

2020 生涯学習カレンダー 12月号

●問い合わせ先一覧●

●公民館・まほろばホール ☎344-4401 FAX 347-1501 ●総合体育館 ☎346-2178 FAX 346-2179

●生涯学習課(編集) ☎345-7508 FAX 344-3755

日	月	火	水	木	金	土	
<p>まほろばお好み演芸会</p> <h2>魅知国たいわ寄席</h2> <p>公演日：令和3年1月24日(日) 時間：午後2時開演(午後1時開場) 会場：まほろばホール 大ホール 入場券：一般S席 1,500円 一般A席 1,200円 (友の会S席 1,300円 友の会A席 1,200円) ※当日500円増</p> <p>※入場券はなくなり次第販売終了いたします。</p>							
<p>入場券販売所</p> <ul style="list-style-type: none"> まほろばホール 吉岡宿本陣案内所 ファミリーマート CN プレイガイド <p>※未就学児童の入場はお断りしています。 ※来館時はマスクを着用してください。</p> <p>☎ まほろばホール ☎344-4401</p>		<p>東北弁落語</p> <p>六華亭遊花</p>	<p>講談</p> <p>神田阿久鯉</p>	<p>マジック</p> <p>スコート</p>	<p>漫才</p> <p>ニードル</p>		
<p>行事など</p> <p>総合体育館開放情報 (欄外下の見方参照)</p>		<p>まほろばホール 図書室休館日</p> <p>バドミントンスクール ※制限あり (18:00～ 総合体育館)</p>	<p>休館日</p>	<p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) ストレッチ&かんたんトレーニング (10:00～ 総合体育館) トレーニング室利用講習会 (13:00～ 総合体育館)</p>	<p>にこまサロン(家庭教育サロン) (10:00～ 町民研修センター) 体幹トレーニング (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>休館日</p>	
<p>6</p> <p>トレーニング室利用講習会 (13:00～ 総合体育館)</p> <p>☎杉山医院 大郷町羽生字中ノ町11-1 ☎359-4123</p>		<p>7</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) かんたんエアロ (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>8</p> <p>バドミントンスクール ※制限あり (18:00～ 総合体育館)</p>	<p>9</p> <p>ハンドメイド講座 「ソーイング教室(中級者以上)」 (13:00～ まほろばホール)</p>	<p>10</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) ストレッチ&かんたんトレーニング (10:00～ 総合体育館)</p>	<p>11</p> <p>どんぐりクラブinふれあいの杜 (10:00～ ふれあいの杜) 体幹トレーニング (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>12</p> <p>ファイティングエクササイズ (18:30～ 総合体育館) 筋トレナイト (19:30～ 総合体育館)</p>
<p>午前 トリウムクリスマス</p> <p>午後 フェスタ【小学生の部】</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 「開」バドミントン</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 「開」バレーボール1/2・卓球1/2</p>	<p>休館日</p>	<p>午前 「開」バレーボール・卓球(サブ)</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 「開」ソフトテニス</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 「開」バスケットボール</p>	<p>午前 「開」バレーボール・卓球(サブ)</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 第7回大和町バスケットボール</p> <p>午後 ルフェスタ【中学生の部】</p> <p>夜間 貸切</p>	

