七北田公園都市緑化ホールの催し

秋の山野草展示会

●日時＝10月6日㈫・7日㈬午前10時～午後3時

秋の山野草展

●期日＝10月9日㈮・10日㈯

市民園芸講座

日時	内容等	定員
10/18㈰ 10:00～11:30	秋のこけ玉盆栽づくり（費用＝500円）	20人〔先着〕
10/17㈯ 10:00～11:30	春に咲く～秋植え球根の育て方	30人〔先着〕
10/11㈰ 10:00～11:30	木の実で仲間づくり「ねずみのキャラクター」（費用＝100円）	10人〔先着〕

申10月6日午前9時から電話で

※いずれも申・問七北田公園都市緑化ホール☎375・9911

わくわく映画館

日時	10/24㈯	10/10㈯
	10:00～11:30	
会場	長命ケ丘小学校	沖野東小学校
上映映画	「ぎろろやまと10ぴきのかえる」「ともだちくるかな」ほか	
対象等	幼児～小学生と保護者（直接会場へ）	

申10月7日午前9時から電話で

問生涯学習課☎214・8887

高等学校開放講座「高校数学再発見―日常生活から振り返る『高校数学』」

●日時＝11月21日㈯・28日㈯（全2回）午前9時～午後3時

●会場＝仙台高等学校　●対象＝市内にお住まいの18歳以上の方20人〔抽選〕　●費用＝500円

●昼食持参　申往復はがきに申込時の必要事項を記入して10月30日（必着）までに仙台高等学校（〒981―0943青葉区国見6―52―1）　問仙台高等学校☎271・4471、生涯学習支援センター☎295・0403

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・プランナー特別相談」

●日時＝11月8日㈰午前9時半～午後3時35分（1人60分程度。事前相談を含む）　●会場＝エル・ソーラ仙台　●対象＝母子家庭の母、寡婦の方および離婚を考えている子育て中の女性7人〔先着〕　●託児あり（0カ月～未就学児。10月31日までに要申し込み）　申10月7日午前9時から電話で母子家庭相談支援センター☎212・4322

全国地域安全運動仙台市大会

●日時＝10月13日㈫午後1時半～3時　●会場＝太白区文化センター楽楽（らら）楽楽（らら）ホール　●内容＝表彰、振り込め詐欺被害防止のための演劇　●直接会場へ　問市民生活課☎214・6148

まち歩き「広瀬川小さな旅」

●日時＝10月31日㈯午前10時45分～午後2時45分　●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（にしおおたちめ）祥子さんと巡ります　●定員＝10人〔抽選〕　●昼食持参　●集合・解散＝JR熊ケ根駅　申電話またはファクス、Eメール（申込時の必要事項と参加人数を記入）で10月14日までに河川課☎214・8327、FAX268・4312、Eメールges011250@city.sendai.jp

杜の都を潤した水の道・四ツ谷用水をたどろう―街中編

●日時＝10月28日㈬午前10時～午後3時　●定員＝15人程度〔抽選〕　●費用＝500円　●昼食持参　●集合場所＝勾当台公園　●解散場所＝生涯学習支援センター　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10月13日（必着）までに（特活）水・環境ネット東北（〒980―723青葉区米ケ袋3―3―11、FAX0813・1391、Eメールmizunet@mizunet.org）　問環境共生課☎214・0007

大倉ふるさとセンターの催し

倉人（くらんど）祭・大倉地場産品市

●日時＝10月18日㈰午前10時～午後4時

干し柿づくり体験

●日時＝11月1日㈰午前10時～午後3時　●定員＝30人〔先着〕　●費用＝2千円（昼食付き）　●包丁を扱います　申10月6日午前10時から電話で

※いずれも申・問大倉ふるさとセンター☎391・2060

健康増進センターの催し

①シニアステップアップ運動教室

●日時＝10月8日・15日・22日、11月5日各水曜日㈠9:30～10:30㈡11:00～12:00㈢11:30～12:30（受け付けは各開始時刻の30分前から10分前まで）

●内容＝健康づくりや介護予防のための運動実技

●対象＝市内にお住まいかお勤めのおおむね60歳以上の運動可能な方㈠㈢各40人㈡各25人〔いずれも先着〕　●費用＝各回500円　●持ち物＝運動着・運動靴・飲み物・タオル　●直接会場へ

