



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

【URL】 <https://www.sendaishimincenter.jp/izumi/nenoshiroishi/index.html>

HP は、「仙台市根白石市民センター」で⇒ または、右記二次元コードもご利用ください。



根白石地域包括支援センター・根白石市民センター主催事業

～明日の元気のために～ さあ始めよう、健康づくり②

「骨の話&軽体操」

11月13日(木) 10:00～11:30

骨がもろくなり、骨密度が低下して骨折しやすくなる骨粗しょう症。その予防方法などを伺ったあと、後半はみんなで楽しく体操します。申込不要。気軽に参加してみませんか？

- ◆講師：講話 JCHO 仙台病院管理栄養士・骨粗鬆症サポーター 横田悠里氏
実技 仙台星陵クリニック 栄養士 運動指導士 岡村圭恵氏

- ◆対象：概ね65歳以上の方
- ◆会場：根白石市民センター 多目的ホール
- ◆持ち物：上靴、外靴入れ、汗拭きタオル
水分補給用の飲み物

- ◆費用：無料
- ◆申込み：不要、当日直接会場へお越しください。
※動きやすい服装でお越しください。



食材王国かむり③

「米粉の個性を味わう、パンとピザのレッスン」

12月10日(水) 10:00～12:30

季節の食材をのせた米粉のピザと、米粉の食パンを作ります。食パンは種類の違う米粉を使用して焼き比べをします。米粉の種類による食感の違いをぜひ体験してみてください。

- ◆講師：佐藤 ひとみ氏
- ◆対象：成人の方 8人（先着順）
- ◆会場：根白石市民センター 調理実習室
- ◆持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル
- ◆参加費：900円（材料代）

- ◆申込み：11月8日(土) 10時～ 窓口にて参加費を添えてお申込みください。お電話でお申込みされた方につきましては、11月23日(日)までに窓口に参加費をお持ちください。
なお、材料準備の都合上、11月29日(土)以降のキャンセルにつきましては返金いたしかねますので、ご了承ください。



※材料に一部小麦粉を使用しますので、アレルギーのある方は参加をお控えいただきますようお願いいたします。

※ピザとパンはお持ち帰りできません。その場で試食していただきます。

根白石地区町内会・根白石市民センター共催事業

根白石学びのサロン②

「根白石みんなの音楽会」

12月7日(日) 13:30 開演 (13:00 開場)

昨年ご好評をいただいた「根白石みんなの音楽会」が今年も開催されます。昨年に続き、地域にゆかりのある団体の生演奏をお楽しみください。

- ◆出演：東北高校音楽部（吹奏楽）
ミディウムレアバンド（ボサノバ）
- ◆対象：どなたでも 200人
- ◆会場：根白石市民センター 多目的ホール
- ◆持ち物：上靴、外靴入れ
- ◆参加費：無料
- ◆申込み：不要、当日直接会場へお越しください。
※会場は上靴に履き替えての入場となります。
※駐車場は堂ノ沢倉庫前（旧JA跡地）をご利用ください。



元気キッズ ～かむりっこひろば②～

「木の実で作るクリスマスオブジェ」

12月13日(土) 10:00～12:00

松ぼっくりや木の実などの天然素材を使って、クリスマスオブジェを作ってみませんか？

- ◆対象：小学生とその保護者 10組（先着順）
- ◆会場：根白石市民センター 大会議室
- ◆持ち物：作品持ち帰り用袋、お手拭きタオル、はさみ
- ◆材料費：500円
- ◆申込み：11月11日(火) 10時～11月26日(水)



まで、電話または窓口にて材料費を添えてお申込みください。お電話でお申込をされた方につきましては、11月26日(水)まで窓口に参加費をお持ちください。なお、材料を購入した後にキャンセルとなった場合は、返金はできませんので、ご了承ください。
(材料をお渡しします)

※グルーガンを使用しますので、やけどには十分ご注意ください。

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て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

10 月 11 日（土）、令和 7 年度根白石市民センターまつりが開催されました。あいにくの雨模様でしたが、展示、ステージ、館内の催事に加えて、今年度新たに開催した青空マルシェにも多くの方にご来場いただきました。



地域情報

第 33 回 冠のふるさと伝承まつり

11.15 土 9：30～11：45
根白石市民センター ホール

主 催：冠のふるさと伝承まつり実行委員会
問合せ：根白石中学校（022-379-2103）

地域の小・中学生が、各地区に伝わる地域の郷土芸能を受け継ぎ、保存会の皆様のご指導のもと練習を重ね、その成果を発表します。

新そばまつり in 根白石 満興寺

11.30 日 根白石太桂山満興寺
（泉区根白石字町西上 27）

主 催：根白石太桂山満興寺
問合せ：022-379-2137



今年も満興寺にて、秋の恒例行事となったチャリティー「新そばまつり」が開催されます。詳細は上記の問合せ先にご確認ください。

紙類・布類回収庫のご案内

休館日（月曜・祝日の翌日）を除く

9:00～16:30

紙資源 … 新聞紙、段ボール、雑誌、紙パック、雑紙

※ 紐で縛ってお出してください

布資源 … スーツ、シャツ、ブラウス、ネクタイ、スカート、ジーンズ、ジャージ、パジャマ、ジャケット、フリース、セーター、和服、Tシャツ、下着、靴下、タオル、毛布、シーツ、カーテンなど
※ 洗濯～乾燥後に、透明な袋に入口を縛ってお出してください。

回収不可 … 布団、座布団、カーペット、マットレス、作業服、制服、雨具等



泉図書館根白石分室のご案内

【開館日】

火曜日：11 月 11 日・18 日

金曜日：11 月 7 日・14 日・21 日・28 日

【開館時間】 12：30～16：30

【貸出冊数】 1 人 10 冊まで
2 週間の貸出

※分室が閉まっている時は、返却ポストをご利用ください。
（市民センター休館日を除く）



施設利用の申込（窓口・電話）

- ◆ 1 月分抽選結果公開・確定 11 月 2 日（日）～ 9 日（日）
- ◆ 1 月使用分の空室申込開始 11 月 11 日（火） 窓口 9：00～ 電話 10：00～
- ◆ 2 月使用分の抽選申込期間 11 月 16 日（日）～ 30 日（日）
- ◆ 地域利用団体 2 月使用分優先 窓口 11 月 5 日（水）10：00～ 電話 6 日（木）9：00～（15 日まで）

◆◆ 11 月の休館日 ◆◆ 4 日（火）・10 日（月）17 日（月）・25 日（火）

根白石市民センターだより令和 7 年 11 月号は、令和 7 年 10 月 16 日現在の情報に基づいて作成しております。

☆ 各種事業でお預かりした個人情報、当該事業の運営にのみ使用させていただきます。

☆ 各種事業、講座の様子を撮影し、市民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。

☆ このチラシはリサイクルできます。