家の中の見やすいところに貼ってご利用ください

日	月	火	水	木	金	土
<p>13</p> <p>令和2年度宮城県地方音楽会 仙台フィルハーモニー管弦楽団 コンサート (14:00～ まほろばホール)</p> <p>☎佐藤病院(精神科) 富谷市三ノ関坂ノ下116-1 ☎358-6855</p>	<p>14</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) ミノLALALA健康プログラム (10:00～ 総合体育館)</p>	<p>15</p> <p>まほろばホール 図書室休館日</p> <p>バドミントンスクール ※制限あり (18:00～ 総合体育館)</p>	<p>16</p> <p>おはなし会(もみじっ子) (10:30～ まほろばホール)</p>	<p>17</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) ストレッチ&かんたんトレーニング (10:00～ 総合体育館) トレーニング室利用講習会 (13:00～ 総合体育館)</p>	<p>18</p> <p>体幹トレーニング (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>19</p> <p>休館日</p>
<p>午前 第58回町民家庭</p> <p>午後 バレーボール大会</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 「開」バドミントン</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 「開」バレーボール・卓球(サブ)</p>	<p>休館日</p>	<p>午前 「開」バレーボール・貸切(サブ)</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 「開」ソフトテニス</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 貸切</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 日本ハンドボールリーグ</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>
<p>20</p> <p>トレーニング室利用講習会 (13:00～ 総合体育館)</p> <p>☎瀬戸医院 大和町吉岡字上町72番地 ☎345-2630</p>	<p>21</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) かんたんエアロ (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>22</p> <p>バドミントンスクール ※制限あり (18:00～ 総合体育館)</p>	<p>23</p> <p>休館日</p>	<p>24</p> <p>卓球スクール ※制限あり (10:00～13:00～ 総合体育館) ストレッチ&かんたんトレーニング (10:00～ 総合体育館)</p>	<p>25</p> <p>体幹トレーニング (19:30～ 総合体育館)</p>	<p>26</p> <p>ファイティングエクササイズ (18:30～ 総合体育館) 筋トレナイト (19:30～ 総合体育館)</p>
<p>午前 卒業記念大会</p> <p>午後 (黒川小学生VB連盟)</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 「開」バドミントン</p> <p>午後 全日本ソフトテニスインドアリーグ</p> <p>夜間 「開」バレーボール1/2・卓球1/2</p>	<p>休館日</p>	<p>午前 貸切</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 貸切</p>	<p>午前 貸切</p> <p>午後 貸切</p> <p>夜間 「開」バスケットボール</p>	<p>午前 全日本ソフトテニス</p> <p>午後 インドアリーグ</p> <p>夜間 「開」バスケットボール</p>	<p>休館日</p>
<p>27</p> <p>☎大和クリニック 大和町まいの二丁目2番地の4 ☎345-3411</p>	<p>28</p> <p>まほろばホール 図書室休館日</p>	<p>29</p> <p>まほろばホール 図書室休館日</p> <p>☎きぼうの杜診療所 大和町吉田字新要害10番地 ☎344-4607</p>	<p>30</p> <p>まほろばホール 図書室休館日</p> <p>☎田山小児科医院 大和町吉岡字館下22番地の5 ☎345-0738</p>	<p>31</p> <p>まほろばホール 図書室休館日</p> <p>☎富ヶ丘内科・アレルギー科 富谷市富ヶ丘2丁目11-44 ☎343-5512</p>	<p>生涯学習施設の利用について</p> <p>本カレンダーでは生涯学習施設の開放状況を掲載していますが、新型コロナウイルス感染症の状況により休館となる場合があります。 ご利用の際は、町ホームページなどで開放の状況をご確認ください。</p> <p>ホームページ： URL：https://www.town.taiwa.miyagi.jp/soshiki/soumu/9367.html ☎ 生涯学習課 ☎345-7508</p> 	
<p>午前 全日本ソフトテニス</p> <p>午後 インドアリーグ</p> <p>夜間 「開」バドミントン</p>	<p>休館日</p>	<p>休館日</p>	<p>休館日</p>	<p>休館日</p>	<p>休館日</p>	

【総合体育館 開放情報の見方】

時間区分	①	②
午前	「開」バレーボール1/2・バドミントン1/2	○
午後	バドミントン1/2	○
夜間	「開」バドミントン	×

①第一競技場(メインアリーナ)予定(一部第二競技場(サブアリーナ))
 「一般開放」は、種目に関わらず利用できます(要問い合わせ)。「開」は、指定された種目の運動ができます。個人利用は、券売機で利用券を購入してご利用ください。小・中・高校生50円、一般100円。運動着、室内履きをご用意ください。ラケット・ボール・シャトルは各自お持ちください。
 ※個人・団体での練習または大会準備は「貸切」と掲載しています。
 ②トレーニング室予定
 ○印のある区分で利用できます。(事前にトレーニング室利用講習会の受講が必要となります。講習会の受講申し込みは総合体育館まで)
 ※陸上競技場・テニスコートは貸切利用がない場合に、券売機で利用券を購入してご利用ください。
 ※内容は変更となる場合があります。ご利用前に当日の開放状況を総合体育館へご確認ください。

