

令和3年1月号

# 広瀬市民センターだより



## HP 公開中!

「仙台市広瀬市民センター」で検索できます。  
左のQRコードもご利用ください。

<https://www.sendai-shimincenter.jp>

## 【発行】

(公財) 仙台ひと・まち交流財団 仙台市広瀬市民センター  
〒989-3125 仙台市青葉区下愛子字観音堂5番地  
【Tel】022-392-8405 【Fax】022-392-8410  
【Eメール】[hirose-siminc@hm-sendai.jp](mailto:hirose-siminc@hm-sendai.jp)

新年あけましておめでとうございます。令和になって初めての丑年、2021年はどんな年になるのでしょうか? 昨年は新型コロナウイルスによって、世界中が多くの困難に見舞われました。2021年は牛の特徴である『粘り強さと誠実』をもって皆でコロナを克服し、希望に満ちた年になるとよいですね!

広瀬市民センター 館長

## おしらせ

主催: 広瀬のひびき実行委員会 公益財団法人仙台ひと・まち交流財団(仙台市広瀬文化センター指定管理者)

28rd ミュージックフェスティバル 2021

## 広瀬のひびき Swing & Harmony

第1部 合唱編 10:00~(開場 30分前) 第2部 吹奏楽編 14:00~(開場 30分前)

小中学校をはじめとした地域の団体が参加し、合唱編、吹奏楽編の2部構成で素敵なハーモニーを奏でます

会場: 広瀬文化センターホール 入場無料

観覧には1人1枚の入場整理券が必要です

【入場整理券配布場所】 広瀬文化センター1階受付

令和2年12月20日(日)9:00~配布中

令和3年  
1月31日(日)

お問合せ  
広瀬文化センター  
022-392-8401

## 地域情報

### はばたけ展



広瀬中学校、大沢中学校、折立中学校、錦ヶ丘中学校  
の4校の支援学級の生徒たちの合同作品展です。  
どうぞ自由にご覧ください。

#### ◆開催日時

令和3年2月6日(土)~18日(木)※最終日は13時まで

#### ◆場所

広瀬市民センター 2階オープンスペース  
【休館日 8日(月)・12日(金)・15日(月)】

入場無料

## 地域 まりん クイズラリーに チャレンジしよう



新型コロナウイルス感染症の影響により、たくさんの方に  
集まっていただくことが難しい現状ではありますが、感  
染防止対策を行いながら、地域や市民センター事業につ  
いて、さらに知っていただけるよう、各市民センターにて楽  
しいクイズをご用意しています。ぜひお近くの市民センタ  
ーへご来場の上、クイズラリーにご参加ください。

期間: 令和3年1月15日(金)~2月10日(水)

(市民センター休館日を除く)

時間: 9時00分~16時30分(最終受付 16時00分)

場所: 市民センター56館(水の森\*・東中田\*・湯元・馬場を除く)

※大規模改修工事に伴う休館のため

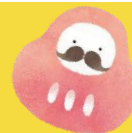
主催: (公財) 仙台ひと・まち交流財団

講座参加の皆様へ ※発熱や咳の出る方、体調がすぐれない方は参加を控えていただくようお願いいたします。

※今後の新型コロナウイルス感染症の状況次第で、講座を中止する場合がありますので、ご了承ください。



# 講座 Watching



サークルになりました



## ひろせ魅力工房② 「同慶寺で座禅体験」



11月19日(木)「同慶寺で座禅体験」講座を開催しました。市民センターから同慶寺まで歩き、用意していただいた部屋で、住職から同慶寺の歴史と「コロナ禍での気持ちの持ち方」の講話後、本堂に移動し、合掌、入堂の仕方、足と手の組み方、姿勢、呼吸の仕方などを教わった後に15分間の座禅を行いました。座禅体験は、日常から離れ、自分と向き合う静かな時間になりました。終了後、庭に出て、紅葉が美しい仙台市指定保存樹木「いろはもみじ」を鑑賞して帰路につきました。



## ひろせ 川柳講座

11月25日・12月2日・12月9日各水曜日の3回で「ひろせ 川柳講座」を開催しました。初回は、川柳作句の心構え・用語・印象吟・擬人法などを学んだ後に、受講生が槻田先生の出す「お題」で川柳を作りました。初めての方が多かったのですが、皆さん言葉選びのセンスが良く、上手に作っていました。2回目には「お正月」のお題で宿題があり、3回目に披露しましたが、更にレベルアップしていました。1月から12人のメンバーで、サークルとして活動することになりました。一緒に学びたい方・興味のある方は、広瀬市民センターにご連絡ください。



## 老壮大学「若返り教室」 ～今日から始める健腸生活～

12月17日(木)宮城中央ヤクルト販売株式会社の太沼佐也佳さんを講師に迎えて今日から始める健腸生活【腸は健康の源】を開催しました。

腸内バランスを整え、身体を健康に保ち続ける為に免疫細胞を高め、腸を元気にする方法を学びました。また、洋式トイレでも腸を圧迫する体勢をすることで便通を良くしたり、手のひらのツボ押しや、日頃の食べ物の工夫などについても詳しく教えていただきました。

受講生の皆さんからも「健腸のヒントをいっぱい知ることができたので、今日から実践してみます。」とのお声もいただきました。



## 消防訓練を実施しました



11月26日に文化センター・図書館と合同で、消防訓練を実施しました。火元は事務室、勤務職員は2人という想定で、実際に煙を焚いての本格的な訓練でした。火元によってシャッターの閉まる位置が変わり、避難経路も変わることなどを確認し、有意義な訓練となりました。



## イルミネーションが点灯しました



12月中、広瀬文化センターの1階ロビーにクリスマスイルミネーションが点灯していました。皆さん見ていただけたでしょうか？いつもとは違う1年でも、例年通りピッカピカに点灯した広瀬のイルミネーション。不安な世間の雰囲気吹き飛ばすようでした！



《1月の休館日》

令和3年1/1(金)・1/2(土)・1/3(日)・1/4(月)・1/12(火)・1/18(月)・1/25(月)