



7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 4-1-1

[TEL] 277-2711 [FAX] 277-8863

[HP] <https://www.sendai-simincenter.jp>

主催講座のご案内



第29回

水の森市民センター地域まつり

みんな大好き! おらほの水の森!

【11月9日(土)・10日(日)】

参加申込書を配布しています

水の森市民センター地域まつりの展示やステージ発表に参加希望の方は、窓口で配布する申込み用紙にご記入の上、期日までにお申込み下さい。

※申込書はHPからもダウンロードできます

申込締切 7月19日(金) 17:00まで

北仙台女性防災ット共催

みんなのつながりが**チカラ**になる **防災** 講座

「家の中での安全・安心と簡単! ポリ袋調理」

災害が起こった時、避難所に行く前に家の中で過ごせるような備えについて話し合い、普段から

「備え」を意識しましょう。

後半はポリ袋調理を学びます。

★日時: 8月24日(土) 10:00~12:00

★場所: 会議室1・調理室

★対象: どなたでも 20人〔先着〕

★費用: 材料費 300円

★申込: 7月13日(土) 10:00~

費用をそえて窓口へ



和紙を使って、オリジナルのキャンドルポットと七夕飾り、フォトフレーム、グリーティングカードなどをつくっていきましょう!



8/3(土)

10:00~11:30

- ◆会場: 会議室兼調理室
- ◆対象: お子様(3歳から小学3年生)とその保護者
- ◆定員: 15組【先着順】
- ◆費用: 一人 **200** 円(材料費)
- ◆申込: 6月29日(土) 10:00 ~ 費用をそえて窓口へ
- ◆持ち物: 内径4.5cm以上の空きビン(作成する数)



《地域情報》

水の森公園早朝ウォーキング

北仙台学区民体育振興会では、6月~11月の第2日曜日に、水の森公園早朝ウォーキングを実施しています。水の森公園の自然を楽しみながら健康増進を兼ねたウォーキング、ぜひ参加してみたいかがでしょうか?

■開催日: 7月から11月の第2日曜日

■集合場所: 北仙台小学校 6時30分まで集合

■対象: 北仙台小学区にお住まいの方ならどなたでも





講座レポート

おやこでドン！①「栄養のお話と運動あそび」

6月8日(土) 10:30~12:00 参加者 10名5組

講師：(株)大塚製薬 田辺 篤司氏、水の森温水プール 村田 隼太氏

今年度より開催のおやこ向け講座「おやこでドン！」の第1回目を行いました。朝食をとることの大切さについての「栄養のお話」と、親子で一緒に楽しみながら取り組める「運動あそび」の二本立てでした。「栄養のお話」では、大塚製薬さんが提供しているアプリ「スケッチクック」の紹介もあり、お子様たちも興味津々で聞いていました。また、「運動あそび」では親子で一緒にでき、バランス感覚や運動神経の向上につながる運動を行いました。風船やボールを使った遊びもあり、みなさん親子で楽しそうに取り組んでいる姿が印象的でした。



集まれマザーズ① 「キレイUP!美ヨガで楽しむ自分時間」

5月日(金)、第1回目の「集まれマザーズ」が行なわれました。ママとお子さんの自己紹介、託児ボランティアさんからのお話の後、別室に移動してヨガのレッスンを開始しました。育児中心の生活の中で、自分の体に意識を向けることがなかなかできないというママたちにむけて、講師の佐藤夢香先生が、やさしく丁寧にヨガを指導してくださいました。ゆったりとした雰囲気の中、集中してヨガに取り組むことで、心身ともにリフレッシュすることができたようでした。



7月の市民センター主催講座

月	日	曜日	時間	主 催 講 座
7	12	金	10:00~12:00	みんなのつながりがチカラになる防災講座①
	18	木	10:00~12:00	水の森シニア学園③
	20	土	13:00~16:30	水の森自遊クラブ(MJK)「とことんスポーツ!」
	21	日	10:00~12:00	ジュニアリーダー定例会④
	27	土	15:00~17:30	市民企画講座 「ゆかたでGO!」



7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。	7/3・10・17・24・31 各水曜日 10:00~16:00 7/5・12・19・26 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)	7/2・30 各火曜日 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	7/10・24 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)	7/6・13 各土曜日 13:00と15:00の2回受付 ※第3・第4土曜日は主催事業等のため個人使用はできません。



施設利用の申込(窓口)

- ◇9月分抽選結果公開・確定 7月2日(火)~9日(火)
 - ◇9月使用分の空室申込開始 7月10日(水) 窓口 9:00~ 電話 10:00~
 - ◇10月使用分の抽選申込期間 7月17日(水)~31日(水)
 - ◆地域利用団体 10月使用分優先 窓口 7月5日(木) 10:00~ 電話 6日(金) 9:00~
- ※インターネット等申込の場合、別途ご確認ください。

※このチラシはリサイクルできます