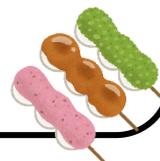


# 富沢市民センターだより4月号



HP 公開中! 「富沢市民センター」で検索できます。  
左の QR コードもご利用ください。

〒982-0036 仙台市太白区富沢南 1-18-10  
Tel : 022-244-3977 Fax : 022-307-5101  
<https://www.sendai-shimincenter.jp/taihaku/tomizawa/index.html>



## 令和4年度 富沢市民センター 取組目標

笑顔あふれる明るいまちづくりを応援し、未来へつなぐ

掲載している内容は、令和4年3月18日現在の情報です。講座等の内容は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、やむを得ず日程の変更や中止になる場合があります。また、3月号以前に掲載した内容についても、変更や中止になる場合があります。事前に富沢市民センターのホームページ等をご覧いただくか、当市民センターに直接ご確認ください。

## 令和4年度 主催事業について(予定)

富沢市民センターでは、今年度も様々な事業を予定しています。各事業の開催時期や詳細については、市民センターだより、事業ガイド、ホームページ等でお知らせします。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、やむをえず変更や中止となる場合があります。

事業(講座名)	対象等
つながる地域の子育て応援隊企画会	乳幼児親子
おはなしの部屋	乳幼児親子
とみざわ子どもの広場	小学生
富沢小学校連携事業	富沢小3年生
インリーダー研修会	子ども会代表の児童と世話人
わがまち防災減災	地域の方
富沢シニアクラブ	太白区在住の65歳以上の方
パワフルとみざわネットワーク	どなたでも
富沢市民センター懇話会	地域団体やサークルの代表者
富沢ふれあいまつり2022	どなたでも
おりがみボランティア養成講座	成人

## 講座のご案内

### ◆令和4年度◆ おはなしの部屋



絵本に紙芝居、手遊びなど、0歳児から楽しめる講座です。5月は同じ内容で2回開催します。  
参加は無料です。遊びに来てね!

日時: ①5月11日(水) / ②5月18日(水)  
10:30~11:30

【★10:30~おはなし会 ★11:00~フリータイム】

会場: 富沢市民センター 2階 和室(1)  
対象: 乳幼児(0~4歳児)と保護者 各回15組(先着順)  
申込み: 4/20(水) 10:30~ 電話にて受付

※①②とも同じ内容です。申込時にどちらかを  
選択してください。

### おりがみボランティア 養成講座



おりがみボランティア『和の折り富沢』は、折り紙を楽しみながら、ボランティア活動をしています。  
自分の出来ることを地域で役立ててみませんか?

日時: 【1回目】5月13日(金) 14:00~15:30

\*2回目以降の開催日は、1回目にお知らせします。  
おもに第2金曜日の開催となります。

会場: 富沢市民センター 2階 第1会議室  
費用: 材料費実費および材料持参  
対象: 成人5人(先着順)  
申込み: 4/15(金) 14:00~ 電話にて受付

※詳しくは富沢市民センターまでお問合せください。

◆講座に参加される方は、マスクの着用、手指の消毒、当日朝の検温にご協力ください。  
◆お申込みいただいた個人情報は、当該講座以外では使用いたしません。◆この用紙は雑紙としてリサイクルできます。

## 講座風景

### いのちを守る講座③

#### ーAEDを使った救命講習ー 2/10(木)

胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDの使い方を太白消防署の高橋氏に教えていただきました。マッサージの強さや回数、AEDのパッドの貼り方など実践しないとわからない事ばかりでした。救急車が到着するまでの間に救命措置がされるか否かで生存率・回復率は大きく変わるそうです。当センターではAEDを設置しています。開館中はどなたにでも貸出できますので緊急時には思い出してください。



#### 富沢シニアクラブ 後期第4回 2/17(木)

令和3年度富沢シニアクラブ後期最終回はフレイル予防の「軽体操」です。講師のStudioピットバレエ健康運動指導士<sup>しびたにゆうこ</sup>澁谷祐子氏から自宅でも手軽に行える体操を教えていただきました。



冒頭の講話で、フレイルとは要介護になる前の心身虚弱の状態のことで、予防のための運動は足腰の筋肉量を増加させる筋力トレーニングや、有酸素運動が効果的ということ学びました。その後椅子を使った足上げ体操や3の倍数で手を叩きながらの足踏み等、皆で体を動かしました。

## 図書室からのお知らせ

下記をはじめとした新しい書籍が図書室に仲間入りしました。この機会にぜひ手に取ってみてください!



- 宴の前 … 堂場 瞬一 著
- 祝祭と予感 … 恩田 陸 著
- クスノキの番人 … 東野 圭吾 著
- 神よ憐みたまえ … 小池 真理子 著
- やさしい猫 … 中島 京子 著
- こどもたちは まっている … 荒井 良二 著
- NHK「香川照之の昆虫すごいぜ!」図鑑 Volume3  
… カマキリ先生、NHK「昆虫すごいぜ!」制作班
- 黒い兄弟(上下巻) … リザ・テツナー 著
- 後悔するイヌ・嘘をつくニワトリ  
… P・ヴォールレーベン 著 他

一般書、  
児童書のほか、  
絵本や紙芝居  
もあります♪

## 4月の予定

日	曜	内 容
1	金	
2	土	6月分抽選確定(~9日)
3	日	
4	月	休館日
5	火	7月分地域優先申込(~15日)
6	水	
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	6月分空室申込開始
11	月	休館日
12	火	
13	水	
14	木	
15	金	おりがみボランティア養成講座受付開始
16	土	7月分抽選申込開始
17	日	
18	月	休館日
19	火	
20	水	おはなしの部屋(5月分)受付開始
21	木	
22	金	富沢シニアクラブ(前期)申込〆切
23	土	
24	日	
25	月	休館日
26	火	
27	水	
28	木	
29	金	昭和の日
30	土	7月分抽選申込終了

**図書室は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記の貸出を中止する場合があります。**

### 4月の図書室 貸出予定日

- 水曜日● 6日・13日・20日・27日
  - 土曜日● 2日・9日・16日・23日・30日
- 午前10時~12時 / 午後2時~4時