金曜日の夜間に、総合体育館で**フットサル**をすることができます(予約制)。詳しくは総合体育館へお問い合わせください。

ミニ企画展「丑〜加藤陸奥雄コレクションより〜」

かつて東北大学の総長を務めた加藤陸奥雄氏(故人)の寄贈コレクションの中から、来年の干支である「丑」にちなんで、日本各地の「牛」に関する郷土玩具を展示します。

- ◆会期 令和3年1月8日(金)~18日(月)
- ◆時間 午前9時~午後5時
- ◆会場 まほろばホール 1階交流ホール



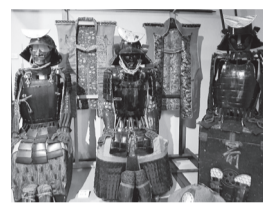
牛乗り天神 (仙台市・堤人形)

問 生涯学習課 ☎345-7508

宮床歴史の村企画展開催中

令和2年度宮床宝蔵企画展

「武士のならわし」



江戸時代の仙台甲冑

期間：
~12月20日(日)
所在地：
大和町宮床字下
小路64番地

問 宮床宝蔵 ☎346-2438

令和2年度原阿佐緒記念館企画展

「近代短歌と女性歌人」

期間：
~令和3年3月31日(水)
所在地：
大和町宮床字八坊原
19番地の2



35歳ごろの原阿佐緒

問 原阿佐緒記念館 ☎346-2925

開館時間：午前9時~午後4時
期間中の休館日：月曜日(祝日の場合翌日)、12月28日(月)~令和3年1月4日(月)
入館料：一般210円/大学生160円/中学・高校生110円/小学生以下無料 (20人以上の団体は割引あり)
※新型コロナウイルス感染症拡大防止の取り組みにご協力ください。

「大和町小中学生書初め大会」の中止について

毎年1月上旬に、まほろばホールで開催している「書初め大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から今年度は中止といたします。

問 まほろばホール ☎344-4401

シリーズ 家庭教育支援館

子育てを考える



理想的な
朝ごはん

家庭はすべての教育の出発点。このコーナーでは、「子育て」にスポットをあて、子どもをもつお父さん、お母さんをはじめ、周りの多くの方に、子育てのヒントをお届けします。今月は、「早寝早起き朝ごはん」全国協議会発行「朝ごはんポケットレシビⅡ」を参考にご紹介します。

朝ごはんは「食習慣の大黒柱」きちんと食べて出かけましょう!

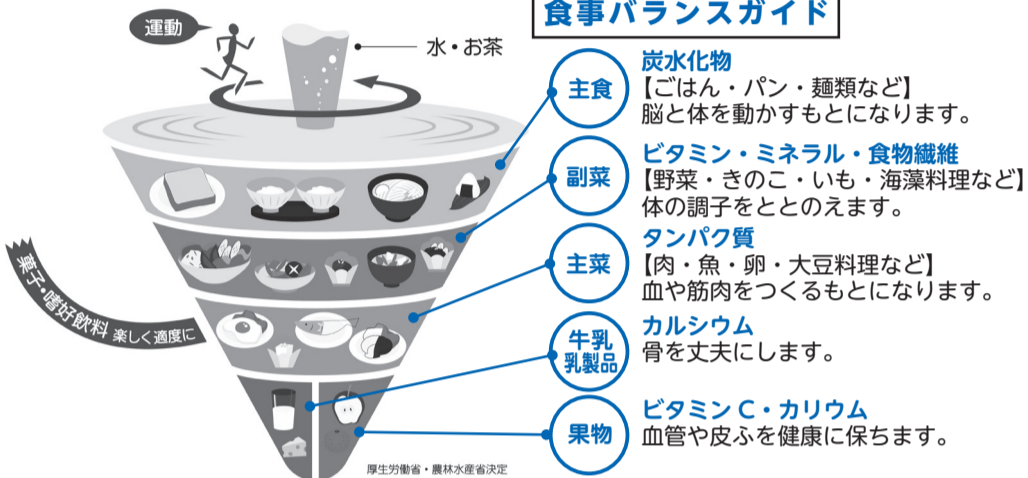
「毎日朝ごはんを食べている」と言っても、内容が菓子パン、ヨーグルトやプリンだけ、果物だけという偏った朝ごはんになっていませんか。

