

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	内容	対象
9/18(水)・19(木) (全2回) 10:00~15:00	スマートフォンの基本操作	市内にお住まいか お勤めの60歳以上か オンの未経験者、本 16講座を未受講の方 人(抽選)

●会場＝シルバーセンター ●費用＝4千円 ●講座で使用するスマートフォンは会場に用意します 申はがき、ファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**と年齢を記入して8月12日(必着)までにシルバーセンター(〒980-0013青葉区花京院1-3-2 ☎215・3170、FAX 215・4140、Eメールkouyuu@seinaihw.or.jp)

シルバー人材センター入会説明会

豊かな経験と能力を生かし、会員として仕事をしませんか。 ●日時＝8月29日(木)午後1時半～3時半(受け付けは午後1時～) ●会場＝太白区役所5階ホール ●対象＝市内にお住まいの健康な60歳以上の方 ●直接会場へ ●シルバーセンター、太白区役所、若林区役所、泉区役所などで毎月入会説明会を開催しています。詳しくはお問い合わせください 問シルバー人材センター ☎214・6262

仙台フィルハーモニー管弦楽団特別演奏会

●日時＝8月31日(土)午後3時～ ●会場＝日立システムズホール 仙台 ●指揮＝山田和樹 ●オーボエ＝西沢澄博 ●曲目＝モーツァルト「オーボエ協奏曲ハ長調K.314」ほか ●入場料(全席指定)＝S席5千円、A席4500円ほか 問仙台フィルハーモニー ☎225・3934

お花を育ててみませんか

●日時＝8月28日(水)午前10時～正午 ●会場＝七北田公園 ●内容＝当日は種まき、9月ごろに成長した花苗のポットへの移植、10月ごろに花壇への植栽作業をします ●定員＝10人(抽選) 申はがき、ファクスまたはEメール(申込時の必要事項を記入)で8月16日までに〒980-8671百年の杜推進課 ☎214・8389、FAX 216・0637、Eメールkeno10241@city.sendai.jp

中途失聴・難聴の方の生活訓練(要約筆記有り)

●日時＝8月24日(土)午前10時～11時半 ●会場＝福祉プラザ ●内容＝講座「楽しく学ぶ、予防のための発声トレーニング入門編」 ●対象＝市内にお住まいの中途失聴・難聴の方とその家族 ☎266・0294、FAX 266・0292

家族等20人(先着) ●直接会場へ 問仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294、FAX 266・0292

視覚に障害がある方へのボランティア養成講座

●日時＝8月28日(水)午前10時～午後4時 ●会場＝旭ヶ丘市民センター ●内容＝視覚障害のある方への理解と支援についての講話と実技 ●対象＝ボランティアとして活動可能な方15人(先着) 申8月6日午前9時から電話で仙台市視覚障害者支援センター ☎341・1728

目の不自由な方と家族の交流会

●日時＝8月29日(木)午後1時半～3時半 ●会場＝障害者総合支援センター ●内容＝生活の工夫などについての情報交換(茶話会) ●対象＝視覚障害のある方とその家族 ●費用＝200円 申電話で8月26日までに仙台市視覚障害者支援センター ☎341・1728

呼吸健康教室

●日時＝9月18日、10月16日の毎週水曜日(全5回) 午後1時半～3時半 ●会場＝福祉プラザ ●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

せんだい豊齢学園公開講座「伝える文章の書き方」

●日時＝9月9日(月)午後1時半～3時 ●会場＝シルバーセンター ●対象＝市内にお住まいのお勤めの50歳以上の方50人(先着) ●費用＝500円 申8月8日午前9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 申・ikkgai@sendai-hw.or.jp

ヘルスアップセミナー「血圧が気になっている方へ高血圧予防のコツ」

●日時＝8月31日(土)午後1時半～3時 ●会場＝健康増進センター ●内容＝高血圧の健康への影響や予防に関する健康・栄養講話。減塩レシピで作った料理の試食も行います ●対象＝市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方25人(抽選) ●費用＝510円 申はがき、ファクスまたはEメールに**申込時の必要事項**と年齢を記入して8月18日(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、FAX 374・6664、Eメールshpc-oudo@road.ocn.ne.jp)

運動方法などを学びます

●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8月6日午前9時から電話で仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294

障害者雇用促進セミナー

●日時＝8月29日(木)午後3時～5時 ●会場＝福祉プラザ ●内容＝企業の障害者雇用事例の紹介と企業交流会 ●定員＝100人(先着) 申8月7日午前9時半から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項を記入)で障害企画課 ☎214・8151、FAX 223・3573、Eメールfuk005330@city.sendai.jp

頭の健康「生き生き(いきいき) 楽習(がくしゅう) 教室」

●日時＝10月、令和2年2月の毎週金曜日(12月27日、1月3日を除く。全20回) 午前9時40分～11時35分(1人30分程度) ●会場＝泉社会福祉センター ●内容＝学習サポーターとの会話や簡単な読み書き・計算で、脳の健康を維持します ●対象＝市内にお住まいのおおむね60歳以上の方10人(抽選) ●費用＝月額3100円 申往復はがきに**申込時の必要事項**と年齢を記入して8月15日(必着)までに泉社会福祉センター ☎981-7848