②講演会

日時		内容	対象
11/14㈯	10:00～12:00	支援者向け、ハイハイ講座 0歳からの健康づくり	保育士、保健師など30人〔抽選〕
	13:30～14:30	知っていますか？塩と高血圧のホントの関係	50人〔抽選〕
	14:00～15:45	健康づくりで地域づくりを応援する	60人〔抽選〕
11/15㈰	13:00～14:00	大切な「いのち」を守るために！身近な住宅防火を考える	40人〔抽選〕

③体験会

日時		内容等	対象
11/14㈯	13:00～14:00	㈠ロコモティブシンドローム（運動器症候群）予防教室	18歳以上の方20人〔抽選〕
	14:00～15:00	㈡親子でチャレンジ！幼児の発達に沿った運動遊び	3～5歳児と保護者10組〔抽選〕
	14:30～15:30	㈢シニアステップアップ運動教室―音楽に合わせて楽しく筋力アップ！	18歳以上の方20人〔抽選〕
11/15㈰	10:00～、10:45～、12:30～、13:15～、14:00～、14:45～	㈡脳が喜ぶ！心が笑う！臨床美術―カラフルなコースターを作ろう（各回30分）	各回10人〔抽選〕
	13:00～13:30	㈬シナプソロジー―「見る」「聞く」「触れる」さまざまな刺激で脳を活性化しよう！	20人〔抽選〕※小学生以下は保護者同伴
	14:00～15:00	㈭膝痛・腰痛予防教室	60歳以上の方20人〔抽選〕
	14:40～15:40	㈮シニアステップアップ運動教室―音楽に合わせて楽しく筋力アップ！	18歳以上の方20人〔抽選〕

④研修会

日時		内容	対象
11/14㈯	10:00～16:00	元気サポーター養成講座	元気を広める地域リーダーとして活動したい方50人〔抽選〕
11/15㈰	10:00～12:00	元気サポータースキルアップ研修	養成講座を修了した方または地域でサポーター活動を行っている方50人〔抽選〕

※②～④の申はがきまたはファクス、Eメールに申込時の必要事項と年齢、希望催し名、③㈡は希望時間も記入して10月31日（必着）までに。直接窓口も可

申・問健康増進センター〒981-3133泉区泉中央2-24-1☎374・6661、FAX374・6664、Eメールtokuho@drive.ocn.ne.jp

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

ブックトークボランティアステップアップ講座

●日時＝10月23日、11月6日・13日各金曜日（全3回）午前10時～正午　●会場＝泉図書館

●対象＝学校等でブックトークを実践している、または実践する予定のある方20人〔先着〕

申10月7日午前10時から電話で泉図書館☎375・6161

読み聞かせボランティアステップアップ講座―小道具編

日時			
11/27㈮	11/18㈬	11/10㈫	
9:30～11:30	10:00～12:00	10:00～12:00	
せんだいメディアテーク	太白区中央市民センター	泉図書館	会場
市内で子どもの読書活動推進に関わるボランティア活動をしている方各30人〔先着〕			対象

申10月21日午前10時から電話で泉図書館☎375・6161

展示会「歴史のなかの教科書」

●日時＝10月16日㈮～18日㈰午前10時～午後5時　●会場＝せんだいメディアテーク　●内容＝宮城教育大学付属図書館所蔵の江戸時代から現代までの教科書と関連資料の展示　●10月18日㈰午後1時半から展示解説と朗読を行います（直接会場へ）

問市民図書館☎261・1585

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

◆スポーツ教室

対象年齢　4歳児：平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ
5歳児：平成21年4月2日～平成22年4月1日生まれ

①川内庭球場☎216・3861（〒980-0861青葉区川内元支倉35-2）　②元気フィールド仙台☎231・1221（〒983-0039宮城野区新田東4-1-1）　③仙台市体育館☎244・1111（〒982-0032太白区富沢1-4-1）　④秋保体育館☎399・2757（〒982-0243太白区秋保町長袋字上原21-3）　⑤シェルコムせんだい☎218・5656（〒981-3124泉区野村字新桂島前48）

