通機関でお越しください。





ゆる一く、楽しく身体を動かして運動不足・ストレス解消をしましょう♪



【第1回】

「安心安全!床バレエでエクササイズ!」

床の上で座るまたは寝転がって行う、 身体の負担が少ないエクササイズです。

日時:令和7年12月5日(金)

10:00~11:30

場所:東部市民センター 2階 大広間

定員:どなたでも・20名

持物:ヨガマットまたはバスタオルなど

水分補給用の飲み物





【第2回】

「笑って動いて、脳トレタイム♪」

脳トレも兼ねた軽運動を行います♪ 脳刺激や運動を取り入れることで、

現在のパフォーマンスの向上の一助になります。

日時:令和7年12月11日(木)

10:00~11:30

場所:東部市民センター 2階 大広間

定員:どなたでも・20名

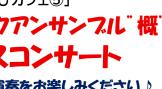
持物:水分補給用の飲み物



【申込】11月12日(水)10:00~東部市民センターへ電話または窓口 申込時に、参加する回をお伝えください。「1回のみ参加」「両方の講座に参加」いずれも可。 **ク**先着順によりご希望に添えない場合もございます。予めご了承ください。















講座レポート

第29回東部ふれあいまつり

10月4日(土)に「第29回東部ふれあいまつり」を・ 開催しました。今年は舞台発表・展示会場・出店会場・児 童館ブースに加え、キッチンカー出店・パトカー展示・ふ 【れあい広場も加わり、終始盛り上がりました。今年も東仙 • 台中学校のボランティアとジュニアリーダーの皆さんに受 付・案内・舞台の司会進行などの協力をいただき、地域の ▶方々とのふれあいは好評でした。また、陸上自衛隊東北方。 面隊の皆様には、まつり前日のパネル設営でご協力いただ きました。ご来場のみなさま、ご協力いただいた皆さま、 ありがとうございました。



令和7年度市民センターフォーラム 「世界とつながるまちの居場所」

さまざまな国の子育でや生活のあり方を知り、多様な文化や価 値観を共有し合うパネルディスカッションを行います。また、市 民センター利用団体や外国人留学生によるステージ発表、日本の あそびや外国文化の体験できるコーナーもあります。入場は無料 です。ぜひ、直接会場へご来場ください。

日時:令和7年12月6日(土)13:30~16:00

場所:宮城野区文化センター シアターホール

主催: (公財) 仙台ひと・まち交流財団

●11 月の体育館個人使用日●



【料 金】2時間:大人 240 円·小中学生 120 円

【種 目】卓球・バドミントン (用具はご持参ください。)

【受 付】希望時間区分の5分前に受付をいたします。

1区分ごとに卓球は3組、バドミントンは1組までと なります。それ以上集まった場合は、その都度抽選

を行います。

【時間区分】9 時~·11 時~·13 時~·15 時~·17 時~·19 時~

※詳細は東部市民センターまでお問い合わせ下さい。

*** 0予定		
1	土	
2	В	個人使用日 1月分抽選確定開始(~11/9)
3	月	文化の日
4	火	休館日
5	水	2月分地域優先申込開始(~11/15)
6	木	
7	金	★東部学びカフェ④
8	土	
9		個人使用日
10	月	休館日
11	火	
12	水	東仙台中職場体験
13	木	
14	金	
15	土	★くつろぎサロン(新田地域)
16		個人使用日 11月分抽選申込開始(~11/30)
17	月	休館日
18	火	
19	水	★東部いきいきスクール
20	木	★市民企画講座 「こんなところにOOが? みつけてみよう東部のステキ」
21	金	
22	土	
23	В	個人使用日 勤労感謝の日
24	月	振替休日
25	火	休館日
26	水	
27	木	
28	金	★親子おうえん!子育てひろば③
29	土	第4回東部ふれあいまつり実行委員会
30	В	個人使用日

◆市民センターだよりの紙はリサイクルできます。 ◆上記の予定は事情により変更になる場合があります。