

スポーツ情報

※教室の参加について健康上の不安がある方は、事前に各施設にご相談ください

申込方法＝ a:電話で b:直接窓口へ c:費用を添えて直接窓口へ d:往復はがきに
申込時の必要事項を記入して施設へ郵送 e:はがき持参で直接施設へ f:ホームページで

※対象年齢＝4歳児:平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ 5歳児:平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれ

◆スポーツ教室

施設名等	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	申込方法		
青葉区 TAC葛岡ウオーターパーク(葛岡温水プール) ☎277-8598	日本水泳連盟公認 泳力検定会 (6歳以上)	1/31	9:00～12:00	50人(先着)	1,050円	12/14 9:00～	c	
	仙台環境開発スポーツパーク 宮城広瀬 ☎392-2595	チャレンジスイム バタフライ (一般)	1/11	11:00～11:50	10人(先着)	—	12/21 9:00～	a・b
	定期水泳教室・バタフライ (一般)	1/18～3/15の月曜日	11:00～12:00	10人(先着)	990円～3,960円/月(月回数により変動)	12/7 9:00～	b	
宮城野区 弘進ゴム アスリートパーク 仙台(仙台市陸上競技場) ☎256-2488	リラクゼーションヨガ教室 (一般)	1/8～2/12 (6回)	19:30～20:30	15人(先着)	3,600円	12/18 19:00～	a・b	
	出花体育館 ☎786-3446	アロマヨガ ナイト (一般)	1/8～3/5 (8回)	19:30～20:30	15人(先着)	6,000円	12/6 9:00～	a・b
	元気フィールド仙台 ☎231-1221 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/genki/	脂肪燃焼プログラム (一般)	12/8・15・22 (3回)	19:30～20:20	20人(先着)	3,150円	12/6 9:00～	a・b
太白区 カメイアリーナ仙台(仙台市体育館) ☎244-1111 〒982-0032 太白区富沢1-4-1 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/scg/	キッズスイミング・金曜日 (ア)4・5歳児 (イ)小学1・2年生	1/8～3/12 (各10回)	(ア)16:00～17:00 (イ)17:00～18:00	各20人(抽選)	各12,000円	12/16 (必着)	d・f	
	キッズスイミング・木曜日(小学3～6年生)	1/14～3/18 (9回)	17:15～18:15	10人(抽選)	10,800円			
	キッズスイミング・月曜日(ア)4・5歳児 (イ)小学1・2年生	1/18～3/15 (各8回)	(ア)16:00～17:00 (イ)17:00～18:00	各20人(抽選)	各9,600円			
	中田温水プール ☎306-5971	泳力検定会 (25メートル泳げる方)	1/30	9:00～10:00	30人(先着)	1,200円	12/19 11:00～	b
泉区 泉海洋センター ☎373-9561	ファミリースポーツデー (どなたでも)	12/20	9:30～12:00、13:00～15:30	各20組(先着)	高校生以上各300円、小・中学生各100円、未就学児無料	12/8 10:00～	a	
	卓球教室 (一般)	1/15～3/5 (8回)	9:45～11:45	25人(先着)	7,200円	12/12 10:00～		
	親子DEピクス(しっかりと歩ける1歳～3歳の幼児と保護者)	1/13～2/10 (5回)	10:00～10:45	各10組(先着)	各1組 3,000円	12/9 9:00～	a・b	
	ベビーDEピクス(首がすわった頃～ハイハイ時期の乳幼児と保護者)	1/13～2/10 (5回)	11:00～11:45			12/9 10:00～		
	根白石温水プール ☎376-5124	らくらく水中ウォーキング (一般)	1/5・12・19 (3回)	11:10～12:00	15人(先着)	2,890円	12/8 10:00～	a・b
泉総合運動場 ☎372-1019 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/igm/	ZUMBA (一般)	12/25～3/12 (9回)	14:30～15:20	23人(先着)	6,750円	12/11 10:00～	b・f	

●各施設の催しについては、仙台市スポーツ振興事業団ホームページ (https://www.spf-sendai.jp/) もご覧ください
 ●スポーツ施設の利用などスポーツ全般の相談は、電話または直接スポーツナビゲーションセンターせんだい(弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場)内) 宮城野区宮城野2-11-6 ☎215-3233まで ※開設時間は9:00～19:00(12月28日(月)、1月4日(月)は17:00まで)。12月29日(火)～1月3日(日)は休み

