

申込時の必要事項 ①応募内容 ②〒住所 ③氏名（フリガナ）④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

杜の都を潤した水の道・四ツ谷用水をたどろう―八幡編

●日時 9月30日(水)午前10時～午後3時 ●定員 15人程度

〔抽選〕 ●集合 大崎八幡宮太鼓橋 ●解散 木町通市民センター ●費用 500円 ●昼食持参

申はがき、ファクスまたはEメールに参加者全員の**申込時の必要事項**を記入して9月14日（必着）までに（特活）水・環境ネット東北（〒980―13青葉区米ヶ袋3―11、FAX 7230813・91、Eメール nizunet@nizunet.org） 問 環境共生課 ☎ 214・0007

まち歩き「広瀬川小さな旅」

●日時 9月20日(日)午前10時～正午 ●内容 広瀬川ホームペーJhttp://www.hirosegawa-net.com/で取り上げた場所をライターの西大立目祥子さんと巡ります ●定員 15人（抽選） ●集合 仙台国際センター ●解散 穴蔵神社（青葉区霊屋下21―16）

申電話またはファクス、Eメール（代表者の**申込時の必要事項**と参加人数を記入）で9月10日までに。広瀬川ホームページからも申し込みます

問 河川課 ☎ 214・8327、FAX 268・4312、Eメール geo011250@city.sendai.jp

消費生活講座「教えて！認知症―認知症の基礎知識と成年後見制度」

●日時 9月29日(火)午後1時半～3時半 ●会場 エル・パーク仙台 ●定員 100人（抽選） ●託児あり（1歳以上の未就学児。要申し込み）

申はがき、ファクスまたはEメール（件名に「消費生活講座申し込み」と記入）に**申込時の必要事項**と託児希望の有無を記入して9月17日（必着）までに〒980―8555（住所記入不要）消費生活センター ☎ 268・7040、FAX 268・8309、Eメール sim004140@city.sendai.jp

講演会「子育てに生かす家族のコミュニケーション」

●日時 10月7日・14日・21日 各水曜日（全3回）午後6時半～8時（10月7日は午後6時20分） ●会場 市役所錦町庁舎2階会議室 ●内容 子育てや家庭での親子のコミュニケーションについて学ぶ講演会 ●対象 市内にお住まいかお勤めの方40人程度（先着）

申9月7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**を記入して子供相談支援センター ☎ 214・8602、FAX 262・4761、Eメール fuk005390@city.sendai.jp

スポーツ情報

◆スポーツ教室

※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

- ①青葉体育館☎717・1191 ②泉海洋センター☎373・9561
③北中山コミュニティグラウンド☎348・2515 ④中田温水プール☎306・5971

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
①	ステップアップエアロ（一般）	11/5～12/24（8回）	10:30～11:30	20人（先着）	5,000円	9/18 9:00～
②	バレーボール・ゴム（一般）	10/19～12/14（8回）	10:00～12:00	30人（先着）	4,000円	9/11 10:00～
③	ノルディックウォーキング（一般）	10/15	9:30～11:30	20人（先着）	700円	9/8 10:00～
④	お試しフィットネス教室（18歳以上）	10/12～10/30（4回）	20:00～22:00	10人（先着）	3,240円	9/11 13:00～

申電話または費用を添えて直接施設へ

- ⑤若林体育館☎236・0011（〒984-0002若林区卸町東2-8-10） ⑥元気フィールド仙台☎231・1221（〒983-0039宮城野区新田東4-1-1） ⑦秋保体育館☎399・2757（〒982-0243太白区秋保町長袋字上原21-3）

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑤	トランポリン体操教室（ア4歳児（イ）5歳児）	10/6～11/17（6回）	（ア）15:00～15:50 （イ）16:00～16:50	各20人（抽選）	各2,500円	9/24（必着）
⑥	バランスコーディネーション（一般）	10/14～12/9（8回）	11:00～11:50	40人（抽選）	5,000円	9/15（必着）
⑦	テニス初級・初中級（一般）	（ア）10/28～1/6（8回） （イ）10/29～1/7（8回）	10:00～12:00	各10人（抽選）	各10,000円	（ア）10/14 （イ）10/15（必着）

- 申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して施設へ郵送。⑥⑦は直接施設も可（⑥ははがき持参で）。⑤⑥はホームページ（⑤http://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/⑥http://www.spf-sendai.jp/genki/）からも申し込みます
- ⑧出花体育館☎786・3446

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑧	ヨガ（一般）	10/29～12/17（8回）	12:30～14:00、14:30～16:00	各15人（抽選）	各4,000円	10/10（必着）

