



松陵市民センターだより

「松陵市民センターだより」の配布エリアは、松陵中学校区と向陽台中学校区です

〒981-3108 仙台市泉区松陵5丁目20-2

TEL:375-8101 FAX:375-6101

市民センターホームページ <https://www.sendai-shimincenter.jp>



講座ご案内



令和8年度「知って！ためして！SDGs!!②」

クマの生態を正しく学び 熊被害を未然に防ごう!!

参加無料
対象：
どなたでも



日時：8月29日(土)

時間：10:00～11:30

場所：松陵市民センター 第1研修室

定員：30人程度



昨今、仙台市内でもクマが頻繁に
目撃されています。
クマの生態を学んで被害にあわな
いためにできることを知ましょう！

申込み 7月29日(水) 10:00～電話または窓口へ



令和8年度「ゆったり学びカフェ①」

お部屋に魔法を☆

ハロウィーンフラワーアレンジメント

作って楽しい、飾ってかわいいハロウィーンアレンジをプリザーブドフラワーで
作りましょう！お部屋に秋の彩りを添えて華やかに飾ってみませんか！

日時：9月19日(土)

時間：10:00～12:00

場所：松陵市民センター 第1研修室

対象：成人20人

材料費：1,300円

持ち物：飲み物、手拭きタオル、花ばさみ又は普通のはさみ
(細いワイヤーを切ります)



申込み 8月20日(木) 10:00～材料費を添えて窓口へ

☆10:00の時点で定員以上に達した場合、抽選を実施します。
☆9月10日(木)以降のキャンセルは、材料準備の都合により
返金対応できません。予めご了承ください。

※講座申込の際にいただいた個人情報は講座の運営のみに使用します。

※講座風景を撮影し、センターだよりやホームページに掲載する場合があります。

講座レポート

共催：向陽台地域包括支援センター

出前講座～向陽台編～

6月19日金曜日、講師に薬膳コーディネーターの中川歩美氏をお迎えし、向陽台コミュニティセンターの調理室を会場に開催しました。

今回は「梅雨ニモ負ケナイ体づくり」をテーマに体質に合わせた薬膳の解説と食材のもつ効能についてのお話を伺いました。身近な、そして旬の食材が体の不調を整えるお話に、参加者は熱心にメモをとっていました。その後、班ごとにメンバーと協力しながら実際に調理をし、試食しました。

今回、用意された材料は近隣のスーパーで手に入るものが多く、体調管理における食事の重要性、続けることの大切さを学びました。

参加者の中には毎年楽しみに参加される方もいて、「生活の中で実践していきたい」とのお声をいただきました。



共催：泉区山の寺地区社会福祉協議会

出前講座～山の寺編～

7月9日木曜日、山の寺集会所を会場に出前講座を開催しました。暑さが増してくるこの時期に座ってできる体操を教えていただき、体力アップを目指します。講師はパーソナルトレーナーの館岡シオン先生です。まずは立った姿勢で前屈と上体そらしをして自分の体の状態を確認しました。その後、イスに座ってできる体操をしていきましたが、講師の楽しいリードで笑いのでる場面もあり、参加者もリラックスしながら取り組みました。最後に再び前屈と上体そらしをしたところ自分の体の変化に驚く声も。より深く体を動かすことができるようになったようです。習慣として日々の生活に取り入れていきたいですね。参加者からは「家でもやってみます！」「出前講座はお気に入りです。」などの声をいただきました。



★資源(紙類・布類)回収庫★

【利用時間】市民センター開館日の9:00～16:30

【回収種類】紙類・・・新聞紙、雑誌、雑紙など

ひもで十字に縛ってお出してください

衣類・・・洗濯して透明な袋に入れてお出してください

※布団、座布団、カーペット、マットレス、作業服、制服、革製品、汚れたものは回収できません



★おもちゃ病院 松陵★

ボランティアドクターがおもちゃの修理をしてくれます。

【日 時】8月19日(水)10:00～12:00

(今回は第3水曜日です)

【会 場】松陵市民センター

【申 込】予約不要、直接会場へ

【費 用】修理代は無料、部品代実費負担あり

※おもちゃの種類によっては修理できない場合がありますが、まずはご相談ください。



★泉図書館 松陵分室★

【開館日時】：毎週火・金曜日 12:30～16:30

【貸 出】：おひとり10冊まで(貸出期間は2週間)

【返 却】：分室開館日または市民センター開館日
(分室閉館時は返却ポストをご利用ください)



★8月の市民利用施設予約システム(窓口・電話)★

2～9日

10月分の
抽選確定

11日～

10月分の
空き室申込み

16～30日

11月分の
抽選申込み



★8月のホール個人使用日★

8月30日(日)

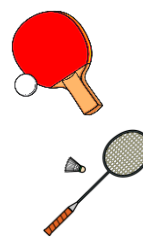
【時間】9:00～21:00

【料金】大 人 240円(2時間)

小中学生120円(2時間)

【種目】バドミントン・卓球など

※用具、シューズはご持参ください



★8月の休館日★ 3日(月)、10日(月)、12日(水)、17日(月)、24日(月)、31日(月)

※センターだより8月号は7月17日現在での掲載となります。