仙台市健康福祉事業団の催し

①ターミナルケアを学ぶ
●日時＝11月2日㈭午前10時～午後3時　●会場＝シルバーセンター　●内容＝講話「人生の最終段階に受ける医療」「ホスピスケアとは―看取りと本人・家族の支援」　●定員＝60人〔先着〕

②はつらつ健康フェスティバル
●日時＝11月4日㈯午前10時～午後3時　●会場＝カメイアリーナ仙台　●内容＝市内を拠点に健康づくり活動をしている団体の発表など　●直接会場へ

③「介護の日」記念講演会
●日時＝11月18日㈯午前10時～正午　●会場＝シルバーセンター　●内容＝高齢者の嚥下障害・誤嚥予防や健康のための口腔体操に関する講演と介護食品展示　●定員＝150人〔先着〕

※①③の申10月6日午前10時から電話またはファクス、Eメール（講座名・氏名・電話番号を記入）で　申・問仙台市健康福祉事業団☎215・3711、FAX215・3718、Eメールsenkaigo@nifty.com

真美沢公園秋の自然観察会

●日時＝10月22日㈰午前10時～正午　●会場＝真美沢公園　●内容＝公園内を散策しながら、キノコなどを観察します　●持ち物＝飲み物・帽子。歩きやすい服装と靴で　●雨天中止　●当日午前9時50分までに直接地下鉄黒松駅前に集合　問黒松市民センター☎234・5346

高等学校開放講座「表計算入門『エクセル2013基礎講座』」

●日時＝12月2日㈯・3日㈰（全2回）午前9時～午後3時　●会場＝仙台商業高等学校　●対象＝市内にお住まいの18歳以上の方で、ウィンドウズ等の基本操作ができる方30人〔抽選〕　●費用＝1000円　申往復はがきに申込時の必要事項と年齢を記入して11月2日（必着）までに仙台商業高等学校（〒981―3131泉区七北田字古内75☎218・3141）

小児慢性特定疾病講演会「うまれてきてよかったと思える社会づくり」

●日時＝10月31日㈫午後1時半～4時半　●会場＝TKP仙台カンファレンスセンター（青葉区花京院1―2―3―3階）　●定員＝60人〔先着〕　申10月6日午前10時から電話またはファクス（申込時の必要事項を記入）で。ホームページhttp://www.ped.med.tohoku.ac.jp/syousapo/からも申し込めます　申・問小慢さぽーとせんたー☎273・6008（平日午前10時～正午、午後1時～4時）、FAX717・7290、子供保健福祉課☎214・8189

講話「感染予防と対策の大切さ（インフルエンザ等）」

●日時＝11月1日㈬午後1時半～2時半　●会場＝宮城野障害者福祉センター　●対象＝市内にお住まいの身体に障害（難病含む）のある方15人〔先着〕　申市役所本庁舎1階市民のへや、仙台市障害者福祉協会などで配布する申込書で10月10日午前9時から　問仙台市障害者福祉協会☎266・0294、FAX266・0292

ひとり親家庭等就業支援講習会「パソコン講習マイクロソフトエクセル2013」

日時	11/12～2/25の毎週日曜日（12/31、1/7を除く。全14回）9:00～17:00
対象等	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5人（選考）●託児人数（3歳～小学3年生。要申し込み）有り
会場	宮城県母子・父子福祉センター
費用	16,000円程度

申はがきまたはファクスに申込時の必要事項と託児希望の方は子どもの年齢を記入して10月23日（必着）までに宮城県母子福祉連合会（〒983―0832宮城野区安養寺3―7―3、FAX256・6518）　問子供家庭支援課☎214・8606

せんだいメディアテークのお知らせ

①細倉を記録した寺崎英子のまなざし展
●期間＝10月7日㈯～12月26日㈫

②仙台商人プロジェクト「仙台ナンダ札　記録展」
●日時＝10月13日㈮～29日㈰11:00～18:00（月・火曜日は休室）　●会場＝東北リサーチとアートセンター（青葉区大町2-3-22第五菊水ビル3階）

③鷲田清一とともに考える「〈持ち場〉って？／はたらき、かせぎ、であう」
●日時＝10月21日㈯15:00～17:00　●定員＝160人〔先着〕　●ゲスト＝経済学者・玄田有史（げんだゆうじ）氏　●直接会場へ

