

母子家庭相談支援センターの催し

① シングルマザーのためのマネー・スクール ファイナンシャル・プランナー専門相談

●日時 11月10日(木)午前9時～午後0時35分(1人1時間程度) ●定員 4人(先着)

② よくわかる!調停手続き説明会 仙台家庭裁判所の書記官に聞く

●日時 11月17日(木)午前9時～11時半 ●定員 16人(先着)

※いずれも ●会場 16人(先着)ラ仙台 ●対象 母子家庭の母親の方および現在離婚を考えている子育て中の女性(①は市内にお住まいの方) ●託児有り(①0カ月～小学1年生②6カ月～小学1年生。①11月2日②11月9日までに要申し込み) 申10月6日午前9時から電話で母子家庭相談支援センター ☎212・4322

仙台市ボランティアフォーラム

●日時 11月26日(土)午後1時～3時半 ●会場 福祉プラザ

●内容 学生によるボランティア活動についてのステージ発表や、地域貢献活動の紹介など

●定員 150人(先着) 申10月8日午前9時からファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**

女子会ティータイム

●日時 11月4日(金)午前10時～正午 ●会場 福祉プラザ

●内容 視覚障害のある女性のための情報交換会 ●対象 市内にお住まいの視覚障害のある女性15人(抽選) 申電話で10月31日までに仙台市視覚障害者福祉協会 ☎213・5811

視覚障害者フロンティア教室

●日時 11月13日(日)午前9時～11時 ●会場 台原森林公園

●対象 市内にお住まいで視覚障害のある方10人(抽選) 申電話で11月10日までに仙台市視覚障害者福祉協会 ☎213・5811

アルコール・薬物 家族ミーティング

●日時 10月13日(木)・27日(木)午後2時～3時半 ●対象 家族のアルコールや薬物の問題でお悩みの方 ●初めて参加する方のみ申し込みが必要 ●会場など詳しくはお問い合わせください 申区役所障害高齢課、総合支所保健福祉課(☎は9ページ) 問精神保健福祉総合センター ☎265・2191

を記入して仙台市ボランティアセンター ☎262・7294、FAX 216・0140、Eメール sendai-vc@poppy.ocn.ne.jp

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

◆マイタウンスポーツデー

10月10日(祝)は、市内スポーツ施設が無料で利用できます。詳しくは、各施設へお問い合わせいただくか、下記仙台市スポーツ振興事業団ホームページをご覧ください。

◆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	本山製作所仙台市武道館 ☎717・1191	キッズスポーツデー(未就学児と保護者)	10/21	10:00～11:45	30組(先着)	保護者300円、未就学児無料	直接会場へ	
	川内庭球場 ☎216・3861 〒980-0861 青葉区川内元支倉35-2 ホームページ https://www.spf-sen-dai.jp/kawauchi/	初級・中級テニス教室 レベルアップ(一般)	11/7～12/12(5回)	10:00～12:00	40人(抽選)	5,000円	10/20(必着)	b・d・f
若林区	海岸公園パークゴルフ場 ☎288・0390 〒984-0033 若林区荒浜字川向10	初心者パークゴルフ教室(初心者で18歳以上の方)	10/25	9:30～12:00	20人(抽選)	510円	10/11(必着)	はがきに 申込時の必要事項 と利き手を記入で
泉区	泉総合運動場 ☎372・1019 ホームページ https://www.spf-sen-dai.jp/igm/	おやこdeあそびとねす(2・3歳児と保護者)	11/6	10:00～11:30	20組(先着)	1組1,000円	10/16 9:00～	b・f
	北中山コミュニティグラウンド ☎348・2515 ホームページ https://www.spf-sen-dai.jp/kitanakayama/	大人の遠足 ノルディック・初級(一般)	10/28	9:30～12:30	20人(先着)	1,500円	10/15 10:00～	b・f
	七北田公園体育館 ☎375・9914	中高年向けストレッチ教室(45歳以上)	10/19	14:30～16:00	12人(先着)	500円	10/7 10:00～	a・b
	根白石温水プール ☎376・5124	リズム体操(一般)	11/2～30(4回)	10:30～11:20	10人(先着)	3,850円	10/6 10:00～	a・b

●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

たまきさんサロン講座

日時	催し名等	対象
④11/12(土) 18:00～19:45	秋の星を探してみよう! (秋の星座など)を学んだ後、伊達武将隊と一緒に普段の生活での電気の使い方を考えます ★荒天時は屋内での解説のみ	小学生以上の子どもと保護者 8組16人(抽選)
③10/29(土) 13:30～15:15	自然に寄り添うライフスタイルで暮らしを笑顔に おふろの愉しみややさしい暮らし方(重曹やクエン酸で入浴剤を作り)	16人(親子での参加も可)(抽選)
②10/26(水) 10:30～12:00	仙台のとれたてを食べよう! 1体と心にやさしい地産地消と旬の野菜のお話	20人(抽選)
①10/22(土) 13:30～16:00	石は語る!歴史的建造物をつくった石材を探る	15人(抽選)