申直接施設へ。ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/ideka/からも申し込みます

- ⑨泉総合運動場☎372・1019

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑨	シェイプアップエアロ（一般）	10/19～12/21（8回）	11:00～11:50	35人（先着）	6,000円	9/12 10:00～

申電話または直接施設へ

- ⑩鶴ヶ谷温水プール☎252・1186 ⑪水の森温水プール☎277・2713 ⑫仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・2595

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑩	小学生水泳（小学生）	（ア）10/3～31（4回） （ウ）10/5～26（4回） （ロ）10/1～29（4回） （オ）10/2～30（4回）	（ア）10:00～11:00 （イ）14:00～15:00 （ウ）（ロ）（オ）16:30～17:30	各30人（先着）	各3,620円	9/6 9:00～
⑪	小学生水泳（小学生）	（ア）10/1～29（5回） （イ）（ウ）10/3～31（5回）	（ア）16:30～17:30 （イ）9:00～10:00 （ウ）16:00～17:00	各30人（先着）	各4,530円	9/6 9:00～
⑫	親子水泳45（2～4歳の幼児と保護者）	10/3～11/28（9回）	14:15～15:00	10組（先着）	6,100円	9/7 9:00～

申費用を添えて直接施設へ

- ⑬根白石温水プール☎376・5124、FAX376・5109

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑬	かんたんストレッチ講座（一般）	9/24	14:30～15:20	20人（先着）	520円	9/8 10:00～

申電話またはファクス（**申込時の必要事項**を記入）で

◆芝生で遊ば！

- 日時＝10月6日(火)・7日(水)10:00～12:00 ●対象＝3歳以上の未就学児各日200人〔先着〕
- 申9月6日9:00からファクス（**申込時の必要事項**を記入）または直接仙台市陸上競技場☎256・2488、FAX299・3895

◆川内カップ秋季ダブルステニス大会

- 日時＝10月18日(日)8:00～17:00（雨天時は11月1日(日)に延期） ●会場＝川内庭球場 ●対象＝小学生以上のペア40組〔先着〕 ●組み合わせ／費用（1組当たり）＝一般／4,000円、小・中学生と一般／3,000円、小・中学生同士／2,000円
- 申9月7日10:00から電話または費用を添えて直接川内庭球場☎216・3861

◆升沢自然遊歩道トレッキング（スパ泉ヶ岳の入浴付）

- 日時＝10月14日(水)8:00～15:30 ●定員＝30人〔先着〕 ●費用＝2,500円（昼食付き） ●集合・解散＝シェルコムせんだいまたは地下鉄泉中央駅
- 申9月6日10:00から電話または費用を添えて直接シェルコムせんだいい☎218・5656

◆七北田公園体育館の催し

教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
①プレイルーム「みんなであそぼう！」（未就学児と保護者）	9/10・16	9:30～11:30	—	各200円（保護者）	直接施設へ
②ベビーマッサージ教室（乳児と保護者）	10/15	10:00～11:00	14組（抽選）	500円	9/30（必着）

申②往復はがきに**申込時の必要事項**と乳児の生年月日を記入して 申・問七北田公園体育館（〒981-3131泉区七北田字赤生津4☎375・9914）

申込時の必要事項 ①応募内容 ②〒住所 ③氏名（フリガナ）④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

まち歩き「広瀬川小さな旅」

●日時 9月20日(日)午前10時～正午 ●内容 広瀬川ホームページhttp://www.hirosegawa-net.com/で取り上げた場所をライターの西大立目祥子さんと巡ります ●定員 15人（抽選） ●集合 仙台国際センター ●解散 穴蔵神社（青葉区霊屋下21―16）

