

# みんなの広場



## 子育てサークル『ベルスーズ』

初心者ママが集まってゴスペルなどを歌ったり、子どもたちは工作やお楽しみ企画をして楽しんでいます。情報交換もしながら、子育てを一緒に楽しみませんか？詳しくはHPをご覧ください。

HP <http://nanos.jp/berceuse000/>  
とき 9月4日(木)・18日(木) 10:00~13:30  
(ランチタイムやティータイムもあり)

ところ つどいの広場

対象 乳児や未就園児の親子

料金 後期(9月~3月) 800円

☎ 子育て支援センター ☎363-3630

## ヨガ同好会塩釜

体のかたい人でもらくらくできる初心者向けのヨガクラスです。

とき 毎週水曜日 13:00~14:00

ところ 公民館本町分室

会費 2,000円/月4回 定員 15人

☎ 鈴木 ☎368-7078

## 太極拳無料体験教室

皆さんの参加お待ちしております。

とき 9月12日(木)、19日(木)

両日とも10:00~12:00

ところ 公民館(東玉川町) 大会議室

持ち物 上靴、運動に適した服装

☎ 塩釜市太極拳協会 遠藤 ☎366-6311

## 絵手紙はがき絵すずらんの会

### ■絵手紙体験入学参加者募集

【わかりやすい指導】(40~73歳まで)

とき ①9月11日(木)・25日(木)

②9月5日(木)・19日(木)

①②とも10:00~12:00

ところ 公民館(東玉川町)

料金 2回セット1,000円(材料費代)

※道具は貸し出します(申込必要)

### ■絵手紙体験入学参加者募集

【ていねい個人指導】(40~73歳まで)

とき 9月10日(月)・24日(月)の月2回  
13:00~15:00

ところ 自宅(赤坂)\*駅まで迎えに伺います

料金 2回セット1,000円(材料費代)

対象 40歳代~73歳まで

※道具は貸し出します(申込必要)

☎ 浅野 ☎363-4887

受付(9:00~12:00、18:00~20:00)

## 絵手紙 生徒募集します

### ■楽楽教室(募集 3人)

とき 9月4日(木)・18日(木) 10:00~12:00

ところ 公民館2階(東玉川町)

### ■つばき教室(募集 3人)

とき 9月6日(木)・20日(木) 10:00~12:00

ところ 公民館本町分室

会費 いずれも1,600円/月2回

※体験コーナーは無料。手ぶらどうぞ

☎ 伊勢 ☎362-0054 (2日前まで申込)

## 市民登山募集~草紅葉のなかへ~

とき 10月21日(日)

ところ 八幡平(岩手県)

参加費 5,000円 募集 40人

申込 はがきに住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、送ってください。詳しくは市役所、体育館、公民館、エスパにあるチラシをご覧ください。

☎ 塩釜山岳会 佐藤久雄 ☎364-7018  
あて先 〒985-0055 塩釜市赤坂26-2

## 骨盤底筋トレーニング

### 〈女性のための健康セミナー〉

お産を経験した女性で「トイレが近い」「くしゃみをするとうるもれが」などといったお悩みをお持ちの方、日常生活のなかで行える体操や姿勢を意識することで鍛えられ、症状が改善されます。

とき 9月8日(土)・11月10日(土)  
10:00~11:30(2回とも同じ内容)

ところ エル・ソーラ仙台(アエル28階)

参加費 500円 定員 20人(先着順)

☎ 佐藤 ☎246-1081

## お知らせ

### JR東日本より線路沿線の皆さんへ

列車の安全・安定輸送の確保と関係設備の適切な保守・検査のため、線路敷内に繁茂する雑草を抑制するため、除草剤散布を計画しております。皆さんにご迷惑をおかけすることのないように専門家を配置し散布しますので、ご理解をお願いします。

範囲 東北本線(仙台~塩釜) 線路内

時期 9月上旬~中旬の夜間

(雨天、強風時は延期します)

☎ JR仙台保線技術センター ☎262-0350

### 東日本大震災時の救援活動と宅建協会による不動産無料相談会

とき 9月22日(土・祝) 13:30~16:00

ところ 多賀城市文化センター(市民会館)

☎ 祐和不動産 佐々木 ☎767-3156

## 献血の日程

とき 9月8日(土) 10:00~12:00、13:00~16:30

ところ ホームマック塩釜店

## 月明かりが照らす希望の火「しおがまさま神々の月灯り」

竹ろうそくが灯す光の参道と日本古来の楽器が奏でる幽玄な世界

とき 9月28日(金)・29日(土) 18:30~

ところ 志波彦神社・鹽竈神社内  
☎ 塩釜市青年四団体連絡協議会事務局(商工会議所内) ☎367-5111

### ◆釜社月灯り

御釜神社境内をほのかに灯します。ぜひお立ち寄りください。

とき 同日18:30~(雨天中止) ところ 御釜神社境内(本町)

☎ 本町通りまちづくり研究会 ☎090-4630-5968

### ◆月見カフェ2012 ばそとも倶楽部主催

とき 同日 17:00~20:30 ところ 旧亀井邸

内容 お酒(ひやおろし)、かまぼこの振る舞い(募金制)

☎ ばそとも倶楽部 かのうまゆみ ☎366-6711



## 広がる市民活動の輪 ⑦

### ラジオ体操で健康づくり

#### 塩竈神社体操会

代表 本多 ☎364-3045

山田 ☎364-7464

体に良いと、最近見直されている「ラジオ体操」。そのラジオ体操を、毎日続けている方たちがいます。

鹽竈神社の境内で、毎朝6時30分にラジオに合わせて体操している「塩竈神社体操会」。今年の7月には株式会社かんぽ生命保険・NHK・全国ラジオ体操連盟から、「ラジオ体操優良団体」として表彰されました。平成12年ころから山田さんが一人で始めた活動でしたが、しだいに参加する人が増



え、今では全員合わせると20人以上になります。

特に名簿を作ったり、会費を集めたりしているわけではありませんが、有志で旅行や忘年会などを行って親睦を深めています。

「毎日続けているからね、みんな病気もしないで健康だね」と話してくれた代表の本多さんも、お元気そうです。参加者の方からは、「震災で被災した人もいけれど、負けてられないからね。ラジオ体操で元気にならなきゃ」との声もきかれました。