

宮城野区市民センター事業ガイド

令和7年11月号

◆11月に募集・実施する事業です

◆ホームページもご覧ください <https://www.sendai-shimincenter.jp/>

凡例



はがき等による申し込みは「講座名、住所、氏名（親子、家族参加の場合は全員分）、年齢（小・中学生は学校名、学年）、電話番号、ファクス番号」を記入してください。



【託児付】（1歳以上の未就学児）。定員、費用、締め切り等がありますので、ご確認の上、お申し込みください。



【手話通訳・要約筆記付】定員、締め切り等がありますので事前に確認してください。



連続で開催される講座



対象を地域の方に限る講座

センター名	講座名	内容	対象・定員	日時等	費用	申込方法
生涯学習 支援センター Tel 295・0403 fax 295・0810 〒983-0852 宮城野区榴岡4-1-8	賑わい創出プロジェクト —ずんだ万博	もぐらたたき、ワニワニパ ニック、バルーンアート等、 お気に入りのパビリオンを 見つけよう！	小学1年生～ 中学3年生	12/14(日) 13:30～15:00	無料	11/9 14:00～ 電話または窓口へ
岩切市民センター Tel 255・7728 fax 255・2075 〒983-0821 岩切字三所南88-2	考えよう！岩切の安心安 全「普通救命講習」	人工呼吸やAEDの使用方 法、緊急時の対応などを救 急隊員の方より学びます。	どなたでも ・20人 〔先着〕	12/6(土) 9:00～12:00 ●会場=岩切東コミュ ニティセンター (岩切青津目137-8)	無料	11/6 10:00～ 電話にて受付
鶴ヶ谷市民センター Tel 251・1562 fax 251・1564 〒983-0824 鶴ヶ谷2-1-7	子育て応援ひろば	児童館による遊びや工作、 ボランティアによる読み聞 かせや絵本紹介、家庭健 康課による健康相談。	乳幼児と 保護者	11/27(木) 10:30～12:00	無料	不要 直接会場へ
榴ヶ岡市民センター Tel 299・5666 fax 299・5690 〒983-0842 五輪1-3-1	榴岡公園でプロギング！ —楽しみながら環境と健 康を守ろう	榴岡公園を会場に、ゴミ拾 いしながらジョギングをす る「プロギング」を体験して みましょう。	どなたでも ・20人 〔先着〕	11/1(土) 10:00～11:30	無料	募集中 電話または窓口へ
	東口ますます元気教室	表情筋のストレッチで顔の 筋肉もケアをし、素敵な笑 顔を作りましょう。	60歳以上 ・20人 〔先着〕	11/19(水) 10:00～11:30	無料	11/5 10:00～ 電話または窓口へ
	市民センターに行ってみ よう！	お団子やお饅頭等は私た ちにとって身近な和菓子で す。和菓子の楽しみ方をお 聞きます。	どなたでも ・20人 〔先着〕	12/14(日) 10:00～11:30	参加費 500円	11/14 10:00～ 電話または窓口へ
東部市民センター Tel 237・0092 fax 235・7634 〒983-0037 平成1-3-27	親子おうえん！子育てひ ろば「秋のアロマde産後 ヨガ」	アロマのいい香りの中でヨ ガをします。身体を動かし てリフレッシュしませんか？	乳幼児親子 ・12組 〔先着〕	11/28(金) 10:30～11:30	無料	11/5 10:00～ 東部児童館に 電話または窓口へ 237-0093