●日時 11月10日(木)午前10時半～正午 ●会場 市役所錦町庁舎2階 ●内容 安心して子育てを行うための、子どもとの関わり方を学びます ●対象 市内にお住まいの乳幼児を子育て中の保護者20人(先着) ●託児有り(1歳6カ月～未就学児10人(先着)。要申し込み) 申10月6日午前9時からファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**と託児希望の有無を記入して子供相談支援センター ☎214・8602、FAX 262・4761、Eメール tk005390@city.sendai.jp

アニパル仙台のお知らせ

猫の譲渡会

日時	内容等
10/22(土) 10:00～12:00	①金曜日の猫譲渡会 ●持ち物 本人確認書類・キャリーケース・記入済み(市ホームページからダウンロード可)・賃貸住宅や集合住宅にお住まいの方はペットの飼育が可能な書類 ●猫の譲渡は先着順。審査により譲渡できない場合有り ●直接会場へ
10/7～11/4の毎週金曜日 10:00～12:00	②アニパル猫日和譲渡会 ●持ち物や譲渡方法は①と同じ ●直接会場へ

地域猫活動に関する市民説明会 ●日時 10月25日(火)午前10時～正午 ●会場 七郷市民センター ●内容 飼い主のいない猫に関するさまざまな問題の解決に向けた活動についての説明

●定員 35人(先着) 申10月6日午前9時から電話で
※いずれも申・問アニパル仙台 ☎258・1626

もっと知ろうよ乳がんのこと

●日時 10月15日(土)午後2時～4時 ●会場 急患センター

●内容 乳がんの基礎知識やマンモグラフィーに関する講演

●定員 150人(先着) ●直接会場へ 問健康政策課 ☎214・8198

女子のためのほっとスペース

●日時 10月17日(月)午前10時半～午後2時半 ●会場 エル・パーク仙台 ●内容 日頃の不安などを気軽に話せる場です。さまざまな分野の女性相談員に相談できるほか、小物作り体験や生理用品等の無料配布コーナー(数量限定)などもあります

●対象 女性(子ども連れも可) ●直接会場へ 問エル・ソラ仙台 ☎268・8302

ストップ!DV・性暴力市民講座

●日時 11月26日(土)午後2時～4時 ●会場 エル・パーク仙台 ●内容 「コロナ禍とDV顕在化するモラル・ハラスメント」と題した講話 ●定員 80人(先着) ●託児有り(6カ月～小学1年生。子ども1人300円。11月17日までに要申し込み)

仙台市健康福祉事業団の催し

① **介護講座**

日時	講座名	定員
11/1(火) 10:30～11:30	知って役立つ福祉用具講座「電動ベッドと移乗・移動のための福祉用具を知って役立てよう!」	15人(先着)
11/4(金) 18:00～20:00	介護ナイター講座「移動介助の基本一つえ歩行、車いすの介助」	25人(先着)
11/19(土) 13:30～15:30	土曜介護講座「介護・福祉サービス利用のコツ」	30人(先着)

申10月6日9:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と希望講座名を記入)で

② **いきいき脳活健康教室**

●日時 11月10日～12月1日の毎週木曜日(全4回) 13:30～15:00 ●内容 認知機能低下予防のための講話と運動実技 ●対象 市内にお住まいかお勤めの運動可能な65歳以上の方15人(抽選) ●費用 2,040円 申電話またははがき、ファクス(申込時の必要事項と年齢を記入)で10月14日までに。直接施設も可

※いずれも ●会場 シルバーセンター 申・問仙台市健康福祉事業団(〒980-0013青葉区花京院1-3-2) ① ☎215・3711、FAX 215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com ② ☎215・3194、FAX 215・3225

ひとり親家庭等就業支援講習会ーパソコン講習エッセル2019日曜コース

●日時 11月20日(土)令和5年2月26日の毎週日曜日(全14回。1月1日を除く)午前9時～午後5時 ●会場 宮城県母子・父子福祉センター(宮城野区安養寺3-7-3) ●対象 市内にお住まいのひとり親家庭の母や父または寡婦の方7人程度

●日時 10月15日(土)午前10時～11時45分 ●会場 マイスクール長命ヶ丘(長命ヶ丘小学校内) ●上映映画 「こぎつねのおくりもの」「吉四六どん」

●対象 幼児～小学生と保護者 ●直接会場へ 問生涯学習課 ☎214・8844

わくわく映画館

●日時 10月15日(土)午前10時～11時45分 ●会場 マイスクール長命ヶ丘(長命ヶ丘小学校内) ●上映映画 「こぎつねのおくりもの」「吉四六どん」

●対象 幼児～小学生と保護者 ●直接会場へ 問生涯学習課 ☎214・8844