

うっど・のーと 11 月号

WOOD・NOTE(うっど・のーと … 森の声、鳥のさえずり)

公益財団法人 仙台ひと・まち交流財団
仙台市水の森市民センター

〒981-0962 仙台市青葉区水の森 4-1-18
[TEL] 277-2711 [FAX] 277-8863
[HP] <https://www.sendai-simincenter.jp>



主催講座のご案内

おやこでドン! ④

青葉区家庭健康課・水の森市民センター・水の森児童館 共催事業

休日は親子で YES 運動!

親子で楽しめる運動遊びを、運動のプロであることも
体育指導員から教わり、普段から親子で運動するき
かけにしてみませんか。

日 時：令和元年 11 月 30 日 (土)
10:00~11:30

内 容：タオルを使った親子体操などの親子で楽しめる運動
対 象：以下の①、②のいずれかに該当する方

①青葉区にお住まいの 3 歳児～未就学児の親子

②青葉区の幼稚園や保育所に通う

3 歳児～未就学児の親子

持 ち 物：フェイスタオル、水分を補給するための水やお茶、
運動しやすい上靴、お子様の着替え等

*当日は動きやすい服装でお越し下さい

申込方法：11 月 6 日(水)10 時～

電話または窓口にて受付(先着 20 組)



講座レポート

みんなのつながりがチカラになる

防 災 講 座

—第3回—
10月5日(土)



3 回目の講座は、北仙台小学校社会学級
との共催で行いました。地域にある宮城
学院女子大学のボランティア団体
Food and Smile の 8 人
の方から防災料理を教えていただきま
した。缶詰や乾物を使い、ポリ袋の中で
混ぜあわせて作る簡単でおいしい、洗い

物も少なく短時間でできるメニューでした。まな板代わりに紙バッ
クを利用したりと工夫も見られました。参加者からは「簡単にでき
ておいしくて感激でした。いつもの夕食にも作ってみたい」「アイデ
ィアいっぱい役に立った。準備が良く
されていたのでスムーズだった」「とて
も親切で手際も良く細やかな気配りをあ
りがとう。楽しく気楽にできた」等の感
想が聞かれました。試食の際もそれぞ
れのグループで学生さんと食の話を中心に
交流を楽しんでいました。



集まれ マザーズ③

【私】を楽しむ魅力分析&
ポイントメイク

9月27日(金)

第3回目の「集まれマザーズ」では、美塾の平井妙子先生
に、それぞれのお顔の魅力を 4 タイプに分けて分析する「魅
力マトリックス」のお話や、スキンケアやメイクで最も大
切なポイントとなるお顔の触り方、そしてリップやチーク
のぬり方を教えていただきました。

お互いに感じた印象を伝えあうタイプ分けのワークでは、
参加された皆さんがどんどん打ち解けて笑顔になっていく
様子が見られました。鏡でじっくり自分のお顔を眺めたり、
優しくお顔を触ったり、丁寧にリップやチークをぬること
で、自分とゆっくり向き合うことができたようでした。



参加された方からは、「幸せな時
間を過ごすことができました」
「自分を大切にしてみる時間
を持つのは大事ななあと思えま
した」といった感想をいただき
ました。



中学生男女11名による、バドミントンの男女混合トーナメントが行われました。企画や会場設営、当日の進行も中学生の皆さんが主体となって行いました。

第3回 北仙台女性防災リーダー育成講座(第1日目)

9月20日(金) 北仙台コミュニティセンター



3年間で100名の女性防災リーダーを養成する目的で2017年からはじまった、「北仙台女性防災リーダー育成講座」が今年も開催されました。3日間のうちの1日目となる9月20日は、NPO 法人イコールネット仙台代表理事の宗片恵美子氏、仙台市危機管理室減災推進課主査の及川由佳里氏のお二人に、防災・減災に関する講話をいただきました。地域をあげた主体的な取り組みが、地域住民の防災への意識を高め、有事への備えを確かなものにする一助となっているようでした。

11月の市民センター主催講座

月	日	曜日	時間	主 催 講 座
11	9	土	9:30 ~ 16:00	水の森市民センター地域まつり
	10	日	10:00 ~ 15:00	水の森市民センター地域まつり
	17	日	10:00 ~ 12:00	ジュニアリーダー定例会⑧
	17	日	9:30 ~ 14:00	ウォークイン水の森公園④ 「ガイドとめぐる秋の公園観察会」
	29	金	10:00 ~ 12:00	第3回まつり実行委員会(反省会)
	30	土	10:00 ~ 11:30	おやこでドン!④「休日は親子でYES運動!」

11月の予定

市民センター・児童館図書室 貸出日 貸し出しの手続きは、図書ボランティアさんが担当しています。	11/6・13・20・27 各水曜日 10:00~16:00 11/1・8・15・22・29 各金曜日 10:00~12:00
移動図書館 巡回日 雨や強風の場合、中止になることがあります。 (問合せ先: 市民図書館 261-1585~6)	11/19 火曜日 14:00~14:30
ドロップスのおはなし会 ボランティアサークル「水の森おはなしの会ドロップス」の皆さんが読み聞かせをします。当日直接会場(図書室)へ	11/13・27 各水曜日 ①乳幼児向け 11:00~11:30 ②小学生向け 15:15~15:35
体育館個人使用日 ・料金: 2時間 一般 240円 小中学生 120円 ・種目: 卓球・バドミントン (ラケット、ボール、上靴等はご持参ください)	11/23・30 各土曜日 13:00と15:00の2回受付 ※毎月第3土曜日は主催事業のため個人使用はできません。 ※2・9は市民センター地域まつりのため、個人使用はできません。

施設利用の申込(窓口)

- ◇1月分抽選結果公開・確定 11月2日(土)~9日(土)
 - ◇1月使用分の空室申込開始 11月10日(日) 窓口 9:00~ 電話 10:00~
 - ◇2月使用分の抽選申込期間 11月16日(土)~30日(土)
 - ◇地域利用団体2月使用分優先 窓口 11月6日(水) 10:00~ 電話 7日(木) 9:00~
- ※インターネット等申込の場合、別途ご確認ください。

◇◇ 11月の休館日 ◇◇

11/5(火)・11(月)・18(月)・25(月)

※このセンターだよりはリサイクルできます