90 ●日時＝1月31日(日)、2月6日(土)・7日(日)・13日(土)(全4回) 午前9時～午後6時 ●会場＝宮城野体育館 ●対象＝市内にお住まいの18歳以上の方15人(抽選) ●費用＝3,500円(テキスト代。このほか、資格取得のためには別途費用がかかります) ●申す役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内で配布する申込書(ホームページhttps://www.sendai-ds.jp/からもダウンロード可)で12月16日(必着)までに 問仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・866

初級障害者スポーツ指導員養成講習会 ●日時＝12月9日・23日、1月13日・27日各水曜日午前9時～正午 ●会場＝障害者総合支援センター ●対象＝市内にお住まいの身体に障害がある方などで、福祉用具の導入や住宅改修を検討している方各5人(先着) ●持ち物＝問取りや段差が分かる写真や設計図 申12月7日午前9時から電話またはフックス(申込時の必要事項と参加希望日を記入)で障害者総合支援センター ☎771・6511、FAX 371・7313

男女共同参画推進センターの催し

- 離婚に悩む女性のためのミニセミナー
●日時＝12月25日(金)10:30～11:30 ●会場＝エル・ソーラ仙台 ●内容＝離婚手続きの流れ、財産分与や親権などについて女性相談員が説明します ●対象＝離婚に悩む当事者の女性15人[先着]
- シングルマザーズカフェ
●日時＝1月9日(土)10:00～11:30 ●会場＝エル・ソーラ仙台 ●内容＝母子家庭の母として暮らす今の気持ちを、同じ立場の人と話し合います ●対象＝小学生以下の子どもがいる母子家庭の母親10人[先着]
- 一歩踏み出したい女性のしごと準備講座「わたしのからだを大切に」
●日時＝1月20日(木)13:30～15:30 ●会場＝エル・パーク仙台 ●内容＝働きづらさや生きづらさに悩む女性が、自分の身体に関する基礎知識を得て、心身の不調への対処法を学びます ●対象＝15歳以上の女性30人[先着] ●講師＝NPO法人ハーティ仙台代表理事・八幡悦子氏
- ジェンダー論公開講座「現代産業社会とジェンダー」
●日時＝1月23日(土)13:30～15:30 ●会場＝エル・パーク仙台 ●内容＝性別役割分業を形づくってきた近現代社会の仕組みを学びます ●定員＝50人[先着] ●費用＝1,000円(学生は500円) ●講師＝東北学院大学名誉教授・遠藤恵子氏

※いずれも●託児有り(6カ月～小学1年生。子ども1人300円。要申し込み) 申12月7日9:00から①②電話で③④電話またはファクス(申込時の必要事項と託児希望の方は子どもの年齢を月齢まで記入)で(託児は①12月17日②12月24日③1月12日④1月14日までに)。③④はホームページhttps://www.sendai-l.jp/からも申し込みます

申・問エル・ソーラ仙台①②☎268・8302③☎268・8044、FAX268・8045④エル・パーク仙台☎268・8300、FAX268・8304

老人福祉センターの催し

市内にお住まいの60歳以上の方が対象です。催しの内容など詳しくは各センターへお問い合わせください

■台原老人福祉センター☎233-3901、FAX233-4248

催し名等	日時	定員	受付
相続・遺言等行政書士相談会(1人30分)	12/16(水) 13:00～16:00	12人(先着)	12/6 10:00～

申電話または直接施設へ

■沖野老人福祉センター☎282-0531、FAX282-0532

催し名	日時	定員	受付
調査からわかる政宗の城一仙台城	12/10(木) 13:30～15:00	20人(先着)	直接会場へ

●内容＝仙台城の歴史に関する講座

■大野田老人福祉センター☎・FAX247-1005

催し名	日時	定員	受付
介護予防教室「ウォーキングクリニック」～あなたの歩き方、点数にしてみませんか	12/22(火) 13:00～14:00	20人(先着)	12/6 9:30～

●内容＝鍼灸・柔道整復師による介護予防講座 申電話または直接施設へ

■泉中央老人福祉センター(〒981-3131泉区七北田字菅間38☎・FAX373-1285)

催し名	日時	定員	受付
お正月用フラワーアレンジメント	12/17(木)・22(火) 10:00～12:00	各20人(抽選)	12/10 (必着)

●内容＝お正月用の飾り花を作ります ●費用＝各1,500円 ●持ち物＝花ハサミ・持ち帰り用の袋 申往復はがきに住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢、参加希望日を記入して施設へ郵送または持参