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(⑤を除く)です

■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171

催し名等	日時	定員	受付
①講話「めまい」はこわくない!(耳鼻咽喉科の医師による講話)	8/22(木) 13:30~15:00	20人(先着)	8/7 9:30~
②映画上映会&喫茶	8/24(土) 13:00~15:00	—	直接会場へ

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

催し名等	日時	定員	受付
③ゆうゆうスマイルカフェ(介護相談と交流の場)	8/15(木) 13:00~15:00	30人(先着)	直接会場へ
④介護予防教室	8/29(木)	20人(先着)	8/6 9:30~

●費用＝③200円 ④の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

催し名等	日時	定員	受付
⑤夏祭り(水ヨーヨー、輪投げ、ポップコーンなど)	8/9(金)	13:30~14:30	直接会場へ

■大野老人福祉センター ☎・FAX247・1005

催し名等	日時	定員	受付
⑥介護予防教室&カフェー5歳若返る歩き方実践講座	8/22(木) 13:00~15:30	30人(先着)	8/6 9:30~

申電話または直接施設へ

■郡山老人福祉センター ☎308・5332、FAX308・5334

催し名	日時	定員	受付
⑦衛生講話「肺炎について」	8/8(木) 14:00~15:00	30人(先着)	直接会場へ

■泉中央老人福祉センター ☎・FAX373・1285、Eメールizuminoie@utopia.ocn.ne.jp

催し名等	日時	定員	受付
⑧寄席・青葉亭福助(災害ボランティアで活躍している青葉亭福助氏の寄席)	8/30(金)	10:00~12:00	60人(先着) 8/6 9:30~

申電話またはEメール(催し名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号を記入)で。直接施設も可

仙台市健康福祉事業団の催し

①介護講座

日時	講座名等	定員
9/7(土) 13:30~15:30	土曜介護講座「認知症を理解し、認知症の人と家族を地域で支えよう!」※認知症サポーター養成講座を兼ねる(テキスト代103円)	40人(先着)
9/12(木) 13:30~15:30	テーマ別介護講座「高齢者の権利を守る成年後見制度」	60人(先着)
9/18(水) 10:00~15:30	介護1日講座「おいしく、元気に!高齢者の栄養と食事」福祉用具展示見学「食事に関する福祉用具」、「むせやすい・飲み込みにくい方の予防と食事介助」	40人(先着)
9/20(金) 10:30~11:30	知って役立つ福祉用具講座「からだの清潔や入浴に役立つ福祉用具を学ぼう!」一服を着たまま洗髪できる最新機器や入浴用いすなど	15人(先着)

②運動支援者のための「脳の健康づくり」研修会

●日時＝9月4日(木)10:00~12:00 ●内容＝認知機能の低下予防のための講話と運動実技 ●対象＝市内で介護予防に取り組む人たちの支援をしている方50人(抽選) ●費用＝500円

※いずれも●会場＝シルバーセンター 申①8月6日9:00から電話またはファクス、Eメール(講座名、氏名(フリガナ)、電話番号を記入)で ②はがきまたはファクスに**申込時の必要事項**と年齢、性別を記入して8月19日(必着)までに

申・問仙台市健康福祉事業団 ☎980-0013青葉区花京院1-3-2 ①☎215・3711、FAX215・3718、Eメールsenkaigo@nifty.com ②☎215・3194、FAX215・3225

のびすくの催し

■のびすく仙台 ☎726・6181、FAX214・5071

内容	日時	対象等	受付
「むすんでひらいて」一障がい児ひろば(発達障害のある子どもと保護者に広場を開放します)	8/19(木) 10:00~15:00	発達障害のある子どもと保護者(休館日のため対象者のみの利用)	直接会場へ
パパとイェーイ!(触れ合い遊びや絵本の読み聞かせなど)	8/24(土) 14:00~14:20	乳幼児と父親	直接会場へ

■のびすく宮城野 ☎352・9813、FAX352・9812

内容	日時	対象	受付
グループ相談「離乳食について聞いてみよう!」	8/27(水) 10:30~11:30	乳幼児と保護者10組(先着)	8/13 9:00~
おはなしジャンプ(絵本の読み聞かせや手遊びなど)	8/28(木) 10:30~11:00	どなたでも	直接会場へ

■のびすく若林 ☎282・1516、FAX282・1609

内容	日時	対象	受付
絵本とわらべ歌	8/28(木) 11:00~11:30	乳幼児と保護者	直接会場へ
8月生まれのお誕生会	8/30(金) 10:30~11:00	8月に1~3歳の誕生日を迎える乳幼児と保護者	直接会場へ

■のびすく長町南 ☎399・7705、FAX399・7706

内容	日時	対象	受付
8月生まれのお誕生会	8/23(金) 10:30~11:30	8月生まれの乳幼児と保護者20組(先着)	8/16 9:30~
けやきサロン(子どもを遊ばせながら母親同士でお話します)	8/20(水) 10:30~11:30	発達に不安を抱えている乳幼児と母親8組(先着)	8/12 9:30~

■のびすく泉中央 ☎772・7341、FAX375・0671

内容	日時	対象	受付
育ちの楽校「小児科の先生に聞いてみよう」(子どもの病気やその対応、事故予防について)	8/20(水) 10:30~12:00	乳幼児の保護者16人(先着)(子どもと一緒に参加も可)	8/6 10:00~
おはなしの森(絵本の読み聞かせ)	8/27(水) 11:00~11:30	乳幼児と保護者	直接会場へ

※いずれも申・問電話または直接施設へ