

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

日	内容	会場	対象
7/1(金)	10:00~12:00 13:00~15:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/25(土)	10:00~12:00 13:00~15:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/18(日)	10:00~12:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/18(日)	8:00~10:30	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/12(日)	13:30~15:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/12(日)	10:00~11:30	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
6/10(日)	10:00~12:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)

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

対象年齢 4歳児：平成23年4月2日～平成24年4月1日生まれ
5歳児：平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ

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。

◆スポーツ教室

- ①若林体育館☎236・0011 ②仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・5340 ③今泉運動場☎289・4235 ④中田温水プール☎306・5971 ⑤シェルコムせんだい☎218・5656

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	
①	バドミントン(一般)	7/6~9/7(8回)	10:00~12:00	50人(先着)	5,000円	6/29 12:15~
②	バドミントン(一般)	7/7~8/25(5回)	13:00~14:30	10人(先着)	3,230円	6/6 9:00~
③	夏休み短期水泳(5歳児~小学生)	7/27~29(各3回)	13:30~14:30	各35人(先着)	各3,240円	6/13 13:00~
④	夏期児童短期水泳教室(5歳児~小学生)	7/27~29(3回)	13:00~14:00 14:30~15:30	各30人(先着)	各3,240円	6/12 11:00~ 13:00~
⑤	グラウンドゴルフを楽しむ(一般)	6/9・16・30、7/7・14・21・28、8/4・25	9:00~12:00	—	各300円	当日8:30~

申費用を添えて直接施設へ

- ⑥水の森温水プール☎277・2713 (〒981-0962青葉区水の森4-1-1) ⑦鶴ヶ谷温水プール☎252・1186 (〒983-0824宮城野区鶴ヶ谷8-19-1)

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	
⑥	夏期短期速成水泳教室(4歳以上の未就学児)	7/19~22(4回) 7/25~29(5回) 8/1~5(5回)	16:00~17:00 9:00~10:00	各20人(抽選)	3,620円(1)~ 4,530円(各)	6/21(必着)
⑦	夏期短期速成水泳教室(小学生)	7/19~22(4回) 7/25~29(5回) 8/1~5(5回)	16:30~17:30 8:00~9:00	各40人(抽選)	3,620円(1)~ 4,530円(各)	6/21(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

七北田公園都市緑化ホールの催し

あじさい品種展
●期間 6月8日(水)~12日(日)
●フラワースクール作品展
●期日 6月18日(土)・19日(日)
●初夏の山野草展
●期日 6月24日(金)・25日(土)
●市民園芸講座

- ⑧元気フィールド仙台☎231・1221 ⑨出花体育館☎786・3446 ⑩北中山コミュニティグラウンド☎348・2515 ⑪根白石温水プール☎376・5124 ⑫泉総合運動場☎372・1019

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	
⑧	バドミントン(一般)	9/1~11/24(10回)	10:00~12:00	50人(先着)	6,000円	6/30 9:00~
⑨	普通救命講習(一般)	7/13	9:00~12:00	15人(先着)	—	6/7 9:00~
⑩	ヨガ(一般)	6/20~7/18(5回)	11:00~12:00	10人(先着)	4,000円	6/6 10:00~
⑪	らくらく水中ウォーキング(一般)	7/5・12(2回)	11:10~12:00	25人(先着)	1,890円	6/7 10:00~
⑫	親子サッカー教室(4・5歳児と保護者)	7/9 予備日7/16	10:00~11:30	50組(先着)	1,500円	6/11 10:00~

申電話または費用を添えて直接施設へ

- ⑬仙台市陸上競技場☎256・2488、FAX299・3895

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	
⑬	宮城野原グラウンドゴルフ大会(一般)	7/11(雨天時は7/14に順延)	9:00~11:30	100人(先着)	500円	6/6 9:00~

申ファクス(申込時の必要事項を記入)または直接施設へ。ホームページ<http://www.mspf.jp/miyaginohara/>からも申し込みます

◆泉総合運動場水泳プールオープン

●日時=6月18日(土)~9月11日(日)9:00~17:00(7月15日~8月15日は19:00まで) ●費用=高校生以上300円、小・中学生100円。未就学児は無料 問泉総合運動場☎372・1019

◆スポパーク松森の催し

教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
体力向上脂肪燃焼コース(16歳以上)	6/18~7/10(8回) ①10:30~12:00、②12:00~13:30、 ③12:30~14:00、④16:00~17:30、 ⑤20:00~21:30から選択(月~休は①) ②⑤、③は④④、④は①④の時間帯のみ	30人(先着)	4,620円	6/6 9:00~