センター名	講座名	内容	対象・定員	日時等	費用	申込方法
東部市民センター Tel 237・0092 fax 235・7634 〒983-0037 平成1-3-27	親子おうえん！子育てひろば「にこにこコンサート」	ハーブ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。	乳幼児親子・12組 〔先着〕	12/3(水) 10:30～11:30	無料	11/10 10:00～ 東部児童館に 電話または窓口へ 237-0093
	はつらつ健康ライフ「安心安全！床バレエでエクササイズ」	身体への負担が少なく、高齢の方にもオススメのエクササイズ「床バレエ」を体験します。	どなたでも・20人 〔先着〕	12/5(金) 10:00～11:30	無料	11/12 10:00～ 電話または窓口へ
	はつらつ健康ライフ「笑って動いて、脳トレタイム」	脳トレを兼ねた軽運動を行います。笑って楽しく動きましょ。	どなたでも・20人 〔先着〕	12/11(木) 10:00～11:30	無料	11/12 10:00～ 電話または窓口へ
	東部学びカフェ 「フィルハーモニーアンサンブル概クリスマスコンサート」 おおもね	大人数で迫力のある演奏をお楽しみください。	どなたでも・50人 〔先着〕	12/13(土) 10:00～11:30	無料	11/20 10:00～ 電話または窓口へ
幸町市民センター Tel 291・8651 fax 291・8561 〒983-0836 幸町3-13-13	幸町市民センターふれあいまつり	ステージ発表、作品展示、体験コーナーの他、豚汁、手作り小物などの出店もあります。	どなたでも	11/16(日) 10:00～14:00	無料	不要 直接会場へ
	子育て楽しんじゃOH！ ーふわふわ羊毛リース作り 	羊毛フェルトでクリスマスのリースを作ります。	乳幼児親子・8組 〔先着〕	11/26(水) 10:00～11:30	500円	募集中 電話または窓口へ
	幸せ奏でるコンサート 「ニュー☆スターコンサート」	常盤木学園高等学校音楽科の生徒による心温まる演奏会です。	どなたでも・50人 〔先着〕	12/6(土) 14:00～15:00	無料	11/8 10:00～ 電話または窓口へ
	野菜まるごとエコ・ニコ生活	野菜ソムリエのカワシマヨウコ氏に、野菜の活用術を教わります。	どなたでも・20人 〔先着〕	12/11(木) 10:00～11:30	無料	11/13 10:00～ 電話または窓口へ
田子市民センター Tel 254・2721 fax 254・2722 〒983-0021 田子2-4-25	みんなニコニコ♪子育て広場「ママのメイクレッスン」 	「5歳若返る」をテーマに、座学や実技を交えてメイクについて学びます。	子育て中の方・10人 〔先着〕	11/27(木) 10:30～11:30	無料	11/11 10:00～ 田子市民センターか 田子児童館の窓口へ
福室市民センター Tel 786・3540 fax 388・6320 〒983-0005 福室5-9-36	だれでもサロンまざらいん 「福室ブックフェスタ・渡部ギュー朗読の世界」	宮澤賢治作品などを俳優・渡部ギューさんによる朗読で味わいます。	成人・30人 〔先着〕	11/19(水) 14:00～15:00	無料	募集中 電話または窓口へ
	ほんわか子育てタイム 「親子でふれあい粘土あそび＆お皿づくり」	親子で楽しく粘土遊びをしながら一緒にお皿を作ります。	未就学児と保護者・15組 〔先着〕	11/28(金) 10:30～11:30	300円	11/5 10:00～ 費用を添えて窓口へ

センター名	講座名	内容	対象・定員	日時等	費用	申込方法
福室市民センター Tel 786・3540 fax 388・6320 〒983-0005 福室5-9-36	だれでもサロンまざらい ん 「身近な鳥さんの不思議」	スズメやカラスなど身近な 鳥の意外と知られていない 生態や人との関係に迫ります。	成人・20人 〔先着〕	12/6(土) 10:00～11:30	無料	11/6 10:00～ 電話または窓口へ
	ちまちま応援隊企画講座 「ちまちまクッキング！」	応援隊のメンバーと一緒に、 サンドイッチ・スープ・ ティラミスを作ります。	小学4～6年生 ・12人 〔先着〕	12/13(土) 10:00～12:00	300円	11/22 10:00～ 費用を添えて窓口へ
	福室音楽サロン 「クリスマスコンサート」	ピアノとフルートの演奏で ほっと一息つきませんか。	どなたでも ・30人 〔先着〕	12/14(日) 13:30～14:15	無料	11/8 10:00～ 電話または窓口へ

◆11月の市民センター休館日◆
4日(火)、10日(月)、17日(月)、25日(火)

編集・発行 宮城野区中央市民センター
〒983-0842 仙台市宮城野区五輪2-12-70
Tel: 292・3125 / Fax: 295・2337
Email: miy013150@city.sendai.jp