

点字教室(初級編)

●日時 6月9日、9月29日の毎週金曜日(7月14日・28日、8月11日・18日、9月1日・15日を除く)(全11回)午前10時～正午 ●会場 泉社会福祉センター ●内容 点字の学習 ●対象 市内にお住まいかお勤めの18歳以上の点字初心者15人(抽選) ●費用 648円 申往復はがきに申込時の必要事項と参加の動機を記入して5月26日(必着)までに泉社会福祉センター(〒981-3131 泉区七北田字道48-12 ☎372・7848)

視覚障害リハビリテーション講習会

●日時 5月30日(火)午前10時～正午 ●会場 青葉区役所4階 ●内容 見えにくい、見えにくい等の悩みの解決に役立つ道具や工夫の紹介 ●対象 視覚障害のある方 申5月8日午前9時から電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で日本盲導犬協会 ☎226・3910、FAX 226・3990 問障害者総合支援センター ☎771・6511

要約筆記者養成講座

●期日 7月、平成30年12月の主に日曜日(全36回) ●会場 宮城県聴覚障害者情報センター(青葉区本町3-1-6)

アルコール家族ミーティング

●日時 5月11日(木)・18日(木)午後2時～3時半 ●内容 アルコール問題についての悩みを話し合います ●対象 アルコールの問題で悩んでいる家族 ●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・問 精神保健福祉総合センター ☎265・2191、お住まいの区の区役所障害高齢課、総合支所保健福祉課(☎は10ページ)

シニアのためのスマホ講習会「スマホサロン」(アット仙台)

●日時 5月11日(木)～6月1日の毎週水曜日(午前9時半～10時半)②午前10時半～11時半 ③午前11時20分～午後0時20分(当日午前8時45分から2階事務室で整理券を配布。受け付けは各開始時刻の30分前から10分前まで。同日は1人1回の参加に限ります) ●会場 健康増進センター ●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 ①各40人 ②各25人(先着) ●費用 各510円 ●持ち物 運動服

5月のお知らせ

●コース ①手書き②パソコン ●定員 各10人(抽選) ●テキスト代等実費 申市役所本庁舎1階市民のへやで配布する申込書(ホームページ: http://www.minisuppo-miyagi.org/からダウンロード可。希望者には郵送も可)で6月1日までに問宮城県聴覚障害者情報センター ☎393・5501、FAX 393・5502、障害企画課 ☎214・8163、FAX 223・3573

視覚と聴覚の両方に障害のある方に対する通訳・介助員養成講座

●期日 7月2日(日)・9日(日)・16日(日)、8月6日(日)・26日(日)、9月2日(土)・23日(祝)(全7回) ●会場 福祉プラザ等 ●対象 県内にお住まいで講座修了後、通訳・介助員として活動できる方16人程度(抽選) ●費用 3700円程度 申市役所本庁舎1階市民のへやで配布する申込書(ホームページ: http://www.miyagi-db.com/からもダウンロード可。希望者には郵送も可)で5月31日(必着)までに問みやぎ盲ろう児・者友の会 ☎262・1383

働きたい・働き続けたい目の不自由な方の交流会

●日時 6月4日(日)午前10時～午後0時半 ●会場 福祉プラザ

5月のお知らせ

●内容 参加者同士の情報交換 ●対象 求職中または就労中の視覚障害のある方 申電話で5月31日までに仙台市中途視覚障害者支援センター ☎212・1131

障害のある方のボウリング教室

●日時 6月10日(土)午前10時～正午 ●会場 タイトースターション仙台ベガロポリス店(太白区西多賀5-24-1) ●対象 市内にお住まいで身体障害者手帳または精神保健福祉手帳をお持ちの方30人(抽選) ●費用 1500円 申市役所本庁舎1階市民のへや、区役所障害高齢課で配布する申込書で5月26日(必着)までに 問 仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX 236・8691

障害のある方のレクリエーション教室

バスで福島市の「四季の里」へ行き、写真撮影またはスケッチ散策をします。 ●日時 6月2日(金)午前8時～午後5時半 ●対象 市内にお住まいの障害のある方と付き添いの方(写真撮影②スケッチ散策各30人(抽選)) ●昼食代実費 ●集合・解散場所 福祉プラザ等 申市役所本庁舎1階市民のへや、仙台市障害者福祉協

