



←こちらからも市民  
センターの情報が  
検索できます

〒982-0011 仙台市太白区長町 5-3-2  
電話 022-304-2741 FAX 022-304-2526  
<https://www.sendai-shimincenter.jp/taihaku/taihakuchuou/index.html>

## 主催講座のお知らせ

下記の講座の申込, お問合せ先  
太白区中央市民センター 電話または窓口へ  
電話:022-304-2741(休館日を除く9時~17時)

## みんなの元気講座

初夏編 (全2回)

運動しなければと思いつつ時間がなくて身体を動かす機会がない方のために日常生活で取り入れられる運動と生き生きと過ごすためのアドバイスなどを1級ラジオ体操指導士で健康管理士の安達先生に教えていただきます。

講師

宮城県ラジオ体操連盟会長  
仙台市ラジオ体操連盟会長  
安達 博子さん

1 5月30日(土曜日)

「運動の効用について~簡単な筋トレとストレッチ~」

2 6月6日(土曜日)

「姿勢を意識して歩いてみよう~ウォーキングの効用について~」

- 時間:いずれも 10:00~11:30
- 会場:太白区中央市民センター 3階 体育館
- 対象:成人 30人(先着順)※原則として2回とも参加できる方
- 準備物:上靴(スリッパ不可)・水分補給用の飲み物・汗拭きタオル  
動きやすい服装(体温調整できるように脱ぎ着しやすいもの・スカート不可)
- 申込:5月9日(土)10時から電話・窓口で。 ※定員に達し次第締め切ります
- 受講料:無料

2回ともラジオ体操  
第1・第2を行います

## 「令和8年度 太白区中央市民センターサークル情報」 の発行について

サークル情報には、太白区中央市民センターを中心に活動しているサークルで、新規会員を募集しているサークルを掲載しています。5月12日(火曜日)から窓口で配布する予定です。

また、「令和8年度太白区中央市民センターサークル情報」はホームページでもご覧いただくことができます。

卓球、フラダンス、合唱、オカリナなど各サークルの活動日をご案内しています。

この他、たいはくくる1階のロビーには「サークルインフォメーション」ボードもあります。どうぞご利用ください。

## 地域情報です!

長町駅前ではほぼ毎朝ラジオ体操を行っています。主催しているのは仙台市南部拠点地域おこし協力隊の田原さんです。時間は午前7時30分から、場所は長町西口広場です。どなたでも参加できます。申し込みは不要です。

田原さんはラジオ体操に参加していただくことで地域の人々の交流に少しでもお役に立てたらいいなあと始めたそうです。かわいいスタンプカードもあり、30個貯まるとお楽しみがあります。お時間あったら一度参加してみてもいいでしょうか。

いつも長町駅前7:30~  
ラジオ体操してるよっ

ながまち  
ラジオ



### 太白区文化センター

#### 【楽楽ホール】

★仙台プリティッシュプラスバンド  
第36回定期演奏会  
5月9日(土曜日)  
17時~19時  
500円 小学生以下無料

★常盤木学園高等学校吹奏楽部  
第31回定期演奏会  
5月31日(日曜日)  
15時30分~17時30分  
500円

#### 【展示ホール】

★0歳からのファミリーコンサート  
5月30日(土曜日)  
15時~16時  
3歳未満 無料、  
幼稚園~小学生 500円  
中学生~一般 1,000円

※各催事のお問合せ先や、上記以外の催事は、配布している太白区文化センター催事情報一覧やホームページ等に掲載しています。

### 太白図書館

#### ○春のおはなし会

5月13日(水曜日)  
15時~15時45分  
図書館地下1階視聴覚室

#### ○赤ちゃんおはなし会

5月20日(水曜日)  
①10時30分~10時50分  
②11時~11時20分  
生後4ヵ月~1歳児  
太白区中央市民センター4階和室

#### ○おはなし会

5月20日(水曜日)  
15時~15時30分  
図書館1階おはなしのへや

#### ○紙芝居おはなし会

5月27日(水曜日)  
15時~15時30分  
図書館1階おはなしのへや

#### ○映画上映会「人生、いろいろ」

5月29日(金曜日)14時~16時  
図書館地下1階視聴覚室

#### ◎5月の休館日

7日(木曜日)・11日(月曜日)・  
18日(月曜日)・25日(月曜日)・  
28日(木曜日)

### 長町児童館

#### 5月の児童館行事

##### ★ぴよっこタイム

対象: 歩けるようになる前までの  
乳幼児親子さん10組

日時: 5月12日(火曜日)  
11時00分から11時30分

##### ★たんぼぼタイム

対象: 歩けるようになった  
乳幼児親子さん20組

日時: 5月21日(木曜日)  
11時00分から11時45分

##### ★ののほなさんのよみきかせ

対象: 乳幼児親子さん8組

日時: 5月13日(水曜日)  
11時00分から11時20分

##### ★子育てサロン

対象: 乳幼児親子さん5組

日時: 5月20日(水曜日)  
10時30分から11時30分

詳しくは児童館だより5月号をご覧ください♪



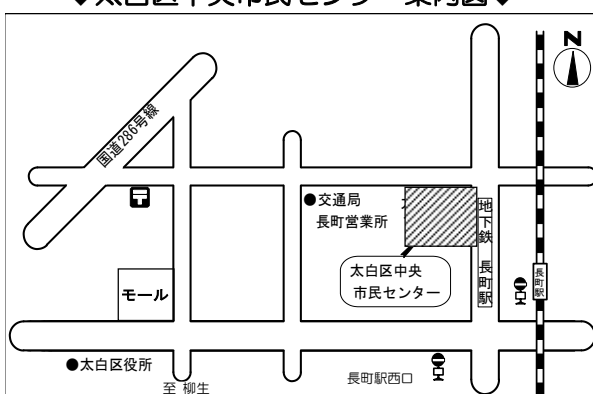
お問合せは電話 304-2211 まで

お問合せは電話 304-2742 まで

お問合せは電話 304-2743 まで

## Information

### ◆太白区中央市民センター案内図◆



#### 【講座の問合せ・申込】

太白区中央市民センター Tel 022-304-2741  
(受付時間 9時~17時)

#### 【施設利用の問合せ・申込】

太白区文化センター Tel 022-304-2211

#### 【市民センターの5月の休館日】

7日(木曜日)・11日(月曜日)・18日(月曜日)・  
25日(月曜日)

\*講座申込みの際に伺った個人情報は、その講座の運営のみに使用いたします。  
\*センターだよりの紙はリサイクルできます。