



(公財) 仙台ひと・まち交流財団

令和7年10月1日発行

10月

福室市民センターだより

〒983-0005 仙台市宮城野区福室5丁目9-36 TEL: 786-3540 FAX: 388-6320
http://www.sendai-shimincenter.jp/miyagino/fukumuro/index.html

講座のご案内

福室いきいき倶楽部 - 健康編 -

「楽々フィットネスで健康寿命を伸ばそう」

日常生活の中でできるストレッチ、筋トレ、リズム体操で、気持ちの良い汗をかいて、リフレッシュしましょう

日 時: ①11月7日(金) ②11月14日(金)

③11月21日(金) 全3回

時間: 10:00~11:30

会 場: 第1会議室

対 象: 概ね60歳以上20人(先着順)

持ち物: 上履き、タオル、飲み物 費用: 無料

申 込: 10月7日(火) 10:00~電話・窓口へ



「ふくむろ防災塾 2025」

「防災探検隊 in 福室」

共催: 河北新報
日本損保協会
福室児童館

日 時: 10月17日(金) 9:30~12:30

会 場: 福室市民センターと周辺町歩き

対 象: 小学生 20人程度

持ち物: 帽子、飲み物、筆記用具

申 込: 福室市民センター・福室児童館



募集中!

大雨や地震のとき危ないところは? みんなでさがしに行こう!

みんなで地図を作ろう!

福室ブックフェスタ 2025

11/18~30 開催



★「本の譲渡とお話し会など」

お楽しみに!

★ご自宅に眠っている本がありましたらお譲りください。百科辞典、全集物、汚れのひどいものはご遠慮ください。

★5冊以上お持ちいただいた方には、先行譲渡会の優先券をお渡しします。

※いただいた個人情報は講座の運営以外に使用いたしません。

日	曜	予約システム	10月の行事予定
1	水		
2	木	12月分当選確定期間	
3	金		ちまちま応援隊
4	土		音楽サロン②(ゲーム音楽)
5	日		
6	月		休館日
7	火		
8	水		
9	木		
10	金		
11	土	12月分空室申込	センターまつり実行委員会 14:00~
12	日		個人使用日
13	月		スポーツの日
14	火		休館日
15	水		
16	木		
17	金		防災塾「防災探検隊 in 福室」
18	土		
19	日		
20	月		休館日
21	火		
22	水	1月分抽選申込	福室老壮大学⑤
23	木		
24	金		
25	土		
26	日		宮城県知事選挙
27	月		休館日
28	火		まつり準備期間
29	水		
30	木		
31	金		

多目的ホールの個人使用日

毎月第2日曜日に多目的ホールを個人使用に開放しています。
今月は10月12日です。