

東中田市民センターだより

2020年5月1日発行

第5月号

(公財)仙台ひと・まち交流財団 仙台市東中田市民センター
〒981-1101 仙台市太白区四郎丸字吹上 51 TEL 242-1185 FAX 242-7053

東中田市民センターの情報はここから:

仙台市東中田市民センター 講座

検索



検索エンジン等で検索していただくか、右のQRコードを読み取りますと当センターのホームページがご覧いただけます。

主催講座のご案内



ほっこりサロンボランティア養成講座～7回連続～

7回連続

市民センターや袋原中学校など、地域で開催する「ほっこりサロン」を運営するボランティアを養成します。ハンドマッサージやタッピングタッチ（軽くトントンと背中などをたたく）、傾聴等のスキルを学んで「ほっこりサロン」で活動し、地域の方と交流しませんか？

◆日 時：6月9日、6月23日、7月14日、7月21日、8月4日、8月18日

各火曜日 13:30～15:30

8月29日(土)10:00～12:00 (袋原中学校フェスティバル会場にて)

※7回ともご参加ください。

◆会 場：市民センター 2階 会議室

◆対 象：成人 10人

◆申 込：5月12日(火) 10:30～市民センターへ電話又は窓口へ



いきいきタイム～指ヨガ健康講座



指を回したり反らしたりする指ヨガは、肩こり、腰痛、便秘の改善やダイエット、不眠解消等にも効果が期待されます。いつでもどこでもできる指ヨガでリフレッシュしましょう！

◆日 時：6月10日(水) 14:00～15:00

◆会 場：東中田市民センター 会議室

◆費 用：無料

◆持ち物：フェイスタオル1本

◆対 象：成人 20人(先着順)

◆申 込：5月20日(水) 10:30～電話又は窓口へ

テクテクまち歩き～中田中部地域編～

2回連続

『健康』維持を目的に、運動を意識したウォーキングについて学び、お宝マップ【中田中部地域】のコースを実際に歩きながら各スポットの解説を聞く講座です。この機会に、運動不足を解消してみませんか？

◆費 用：24円(保険代として) 10:30～受付

◆募 集：5月12日(火)～6月2日(火)まで

◆対 象：どなたでも・定員20人(先着)

◆申 込：市民センター窓口へ保険料を添えてお申し込みください。



日時：6月6日(土) 10:00～12:00

場所：東中田市民センター 体育館

講師：健康運動指導士 大友 晶子 氏
運動を意識したウォーキングを学びます。

日時：6月27日(土) 10:00～12:00

場所：中田中部地域コース(詳細はチラシに)

講師：かにつこ語りの会の皆様
実際のコースを歩きます。

※新型コロナウイルス感染症の影響のため、上記の講座が中止や延期になる場合がございます。あらかじめご了承ください。



お知らせ



東中田老壮大学開講式・記念講話の日程変更について

5月20日(水)に予定しておりました「東中田老壮大学開講式・記念講話」は、新型コロナウイルス感染症による影響で、**6月17日(水)**に変更となっております。東中田老壮大学にお申し込みの方はお間違えの無いようお願いいたします。 *****  *****

5/19(火) ほっこりサロン中止について

5月19日(火)に予定しておりました「ほっこりサロン」は、新型コロナウイルス感染症による影響で開催中止となりました。次回は6月23日(火) 14:00~15:00を予定しております。

サークル紹介

サークル名	サークル内容	主な活動日
ピースミュージックバンド	楽器演奏	毎月土曜、日曜(午後)

東中田市民センター休館のお知らせ

東中田市民センターは**大規模改修工事のため、令和2年11月1日(日)より施設の貸し出しを休止**いたします。休館期間は**令和2年11月1日から令和3年11月頃を予定**しておりますが、詳細は確定次第ご案内いたします。

ご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

【敷地内完全禁煙の実施について(お知らせ)】

市民センターでは、「健康増進法の一部を改正する法律」の完全施行に伴い、令和2年4月1日(水曜)より、全館におきまして敷地内完全禁煙(加熱式タバコ・電子タバコ含む)といたします。受動喫煙防止の取り組みに、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

なお、施設の出入口や隣接する道路での喫煙につきましても、近隣住民の方々や他の利用者の方々への迷惑となりますので、喫煙をご遠慮いただきますようご協力をお願いいたします。

市民センターからお知らせ

☆5月の休館日

7日(木)、11日、18日、25日(各月曜日)
(月曜日が祝日の場合は、翌日が休館日となります。)

☆市民センター内図書室より

・貸出日: 13日、20日、27日
(各水曜日) 10:30~12:30、14:00~16:00

☆移動図書館巡回日

15日、29日(金) 14:00~14:30

☆市民センターに関する情報は...

市民センターの募集講座や実施した講座のレポート、また地域情報などをホームページに掲載しています。パソコンや携帯電話などインターネットからぜひご覧ください。



WAKE UP !! (ワケアッフ! 仙台)



めざまよ! ごみ分別都市 資源回収庫のご利用案内

【利用時間】市民センター開館日
9:00~16:30

※利用時間外のご利用はできません。
(休館日: 月曜日、月曜が祝日の場合は翌日)

【回収品目】新聞(折り込みチラシ含む)
段ボール、紙パック
雑誌・雑紙・布類

※このマークの紙類は全て回収できます⇒ 

■上記のことについての問い合わせは・・・
仙台市環境局ごみ減量推進課
電話 (022) 214-8229