

開催日	時間	イベント名	場所	有・無料	問い合わせ先	備考
8月 2日(金)	19:30～21:00	親子で星を見る会 (雨天時は屋内でスライド上映会)	みやぎ蔵王 白石スキー場	無料 (無料送迎有、要予約)	同スキー場 ☎24-8111	
8月 6日(火) ～8日(木)	9:00～17:00	七夕まつり	武家屋敷 「旧小関家」	大人200円 高校生以下100円 (15ページの無料券 持参の方は無料)	白石城管理事務所 ☎24-3030	15ページ 掲載
8月 8日(木) ・9日(金)	18:00～21:00	白石和紙あかり展示会 (9日は16:00～21:00)	壽丸屋敷	入場無料	蔵富人 阿部 ☎090-2727-5319	7月号 掲載
8月 9日(金)	19:00～	白石夏まつり 「白石音頭パレード」 (※雨天中止)	白石第一小～ 長町・中町通り～ 駅前通り～白石駅		白石夏まつり実 行委員会 (白石商工会議所内) ☎26-2191	32ページ 掲載
8月10日(土)	19:00～	白石夏まつり 「白石大花火大会」 (※雨天時8月11日に順延)	白石川緑地公園			
8月10日(土)	19:00～20:40	天守閣からの花火を見ませんか	白石城天守閣	申し込みは 締め切りました	白石城管理事務所 ☎24-3030	7月号 掲載
8月11日(日)	10:00～14:00	第10回夏の検断屋敷まつり	小原検断屋敷	無料	小原公民館 ☎29-2031	15ページ 掲載
8月12日(月)	19:00～	しろいし駅前大盆踊りナイト2013 ～着て来て見て楽しむ夏の夕べ～ (参加者受付は18:00～)	JR白石駅前 西口広場	参加無料	白石青年会議所 ☎24-4555	32ページ 掲載
8月25日(日)	10:00～15:00	碧水園茶会 (14:30受付終了)	碧水園	お茶券700円	碧水園 ☎25-7949	15ページ 掲載

[継続イベント]

～8月18日(日)	9:00～17:00	正子公也戦国武将展～片倉小 十郎と陸奥ゆかりの武将たち～	白石城天守閣	大人300円 小人150円	白石城管理事務所 ☎24-3030	
～平成26年1月 13日(祝)	9:00～17:00	NHK大河ドラマ 「八重の桜」展 in 奥羽越列藩同盟の地白石	白石城歴史探訪 ミュージアム	入場無料	白石城管理事務所 ☎24-3030	

8月の定例相談

Monthly Consultation

相談種別	日 時	会 場	電 話
人権擁護 行政	8月12日(月) 10:00～15:00	市役所4階 大会議室	生活環境課 ☎22-1314
無料法律 農 家	8月12日(月) 10:00～15:00	市役所3階 第3会議室	
農 家	8月 9日(金) 10:00～12:00	農林振興センター	農業委員会 ☎22-1256
こころの相談 もの忘れ相談	8月 7日(水) 13:00～15:00	健康センター(要予約)	健康推進課 ☎22-1362
障 害 者	8月14日(水)・28日(水) 13:00～15:00	市役所3階 第3会議室	福祉事務所 ☎22-1400
補聴器巡回 サービス	・リオン：8月8日(木)・20日(火) ・ブルーム(旧ワイデックス)：8月27日(火) 13:00～14:00	市役所1階 東側和室	

※9月のこころの相談・もの忘れ相談は19ページに掲載しています。

相談種別	日時・会場・問い合わせ先など
いじめ相談 (アイコン)	いじめ問題等対策室(市役所4階 教育委員会内) i-line@city.shiroishi.miyagi.jp【24時間メール受け付け】 ※電話相談(☎22-1350)も実施しています(毎週月～金 8:30～16:30)。
家庭児童相談	総合福祉センター 毎週月～金 8:30～16:00 ☎22-1400
高齢者総合相談 (事前連絡必要)	①地域包括支援センター(総合福祉センター内)：☎22-1466 ②在宅介護支援センター茶園：☎25-9955 ③在宅介護支援センター八宮：☎24-5222 毎週月～金 8:30～17:15
青少年相談	青少年相談センター(市役所4階) 毎週月・火・木・金 8:30～16:30 ☎22-1342(内線445)
消費生活相談	消費生活相談室(いきいきプラザ内) 毎週月・水・金 9:00～16:00 ☎22-0783
DV・セクハラ相談 (事前連絡必要)	男女共同参画相談支援センター(ふれあいプラザ内) 毎週月・水・金 9:00～17:00 ☎22-6035 ※電話相談も実施しています。
障がい者虐待通報	仙南地域障がい者基幹相談支援センター【24時間電話受け付け】 平日：☎0224-51-5361 夜間・休日：☎080-3326-1788 ※県南生活サポートセンターアサンテ内(大河原町)。平日は福祉事務所(☎22-1400)でも受け付けています。

平成25年度「あしたば白石・秋の定期講座」受講生募集!

