

# 3月 松陵市民センターだより



\*「松陵市民センターだより」の配布エリアは、松陵中学校区と向陽台中学校区です。

〒981-3108 仙台市泉区松陵5丁目20-2 TEL 375-8101 FAX 375-6101

ホームページ：検索サイト「仙台市松陵市民センター」で検索 Eメール：syoryo-siminc@hm-sendai.jp

## 平成30年度を受講生を募集します!

### 『いきいき健康講座』

一緒に楽しく学習し、日々を健康に過ごしましょう!

開催日：主に第2金曜日（全9回）

時間：10:00~11:30

第1回：平成30年5月18日（金）

会場：松陵市民センター第1研修室他

会費：無料（実費）

対象：おおむね60才以上40名

内容：健康に関する講話や軽体操など

### 『らくらく教養講座』

さまざまな学習や体験を通して、楽しく仲間づくりをしませんか?

開催日：主に第4金曜日（全9回）

時間：10:00~11:30

第1回：平成30年5月18日（金）

会場：松陵市民センター第1研修室他

会費：無料（実費）

対象：おおむね60才以上40名

内容：一般教養、歴史、音楽など

◆申込方法：下記(1)または(2)の方法でお申込みください。

(1)「郵便はがき」の宛名に、住所・氏名を記入して(裏面は白紙)窓口を持参する。

(2)「往復はがき」に下記の必要事項を記入して郵送する。

①希望する講座名 ②申込者氏名(ふりがな) ③住所 ④電話番号 ⑤年齢・性別



切手	〒981-3108	何も書かないで 下さい。 (センターから結果 を印刷してお送り します)
往信	泉区松陵 5-20-2 松陵市民センター 「健康講座」または 「教養講座」係	<返信用裏面>
<往信用表面>		

【往復はがき】の書き方

切手	〒郵便番号	①希望する講座名 <b>健康</b> または <b>教養</b> ②氏名(ふりがな) ③住所 ④日中に連絡の取れる 電話番号 ⑤年齢・性別
返信	申込み方の 住所・氏名	<往信用裏面>
<返信用表面>		

◆申込期限：3月17日(土) 市民センター必着です。

◆注意事項：「いきいき健康講座」と「らくらく教養講座」のどちらかひとつを選んでお申込み下さい。

両方を申し込むことはできません。また、開講式と閉講式の回は合同講座となります。

※当選結果は、4月20日頃に「はがき」でお知らせする予定です。

★お預かりした個人情報は、講座運営のみに使用させていただきます★



## 地域ほっと情報

### 「松陵にっこりクラブ」参加者募集中です♪



このたび、仙台市の「介護予防運動サポーター研修」を受講した地域在住ボランティアサポーターの皆さんが、松森包括支援センター・泉区役所家庭健康課・健康増進センターの支援を受けて「松陵にっこりクラブ」という自主活動グループを結成しました。ただいま「松陵にっこりクラブ」では、健康づくりと体力維持を目的とした運動クラブの参加者を募集しています。

原則として、毎月第1・3木曜日の10時～11時半、松陵2丁目集会所を会場に、イスに腰掛けてのストレッチ体操、筋トレ、有酸素運動などの軽運動を行います。対象者は松陵近隣在住で、会場まで自力で来れる方。費用は入会時100円と1月毎100円、持ち物は室内運動靴、水分、タオルなど。

今回、3月15日(木)10時から、松陵2丁目集会所(松陵2丁目1 ヤマザワ近く)でお試し会を開催(参加費無料、申込不要)します。興味のある方は気軽に参加されてみてはいかがでしょうか。

お問い合わせ先・・・サポーター菊池さん(090)5847-5726

## 仙台市泉図書館 松陵分室

◆開館日時：毎週火・金曜日

12:30～16:30



◆貸出：1人 7冊まで(2週間)

◆返却：泉図書館松陵分室開館日、または市民センター開館日(返却ポストをご利用ください)

### 【3月の休館日】

5日(月)・12日(月)・19日(月)・  
22日(木)・26日(月)

## こわれた おもちゃ なおします!

「おもちゃ病院 松陵」のボランティアドクターが、おもちゃの修理をします。壊れたおもちゃもあきらめなくて、お持ちください!

○日時：3月14日(水)【原則 毎月第2水曜日】  
10:00～12:00(受付は11:30まで)

○会場：松陵市民センター 2階ロビー

○費用：無料(部品代を別途頂く場合があります。)

○申込：予約は不要です。直接お越し下さい。

◎おもちゃの種類によっては、修理できない場合がありますのでご了承ください。



## 紙類回収庫のご案内

その他、ビン類、缶類、発泡スチロールなども回収していません。

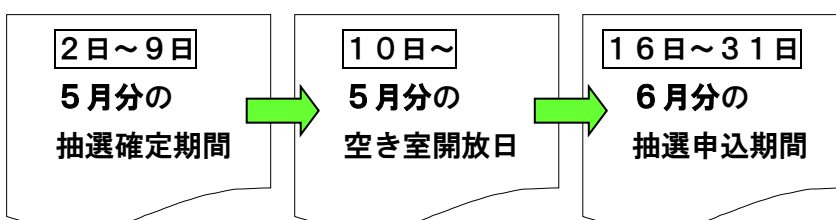


◆利用時間：市民センター開館日の 9:00～16:30

◆回収種類：①紙類(新聞紙・雑誌・雑紙)ひもで十字に縛って回収庫にお出してください。段ボール箱は、必ずつぶしてひもで縛ってください。②衣類は洗濯して透明な袋に入れ、袋の口を縛ってお出してください。

※布団・座布団・カーペット・マットレス・作業服・制服・革製品・汚れたもの・営業ごみ・プラスチックなど、上記以外は回収できませんのでご注意ください。

## 3月の予約システムの流れ(窓口・電話)



### <ホール個人利用日>

**3月25日(日)**

時間：9:00～21:00

料金(2時間)：大人 240円

小中学生120円

種目：卓球・バドミントンなど

※用具・シューズはご持参下さい。