申電話またはファクス、Eメール（代表者の**申込時の必要事項**と参加人数を記入）で9月10日までに。広瀬川ホームページからも申し込みます

問 河川課 ☎ 214・8327、FAX 268・4312、Eメール geo011250@city.sendai.jp

マイタウンスポーツデー

10月12日(祝)の体育の日に、スポーツ教室等を開催します。

施設	教室名	時間	対象等
①	（ア）ベガルタ仙台サッカークリニック	9:00～10:30	4・5歳児100人〔先着〕
	（イ）ベガルタ仙台チアダンス体験会	11:00～12:30	小学1・2年生100人〔先着〕
	（ヒップホップ）HIPHOPダンス	10:00～11:30	4歳～小学6年生の女子100人〔先着〕
	（ウ）骨盤調整	13:00～14:30	小学3年生～中学2年生40人〔先着〕
	（ロ）ロディヨガ	10:00～11:15	中学生以上の女性40人〔先着〕
②	（ロ）姿勢改善ヨガ	10:00～11:30	3歳～12歳30人〔先着〕
	（ロ）ベガルタ仙台レディースサッカークリニック	13:00～14:30	中学生以上40人〔先着〕
③	（ロ）グラウンドゴルフ大会	10:00～11:30	中学生以上の女性50人〔先着〕
	（ロ）仙台ベルフィーユバレーボール教室	12:30～16:30	小学生以上96人〔先着〕
④	（キ）89ERSチアダンス体験会	10:00～12:00	小・中学生60人〔先着〕
	（ク）アロマヨガ	4歳児～小学生（保護者も可）50人（抽選）	10:30～12:00
	（ク）コアを鍛えるヨガ	13:00～14:00	中学生以上50人（抽選）
	（ク）リラックスヨガ	14:15～15:15	中学生以上50人（抽選）
	（ク）ストレッチポール体験会	15:30～16:30	中学生以上50人（抽選）
⑤	（ロ）バランスボール体験会	10:00～11:00	一般15人（抽選）
	（ロ）楽天イーグルス親子野球教室	11:00～12:00	未就学児と保護者15組（抽選）
⑥	（ロ）楽天イーグルスチアダンス教室	14:00～16:00	初心者的小学生と保護者100組（抽選）
	（ロ）親子ですば一つ塾	14:00～15:30	初心者的小学生40人（抽選）
⑦	（ロ）親子ですば一つ塾	9:30～10:30	3～5歳児と保護者10組（先着）
	（ロ）親子ですば一つ塾	11:00～12:00	小学1～3年生と保護者10組（先着）
⑧	（ロ）親子ですば一つ塾	9:30～11:00	未就学児～小学生で自力で50mを走れる方50人（先着）
	（ロ）親子ですば一つ塾	13:30～14:15	※参加者全員に写真付き記録証をプレゼントします

●申し込み・問い合わせは各施設へ

- ①泉総合運動場☎372・1019 申（ア）9月10日（イ）9月9日（ウ）9月11日9:00から電話または直接施設へ
- ②シェルコムせんだいい☎218・5656 申（エ）9月9日（オ）9月10日9:00から電話または直接施設へ
- ③仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・5340 申9月6日9:00から電話または直接施設へ

- ④仙台市体育館☎244・1111（〒982-0032太白区富沢1-4-1）
- 申往復はがきに**申込時の必要事項**と未成年者は保護者の氏名も記入して9月28日（必着）までに。ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/scg/からも申し込みます
- ⑤元気フィールド仙台☎231・1221（〒983-0039宮城野区新田東4-1-1）
- 申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して9月15日（必着）までに
- ⑥若林体育館☎236・0011 申9月16日14:00から電話で
- ⑦仙台市陸上競技場☎256・2488 申（セ）9月8日（ソ）9月10日9:00から直接施設へ。ホームページhttp://www.mspf.jp/miyaginohara/からも申し込みます

◆マイタウンスポーツデー 施設無料開放

10月12日(祝)に市内スポーツ施設が無料になります。以下の施設は事前に申し込みが必要です。

施設	時間	対象等
① 高砂球場	9:00～17:00	一般5組程度（先着）（1組2時間まで）
② シェルコムせんだいい（ア）テニス 6面分（イ）フットサル 2面分	18:00～22:00	（ア）一般12組程度（先着）（1組2時間まで） （イ）一般2組程度（先着）

●申し込み・問い合わせは各施設へ

- ①出花体育館（高砂球場）☎786・3446 申9月12日10:00から電話または出花体育館へ
- ②シェルコムせんだいい☎218・5656 申9月19日9:00から電話または直接施設へ

第5回仙台リレーマラソン

- 1周1.4kmのコースで、たすきをリレーして走るチーム戦です。
- 日時＝11月8日(日)9:00～ ●会場＝仙台市陸上競技場ほか

距離／部門	対象	定員	費用	受付
42.195km／男子・女子・男女混合（女性2人以上含む）・職場対抗・マスターズ（全員50歳以上）	独力で1.4km走れる高校生以上で構成された6～15人	350チーム（抽選）	1人当たり1,500円（10人以上1チーム当たり15,000円）	9/11（必着）
10km／小学生（小学4年生以上）・中学生・ファミリー	独力で1.4km走れる方で構成された4～7人（小学生は7人）		1チーム当たり5,000円	

●競技内容や申し込み方法など詳しくは市スポーツ施設などで配布する募集要項や、ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/をご覧ください

問仙台市スポーツ振興事業団☎215・3203

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（http://www.spf-sendai.jp/）もご覧ください。