朝ごはんの内容にも目を向けて、バランスの良い食事を目指しましょう。

【CHECK!】理想的な朝ごはんとは?

- 温かい飲み物があること
- ごはんやパンなどの主食を食べること
- 卵や豆類、乳製品などタンパク質のおかずを食べること
- 野菜や果物で、ビタミン・ミネラルをプラスすること

食事バランスガイド



「食事バランスガイド」とは、一日に「何」を「どれだけ」食べれば良いかコマの形のイラストで示したものです。5つの料理グループ(主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物)からできていて、食事のバランスが悪いと倒れてしまうことを表現しています。

出典：「早寝早起き朝ごはん」全国協議会 HP
<http://www.hayanehayaoki.jp/index.html>

問 生涯学習課 ☎345-7508

生涯学習情報館

●総合体育館開催プログラム●

かんたんエアロ

かんたんなエアロビクスのステップを組み合わせることで身体を動かします。

日時：12月7日(月)・21日(月) 午後7時30分~8時30分

会場：総合体育館 サブアリーナ

参加料：1回550円(税込み)

※当日券売機にてお支払いください

対象：一般男女

定員：20人(定員になり次第締切)

持ち物：室内履き・運動しやすい服装・飲み物・タオル・ストレッチマット

申込締切：開催日前日

ミズノLALALA健康プログラム

体力・筋力アップを目指したミズノオリジナルプログラム。グッズを使って楽しく体を動かしましょう。

日時：12月14日(月) 午前10時~11時

会場：総合体育館 研修室または柔道場

参加料：1回550円(税込み)

※当日券売機にてお支払いください

対象：一般男女

定員：6人(定員になり次第締切)

持ち物：室内履き・運動しやすい服装・飲み物・タオル

申込締切：開催日前日

申・問 総合体育館 ☎346-2178 (火曜日休館)

ストレッチ&かんたんトレーニング

ストレッチとかんたんトレーニングで身体をスッキリさせましょう。

日時：12月10日(木)・17日(木)・24日(木) 午前10時~11時

会場：総合体育館 研修室または柔道場

参加料：1回550円(税込み)

※当日券売機にてお支払いください

対象：一般男女

定員：6人(定員になり次第締切)

持ち物：室内履き・運動しやすい服装・飲み物・タオル・ストレッチマット

申込締切：開催日前日

体幹トレーニング

体幹トレーニングで筋力アップを目指します。

日時：12月11日(金)・18日(金)・25日(金) 午後7時30分~8時30分

会場：総合体育館 研修室または柔道場

参加料：1回550円(税込み)

※当日券売機にてお支払いください

対象：一般男女

定員：6人(定員になり次第締切)

持ち物：室内履き・運動しやすい服装・飲み物・タオル・ストレッチマット

申込締切：開催日前日

申・問 総合体育館 ☎346-2178(火曜日休館)

「第58回大和町卓球大会」の中止について

令和3年1月17日(日)に開催を予定していた「大和町卓球大会」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止といたします。

問 総合体育館 ☎346-2178(火曜日休館)