暮らしに潤いを与える「趣味」を見つけてみませんか?

受付期間 8月19日(月)～30日(金)8:30～17:15

※休館日：8月4日・11日・13～16日・18日・25日

●申し込み・問い合わせ先 ☎25-5095・25-6593 電話または窓口でお申し込みください。



◆夜の部(3講座)

- ①初めての民謡体験(定員5人)
火曜日 19:00～21:00 (全3回)
民謡は難しいと思いませんか? まずは発声から! 楽しくみんなで郷土民謡を唄ってみよう。
●日時 9/3・9/10・9/17(全3回)
●講師 半沢 正司先生
●参加費 無料
●持ち物 水分補給、筆記用具

- ②女性限定! ピラティス(定員20人)
水曜日 19:30～20:30 (全6回)
内腹筋を鍛えて身体の代謝を改善します。下腹、おしり、二の腕に効果あり。
●日時 9/18・10/2・10/16・11/6・11/20・12/4
●講師 佐藤 順子先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 水分補給、タオル、動きやすい服装

- ③骨盤&股関節改善体操(定員20人)
火曜日 19:00～20:30 (全6回)
肩こり、冷え、むくみを解消! 簡単な筋トレと音楽に合わせたウォーキングエクササイズで不調がおきない身体を作りましょう。
●日時 9/10・9/24・10/8・10/22・11/12・11/26
●講師 八巻奈美子先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 水分補給、タオル2枚、運動靴、動きやすい服装

◆昼の部(6講座)

- ①古典文学「枕草子」(定員20人)
木曜日 10:00～12:00 (全6回)
教科書にはほとんど掲載されていない興味深い章段を抜粋して読み、千年前も現代も物の見方が共通していることを再認識しましょう。
●日時 9/5・9/19・10/3・10/17・11/7・11/21
●講師 後藤 昭信先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 資料代(300円)、筆記用具

- ②初めての「布小物」(定員10人)
金曜日 13:30～15:30 (全6回)
毎日使うお気に入りの作ってみよう! 和製のマチ付きバッグなど(全4作品)、すべて手縫いで作る初心者向けの講座です。
●日時 9/20・10/4・10/18・11/1・11/29・12/6
●講師 平間あけみ先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 材料代(3,700円・4作品キット分)、裁縫セット、鉛筆、定規

- ③はじめての「ヨーガ」(定員16人)
木曜日 10:00～11:30 (全6回)
医療の中で取り入れられているヨーガ療法。ヨーガでストレスに強い心身を保ちましょう。
●日時 9/12・9/26・10/10・10/24・11/14・11/28
●講師 佐藤美弥子先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 水分補給、動きやすい服装

- ④らくらくストレッチ(定員20人)
木曜日 13:30～14:45 (全6回)
リンパマッサージの後、内蔵に働きかける経路をストレッチ。タイ式ヨガでリンパの流れを整えます。
●日時 9/12・9/26・10/10・10/31・11/14・11/28
●講師 佐々木恵美子先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 水分補給、タオル、動きやすい服装

- ⑤女性限定! ピラティス(定員20人)
金曜日 10:00～11:00 (全6回)
内腹筋を鍛えて身体の代謝を改善します。下腹、おしり、二の腕に効果あり。
●日時 9/20・10/4・10/18・11/1・11/15・12/6
●講師 佐藤 順子先生
●参加費 1,000円(全回分)
●持ち物 水分補給、タオル、動きやすい服装

- ⑥料理「家ごはん」(定員20人)
金曜日 9:30～11:30 (全3回)
忙しい日もラクラク早業おかず。道具1つでスピード調理。9月は秋なすレンジで刺し身風。10月は鮭マリネ、あなか豆腐を作ります。
●日時 9/13・10/11・11/8
●講師 小室 照枝先生
●参加費 3,000円(材料代を含む)
●持ち物 布巾2枚、タッパー、エプロン、三角巾

※月～金曜日の午前の講座は、無料で託児を行います(1歳～小学3年生まで。事前申し込み必要)。

※受付初日は電話が繋がりにくい場合があります。また、申し込み人数が定員に満たない時は講座を開設しない場合があります。

秋の特別企画「押し花の小物」

押し花を素材に自分だけのオリジナルペンダントとしおりに作ってみませんか? 人気の紫外線(UV)コートを使って簡単に仕上がります。

- 日時 9月21日(土)13:30～15:30
●講師 鷺北 英代先生
●定員 12人
●参加費 1,200円
●持ち物 おしぼり、ピンセット



左：ペンダント、右：しおり

秋の短期講座・あしたば美術館

- あしたば白石・秋の短期講座
詳しくは広報しろいしでお知らせしていきます。お見逃しなく!
・ヘルシークッキング(10月～12月)
・一閑張り(10月) ・編み物(11月)

- あしたば美術館
書道サークル「青月会」の作品を展示します。ぜひお越しください。
●期間 8月1日(木)～30日(金)