申電話または直接施設へ 申・問スポパーク松森☎375・5550

◆七北田公園体育館の催し

教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	
ベビーマッサージ教室(乳児と保護者)	6/21	10:00~11:00	17組(抽選)	500円	6/15(必着)

●持ち物=バスタオル・飲み物。動きやすい服装で 申往復はがきに**申込時の必要事項**と乳児の氏名、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)

日時	内容	会場	対象
②6/26(日)	10:00~12:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)
①6/22(水)	13:30~15:00	宮城野球場	市内にお住まいの方20人(抽選)

障害のある方のスポーツ教室

●内容 ①「マイブックⅢ」の基本操作、各種電子図書の検索と読み方等 ●対象 ①音声環境でウィンドウズパソコンを既に使用している方10人(抽選) ②6月22日までに仙台市視覚障害者福祉協会☎213・5811

日時	会場
②7/7(水)	市役所本庁舎8階ホール
①6/25(土)	市役所本庁舎8階ホール

障害による差別解消を考える「ロン・カフェ」

●内容 ①屋内用運動靴②屋外用運動靴 ●運動できる服装で 申電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と年齢を記入)で①6月20日②6月24日までに仙台市障害者スポーツ協会☎236・8690、FAX236・8691、Eメールsdas@pop21.odn.ne.jp

おたがいさまの子育てサロン

●日時 6月30日(木)午前10時~11時半 ●会場 宮城社会福祉センター ●内容 親子でエアロビクスを行います ●対象 市内にお住まいの0歳~3歳の乳幼児と保護者20組(先着)

夏のボランティア体験会

●期間 7月21日(木)~8月24日(水) ●体験先 市内の社会福祉施設、地域イベント、市民活動団体の活動先等 ●対象 市内にお住まいか通勤・通学している中学生以上の方(18歳未満は保護者の承諾が必要) ●費用 300円程度(保険代) ●申し込みには事前説明会への参加が必要です。詳しくは市民センター等で配布する申込書(ホームページ<http://www.shakyousei.ndai.or.jp/>)からも取り出せます

日時	内容	対象
6/26(日)	10:00~16:00	高校生以上15人(先着)
6/12(日)	10:00~14:30	小学生以上の子どもと保護者20人(先着)

青葉の森緑地の催し

●内容 ①「マイブックⅢ」の基本操作、各種電子図書の検索と読み方等 ●対象 ①音声環境でウィンドウズパソコンを既に使用している方10人(抽選) ②6月22日までに仙台市視覚障害者福祉協会☎213・5811

健康増進センターの催し

①ごはnde健康セミナー「夏バテ予防に！元気力アップごはん」
●日時=7月1日(金)・2日(土)9:45~13:00 ●内容=夏バテ予防や疲労回復に向けて食事からできる効果的なコツをミニ講話や調理実習を通して学びます。簡単な調理実習ですので、普段あまり調理をしない方でも参加できます ●対象=市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方各15人(抽選) ●費用=各1,000円 ●持ち物=エプロン・三角巾・筆記用具

②お手軽・とる塩チェック
●日時=7月20日(水)9:45~10:50 ●内容=身体測定、採尿を行い、ご自身の約24時間の食塩推定摂取量を調べます(結果表は後日郵送) ●対象=市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方25人(先着) ●費用=500円

③シニアステップアップ運動教室
●日時=6月9日・16日・23日各木曜日(ア)9:30~10:30(イ)10:30~11:30(ウ)11:20~12:20(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(ア)各40人(イ)各25人(いずれも先着) ●費用=各500円 ●持ち物=運動着・運動靴・飲み物・タオル ●直接会場へ

④いずみ楽しく運動教室
●日時=7月15日~9月9日の毎週金曜日(8月12日を除く。全8回)10:00~12:00 ●内容=介護予防のための運動実技と健康講話 ●対象=市内にお住まいかお勤めの体力に自信のない65歳以上の方20人(抽選) ●費用=4,000円

日時	教室名/内容	費用
7/5~9/6の毎週火曜日(7/19、8/16を除く。全8回)	(ア)基本/安全・効率的な運動と、実践の基本を学びます (イ)中級/運動に慣れた方のために、総合的な運動をしっかりと行います	各4,000円

●対象=市内にお住まいかお勤めの65歳以上の運動可能な方各25人(抽選)

※①②④⑤の申①はがき、ファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**と参加希望日を記入して6月15日(必着)までに②6月15日10:00から電話またはEメール(申込時の必要事項と年齢を記入)で④⑤はがきまたはファクスに**申込時の必要事項**と年齢、⑤は希望教室名も記入して6月18日(いずれも必着)までに。直接施設も可

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