④音声パソコン入門講座
●日時＝10月21日㈯・22㈰・28㈯・29日㈰（全4回）13:00～16:30　●対象＝視覚に障害がある方6人〔抽選〕　申電話で10月12日までに

⑤シネバトル　わたしのイチ押し映画（シネ）はコレよ！
●日時＝10月25日㈬18:30～19:30　●内容＝映画の紹介・発表を聞き、見たい映画を投票で決めます　●直接会場へ

⑥ギャラリーの予約を受け付けています
平成30年度下期（小規模展）・平成31年度上期（大規模展）のギャラリーの予約を10月31日まで受け付けています。申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください

申・問①③～⑥せんだいメディアテーク①③④⑤☎713・4483⑥☎713・3171②東北リサーチとアートセンター☎397・7256

秋休みは施設で遊ぼう！

次の施設は10月10日㈫に開館します。秋休み期間中の催し等については、お知らせの各ページをご覧ください。

博物館、スリーエム仙台市科学館、天文台、歴史民俗資料館、地底の森ミュージアム、縄文の森広場、仙台文学館、セルコホーム　ズーパラダイス八木山（八木山動物公園）
※図書館と各市民センターは10月10日㈫は休館日です

◆秋休み期間中の市民センターの催し

センター名等	日時	催し名
岩切市民センター ☎255・7728	10/7㈯・8㈰ 9:30～15:00	岩切市民センターまつり
榴ケ岡市民センター ☎299・5666	10/7㈯ 10:00～15:00	榴ケ岡市民センターまつり
若林区中央市民センター ☎282・1173	10/9㈷ 10:00～14:30	ワカチュウ子どもランド
八木山市民センター ☎228・1190	10/7㈯・8㈰ 13:00～16:00（10/8は9:00～）	八木山市民センターまつり
山田市民センター ☎244・0213 ※会場＝楽元の森（上野山小学校隣）	10/8㈰ 9:30～14:30	楽元の森であそぼう

●催しの内容によっては、事前の申し込みや参加料金が必要なものがあります。詳しくは各市民センターへお問い合わせください

緑のボランティア活動体験会

●日時＝11月11日㈯午前9時半～正午　●会場＝水の森公園　●内容＝下草刈り作業や巣箱の設置体験　●定員＝20人〔抽選〕。小学生以下は要保護者同伴　●雨天時は11月18日㈯に延期　申はがき、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10月20日（必着）までに〒980―8671百年の杜推進課☎214・8389、FAX216・0637、Eメールken010241@city.sendai.jp

SMMA見験楽学（けんけんがくがく）ツアー「学芸員リレートークつきミュージアム周遊政宗バスツアー」

●日時＝11月2日㈭午前9時15分～午後3時40分　●内容＝伊達政宗公生誕450年にちなみ、博物館、瑞鳳殿、福島美術館、仙台城本丸跡を巡ります　●集合＝JR仙台駅東口　●定員＝24人〔先着〕　●費用＝5900円（昼食代・入場料含む）　●詳しくはホームページhttps://www.smma.jp/をご覧いただくか、お問い合わせください　申10月6日午前10時から電話で仙台バスツアーズ☎224・3771　問SMMA事務局（せんだいメディアテーク内）☎713・4483

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　5歳児：平成23年4月2日～平成24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シェルコムせんだい☎218・5656（〒981-3124泉区野村字新桂島前48）　③元気フィールド仙台☎231・1221（〒983-0039宮城野区新田東4-1-1）

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（一般）	11/6～12/11（5回）	10:00～12:00	40人〔抽選〕	5,000円	10/18（必着）
②	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）	11/19	9:30～12:00	60組〔抽選〕	1組1,000円	10/25（必着）
③	スケートボードフラットスクール（小学生以上）	11/25・26	8:30～11:00	25人〔抽選〕	4,000円	11/13（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。ホームページ①http://www.spf-sendai.jp/kawauchi/②http://www.spf-sendai.jp/shellcom/③http://www.spf-sendai.jp/genki/からも申し込めます

④仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬☎392・5340　⑤北中山コミュニティグラウンド☎348・2515　⑥今泉運動場☎289・4235　⑦葛岡温水プール☎277・8598　⑧根白石温水プール☎376・5124　⑨弘進ゴム　アスリートパーク仙台（仙台市陸上競技場）☎256・2488、FAX229・3895

