



西多賀市民センターだより

令和6年

〒982-0034 仙台市太白区西多賀三丁目6-8

TEL 244-6721 FAX 244-0524

ホームページ <https://www.sendai-shimincenter.jp>



↑ホームページ
QRコード



地域とともに

講座案内

福祉のつどい in 西多賀



日時

11月16日(土)

開場 10:00~15:10

開会式・表彰式

10:00~10:30

閉会式

15:00~15:10

会場

西多賀市民センター

共催

西多賀地区社会福祉協議会
西多賀市民センター
西多賀地区町内会連合会
西多賀赤十字奉仕団
西多賀地区民生委員児童委員協議会
西多賀地域包括支援センター
八木山地域包括支援センター

《ステージ》10:35~12:30 2階ホール(要上履き)

【合唱】わらしべ舎のみなさん

【講演】東北文化学園大学 教授 野崎 瑞樹 氏

—安心して暮らせる地域を目指して—

「住民による見守りの方法～みんな・日常～」

【腹話術】飯倉 和子 氏「カズちゃんライブ」

《展示・健康コーナー》11:00~15:00

・『標語・ポスター応募全作品展示』(3階会議室)

・健康福祉ひろば(2階会議室)・福祉団体活動紹介(ホール)

《体験コーナー》13:00~15:00

・認知症 VR 体験、福祉器具体験(2階ホール)

※申込は不要です。当日直接会場へお越しください。
2階ホール入場の際は、上履きをお持ちください。
当日、市民センターの駐車場はご利用できません。
車でのご来場はお控え願います。

大人の健康講座

4回連続講座

運動不足になっていませんか。

体力測定で自分の状態を知り、いろいろな運動にチャレンジして、健康で充実した毎を送りましょう！

①11月22日(金) 10:00~11:30

「楽しく！体力測定」

②12月20日(金) 10:00~11:30

「楽しく！筋肉貯金(貯筋)」

③1月10日(金) 10:00~11:30

「楽しく！ラジオ体操」

④1月24日(金) 10:00~11:30

「楽しく！格闘技エクササイズ」

初心者
大歓迎

【対象】 成人 15名(先着順) 【参加費】 無料

【会場】 西多賀市民センター

【持ち物】 汗拭きタオル・水分補給用の飲み物
動きやすい服装・靴(スニーカー等)

【申込】 11月1日(金) 10:00~
西多賀市民センター窓口・お電話で

西多賀防災まち歩き

地形を知って新発見の連続！ふだん見慣れた場所を水本先生の解説を聞きながら、歩いて確かめてみましょう。今回は、富沢川コースを歩きます。

【日時】 11月30日(土) 12:30~15:30

※荒天時は、12月1日(日)に延期

【講師】 東北福祉大学 准教授 水本 匡起 氏

【集合】 西多賀市民センター

【コース】 金剛沢、三神峯公園他(全コース4.3Km)

【対象】 成人 15名(先着順)

【申込】 11月9日(土) 13:00より電話受付

※定員になり次第、締切り



※申込時にいただいた個人情報は目的以外に使用いたしません。



講座レポート



西多賀寿大学公開講座 「西多賀の地形を知って 命を守る」

9月18日(水) 講師：東北福祉大学 健康科学部
医療経営管理学科 准教授 水本匡起 氏

地域の地形や歴史・民俗に基づく新しい形の防災講座でした。地形を知るとは自然災害を知ることであり、ハザードマップだけではわからない災害のリスクに備えなければならないということでした。

また、「防災力」の大切さも学びました。「防災力」とは、自然災害が起きた時に確実に命を守る力であり客観的な正しい知識に基づくものです。西多賀地域の地図や3D画像を使って新旧の地形を見比べ、切土や盛土、長町一利府断層の位置を確認をすることで防災力を高めることができることを教えていただきました。



三神峯公園清掃活動のおしらせ

～地域のみんで三神峯をきれいに～

西多賀中学校の生徒有志と地域のみなさんが一緒に三神峯公園の清掃を行います。ぜひご参加ください。

【日時】：11月23日(土・祝日)9:30～10:30

※雨天時は中止

【場所】：三神峯公園 上の駐車場に集合

【共催】：西多賀まちづくり推進委員会、三神峯公園
愛護協力会、西多賀市民センター



ホール個人使用日（夜間）



第2・4金曜 17:30～21:00

高校生以上 240円 小中学生 120円（2時間）

※小中学生がご利用の際は保護者同伴をお願いします。



11月の予定

※予定を変更する場合があります

日	曜	行事	施設利用
1	金		
2	土		1月分抽選確定 (～9日)
3	日	文化の日	
4	月	振替休日	
5	火	休館日	
6	水		2月分地域優先申込 開始(～15日)
7	木		
8	金		ホール個人使用日 (夜間)
9	土		
10	日	JL定例会	1月分空き室申込 開始
11	月	休館日	
12	火		
13	水		
14	木		
15	金		
16	土	福祉のつどい in 西多賀	2月分抽選申込 開始(～30日)
17	日		
18	月	休館日	
19	火		
20	水	西多賀寿大学	
21	木		
22	金	大人の健康講座①	ホール個人使用日 (夜間)
23	土	勤労感謝の日 三神峯公園清掃活動	
24	日		
25	月	休館日	
26	火		
27	水		
28	木		
29	金		
30	土	西多賀防災まち歩き	

※駐車スペースには限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

(近隣施設への無断駐車はご遠慮ください)

※この紙はリサイクルできます。「雑がみ」として分別しましょう。