シニアステップアップ運動教室

●日時 5月11日(木)～6月1日の毎週水曜日(午前9時半～10時半)②午前10時半～11時半 ③午前11時20分～午後0時20分(当日午前8時45分から2階事務室で整理券を配布。受け付けは各開始時刻の30分前から10分前まで。同日は1人1回の参加に限ります) ●会場 健康増進センター ●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 ①各40人 ②各25人(先着) ●費用 各510円 ●持ち物 運動服

ロコモットと元気!ロコモ予防のポイントを楽しく学んで

●日時 6月4日(日)午後1時～4時 ●会場 シルバーセンター ●内容 講演「のぼそう!健康寿命」、座談会、体操の実技など ●対象 市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方250人(先着) 申5月9日午前10時から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。直接施設も可 申・問 健康増進センター

地域健康づくり教室

日時(全4回) 8/25(金) 7/28(金) 6/23(金) 5/26(金) 10:00～11:30 内容 代謝アップ 骨と筋肉を鍛えるために 足腰の筋力アップ 握力を強化するための

呼吸健康教室

●日時 6月14日～7月12日の毎週水曜日(全5回) 午後1時半～3時半 ●会場 太白区中央市民センター ●内容 呼吸器疾患による息切れや息苦しさのある方に効果的な呼吸法や、自宅で行える運動などを学びます ●対象 市内にお住まいの呼吸器疾患のある方またはその家族20人(先着) 申5月8日午前9時から電話で仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294

春のアレマキャンペーン 期間=5月30日(火)～6月18日(日) ポイ捨てを見て「アレマ」と感じた皆さんが、「アレマ隊」として気軽に清掃活動に参加できる「アレマキャンペーン」を実施します。 ◆全市一斉「ポイ捨てごみ」調査・清掃活動 キャンペーン期間中、ポイ捨てごみの調査・清掃活動を行い、その結果をアレマレポート(活動報告様式)に記入してお送りください。どなたでも参加できます。申込者には参加キット(ごみ袋・アレマレポート・小学生以下にはミニ缶バッジ)をお送りします。申し込み方法等はお問い合わせください。 ◆仙台中央地区 春の「ポイ捨て」防止キャンペーン ●日時=5月30日(火)14:00～15:00 ●内容=ポイ捨て防止を通行者へ呼び掛ける啓発活動と清掃活動 ●集合場所=(1)アエルと仙台パルコ本館の間のペDESTリアンデッキ(2)グリーンハウス勾当台前のいずれか ●集合時間=いずれも13:45 ●持ち物=軍手 申団体(10人以上)で参加する場合は電話で5月25日までに。個人で参加する場合は直接集合場所へ 申・問 家庭ごみ減量課 ☎214・8250

ひきこもり家族教室

●日時 6月6日(火)・12日(月)(全2回) 午後1時半～4時半 ●会場 精神保健福祉総合センター ●対象 市内にお住まいで、引きこもり状態にある方の家族30人(抽選) 申電話で6月2日までに精神保健福祉総合センター ☎265・2191

知的障害のある方のフワフワアレンジメント教室

●日時 6月24日(土)午前9時半～10時半、11時～正午 ●会場 福祉プラザ ●対象 市内にお住まいで療育手帳をお持ちの15歳以上の方(在学中の方を除く)各10人(抽選)。付き添い可 ●費用 各1600円 申電話で5月26日までに仙台市知的障害者関係団体連絡協議会 ☎211・5030、FAX 211・7071

必要事項を記入)で。直接施設も可

申・問 宮城社会福祉センター ☎392・6382、FAX 392・7736

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、持ち物など詳しくは各センターへお問い合わせください

■岡岡老人福祉センター ☎・FAX225・2811

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. 管理栄養士による介護予防栄養講座「バランスの取れた食事の考え方」

●試食あり 申電話または直接施設へ

■台原老人福祉センター (〒981-0903青葉区台原森林公園1-3 ☎233・3901、FAX233・4248)

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. 若さを保つ体幹トレーニング

申往復はがきに催し名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号を記入して施設へ郵送またははがき持参

■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. iPad講座

●費用=3,500円 申電話または直接施設へ

■高砂老人福祉センター ☎259・7860、FAX259・7882

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. 健康料理教室一梅雨を乗り切る食事

●費用=600円 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

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. 行政書士による講話

■大野田老人福祉センター ☎・FAX247・1005

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. 認知症を学ぼう&カフェ

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、Eメールizuminoie@utopia.ocn.ne.jp)

Table with 4 columns: 催し名, 日時, 定員, 受付. ノルディックウォーキング

申往復はがきに催し名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号を記入して施設へ郵送またははがき持参。Eメールも可

5月のお知らせ

メールkouyuu3@sendai-hwv.jp