施設	教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
④	バドミントン（一般）	11/2～12/21（6回）	13:00～14:30	10人〔先着〕	3,940円	10/10 9:00～
⑤	ヨガ教室（一般）	11/6～12/4（5回）	10:00～10:50、11:10～12:00	各10人〔先着〕	各4,000円	10/20 10:00～
⑥	児童水泳1回体験教室（5歳～小学生）	11/1～30のうち1回	16:30～17:30、17:30～18:30	各10人〔先着〕	各1,080円	10/9 13:00～
⑦	水中ウオーキング（一般）	㈠11/6～27 ㈡11/2～30 ㈢11/2～30（各4回） ㈤11/10～24（3回）	㈠10:00～11:00 ㈡㈤14:00～15:00 ㈢19:00～20:00	各25人〔先着〕	㈠～㈢各3,880円 ㈤2,910円	10/6 9:00～
⑧	㈠やさしいヨガ ㈡ヨガ（一般）	11/10～24（3回）	㈠13:00～13:50 ㈡14:10～15:00	各15人〔先着〕	各2,840円	10/10 10:00～
⑨	健康リズム体操教室（一般）	11/1～12/20（8回）	9:30～10:30	20人〔先着〕	4,000円	10/18 9:00～

申④⑥直接施設へ⑤⑧電話または直接施設へ⑦費用を添えて直接施設へ⑨電話またはファクス（申込時の必要事項を記入）で。直接施設も可。⑨はホームページhttp://www.spf-sendai.jp/shiriku/からも申し込めます

◆秋保　里山トレッキング―水神・戸神山
●日時＝11月1日㈬8:00～15:00　●定員＝30人〔先着〕　●費用＝3,000円（昼食・入浴代等含む）　●集合＝秋保神社駐車場　申10月6日9:00から電話またはファクスで（直接窓口も可）秋保体育館☎399・2757、FAX399・2793またはシェルコムせんだい☎218・5656、FAX776・1090　問秋保体育館☎399・2757

◆親子でテニス体験in湯元！
●期日＝11月12日㈰13:00～15:00　●会場＝湯元公園庭球場　●対象＝小学4～6年生と保護者10組〔先着〕　●費用＝1人500円　申10月6日9:00から電話で湯元公園管理事務所☎398・2578

◆仙台市カップ小学生バレーボール大会
●期日＝11月25日㈯・26日㈰　●会場＝カメイアリーナ仙台　●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　申カメイアリーナ仙台で配布する申込用紙（ホームページhttp://www.spf-sendai.jp/scg/からもダウンロード可）で10月31日（必着）までに　申・問カメイアリーナ仙台☎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
初心者向け秋の水の森ノルディックウオーキング教室（6㎞歩ける方）	10/17	9:30～12:30	15人〔先着〕	300円	10/6 10:00～
ベビーマッサージ教室（乳児と保護者）	11/9	10:00～11:00	17組〔先着〕	1組500円	10/30 10:00～

●持ち物等詳しくはお問い合わせください　申電話または直接施設へ　申・問七北田公園体育館☎375・9914

◆スポパーク松森の催し

教室名（対象）	日時		定員	費用	受付
クロールを泳げるようになろう（小学生）	10/28～11/19の毎週土・日曜日（8回）	土曜日 14:30～16:00 日曜日 13:00～14:30	20人〔先着〕	2,570円	10/7 9:00～

申電話でスポパーク松森☎375・5550

マイタウンスポーツデー

10月9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	カメイアリーナ仙台	☎244・1111
仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬	☎392・5340	秋保体育館（馬場グラウンド）	☎399・2757
川内庭球場	☎216・3861	中田温水プール	☎306・5971
水の森温水プール	☎277・2713	茂庭庭球場	☎244・2575
元気フィールド仙台	☎231・1221	泉総合運動場	☎372・1019
出花体育館（高砂庭球場）	☎786・3446	泉海洋センター	☎373・9561
泉サッカー場	☎771・5950	弘進ゴム　アスリートパーク仙台	☎256・2488
シェルコムせんだい	☎218・5656	鶴ケ谷温水プール	☎252・1186
若林体育館	☎236・0011	北中山コミュニティグラウンド	☎348・2515
今泉運動場	☎289・4235	根白石温水プール	☎376・5124