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
①	テニス教室 レベルアップ・午前（一般）	11/2～12/7（5回）予備日12/14・21	10:00～12:00	20人〔抽選〕	5,000円	10/15（必着）
②	スケートボード フラットスクール（小学生以上）	11/28～12/6（4回）予備日12/12・13	8:30～9:30	25人〔抽選〕	4,000円	11/12（必着）
③	ZUMBA（ズンバ）（一般）	11/10～12/15（6回）	13:30～14:30	40人〔抽選〕	3,500円	10/15（必着）
④	小学生テニス 初級・初中級（小学生）	11/21～1/9（7回）	10:00～12:00	20人〔抽選〕	7,000円	11/7（必着）
⑤	楽天スクールコーチによる親子野球（5歳児～小学3年生と保護者）	11/15	9:30～12:00	60組〔抽選〕	1,000円	10/23（必着）

申往復はがきに申込時の必要事項（⑤は生年月日も）を記入して施設へ郵送。②④は直接施設も可（②ははがき持参で）。①～③⑤はホームページ（①http://www.spf-sendai.jp/kawauchi/②http://www.spf-sendai.jp/genki/③http://www.spf-sendai.jp/scg/⑤http://www.spf-sendai.jp/shellcom/）からも申し込めます

⑥青葉体育館☎717・1191　⑦水の森温水プール☎277・2713　⑧仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・5340　⑨若林体育館☎236・0011

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑥	エンジョイピラティス（一般）	11/5～12/10（6回）	10:00～11:30	60人〔先着〕	4,000円	10/15 14:00～
⑦	小学生水泳（小学生）	㈠11/5～26（4回）㈡㈢11/7～28（4回）	㈠16:30～17:30 ㈡9:00～10:00 ㈢16:00～17:00	各30人〔先着〕	各3,620円	10/6 9:00～
⑧	89ERS（エイティナイナーズ）バスケットボール教室 ㈠小学5・6年生 ㈡中学生	11/5～12/24（8回）	㈠17:30～18:45 ㈡19:00～20:45	各10人〔先着〕	各10,280円	10/6 9:00～
⑨	はじめてのヒップホップダンス（小学3～6年生）	11/4～1/6（8回）	18:10～19:10	20人〔先着〕	6,000円	10/21 13:30～

申費用を添えて直接施設へ。⑨はホームページhttp://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/からも申し込めます

⑩中田温水プール☎306・5971　⑪泉総合運動場☎372・1019　⑫泉海洋センター☎373・9561

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
⑩	お試しフィットネス（18歳以上）	11/2～27（4回）	20:00～22:00	10人〔先着〕	3,240円	10/16 13:00～
⑪	ちびっこ体操 ㈠4歳児 ㈡5歳児	11/6～12/25（8回）	㈠15:30～16:30 ㈡16:45～17:45	各30人〔先着〕	各5,200円	10/11 10:00～
⑫	卓球（一般）	10/23～11/27（6回）	10:00～12:00	25人〔先着〕	4,500円	10/7 10:00～

申電話または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	お手軽ノルディックウオーキング（一般）	10/15・24	10:00～11:00	各20人〔先着〕	各950円	10/6 10:00～

申電話またはファクス（申込時の必要事項を記入）で

◆仙台市カップ小学生バレーボール大会

●期日＝12月12日㈯・13日㈰　●会場＝仙台市体育館　●参加資格や競技形式、費用など詳しくはお問い合わせください　申仙台市体育館で配布する申込用紙（ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/scg/からも取り出せます）で11月13日（必着）までに　申・問仙台市体育館☎244・1111

◆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）	10/6・14	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）	11/12	10:00～11:00	14組〔抽選〕	500円	10/31（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）

マイタウンスポーツデー

10月12日の体育の日は、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ください。

施設名	電話番号	施設名	電話番号
青葉体育館・仙台市武道館	☎717・1191	若林体育館	☎236・0011
仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬	☎392・5340	今泉運動場	☎289・4235
葛岡温水プール	☎277・8598	仙台市体育館	☎244・1111
水の森温水プール	☎277・2713	秋保体育館	☎399・2757
川内庭球場	☎216・3861	中田温水プール	☎306・5971
元気フィールド仙台	☎231・1221	茂庭庭球場	☎244・2575
仙台市陸上競技場	☎256・2488	泉総合運動場	☎372・1019
出花体育館	☎786・3446	泉海洋センター	☎373・9561
鶴ケ谷温水プール	☎252・1186	シェルコムせんだい	☎218・5656
高砂庭球場（出花体育館）	☎786・3446	泉サッカー場	☎771・5950
		北中山コミュニティグラウンド	☎348・2515
		根白石温水プール	☎376・5124