

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

老人福祉センター 「趣味の教室」受講生募集 4月開講 受講期間は令和5年3月まで (☆印の教室は9月まで)

- 市内にお住まいの60歳以上の方が対象 ●教材費等は実費負担
- 往復はがきでの応募は、はがき1通につき①1人3講座まで②～⑦1人1講座 ●申し込み多数のときは抽選(新規申込者優先)
- 祝休日や休館日等により、日時が変更になる場合有り

①亀岡老人福祉センター ☎225・2811 (〒980-0865青葉区川内亀岡町62-2)

教室名	日時	定員
舞踊(千歳流)	第1～4水 13:00～15:00	30人
ヨーガ	第1・3土 13:00～15:00	30人
健康リハビリ運動	第2・4水 10:00～12:00	30人
初級ダンス	第1・2・4火 13:00～15:00	男女各15人
ペタンク	第1～4火(10月まで) 10:00～12:00	20人
川柳	第4水 13:00～15:00	15人
かんたん太極拳	第1～4木 13:00～15:00	30人
民謡	第2・4火 10:30～12:00	30人
カラオケⅠ	第1～4木 10:00～12:00	30人
カラオケⅡ	第1～4金 10:00～12:00	30人
詩吟(瑞祥流)	第1～4木 13:00～15:00	20人

申往復はがきに希望教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別と初級ダンスは性別も記入して3月15日(必着)までにセンターへ

②大野田老人福祉センター ☎247・1005 (〒982-0014太白区大野田5-23-5)

教室名等	日時	定員
絵手紙教室	午前 第2水 10:00～12:00 午後 第2水 13:00～15:00	25人
初心者から経験者までの俳句教室	第3木 13:00～15:00	20人
六和功教室	第1・3火、第2金 10:00～11:30	50人
フラワーアレンジメント教室	第3水 10:00～11:30	30人
民謡教室	第2・4土 10:00～12:00	30人
謡曲教室(喜多流)	第2・4木 10:00～11:30	20人
ポーセラーツ&グラスアート教室(クラフトデザイン)	第3木 10:00～11:30	20人
茶道教室	第2土 10:30～12:00	8人
燗(あつぎ)匠教室(エフササイズ)	第2・4日 10:00～11:00	20人

申往復はがきに希望教室名(絵手紙教室は午前、午後のいずれかも記入)、住所、氏名、性別、年齢、電話番号、新規・継続の別を記入して3月15日(必着)までにセンターへ

③郡山老人福祉センター ☎308・5332 (〒982-0003太白区郡山字行新田9-5)

教室名	日時	定員
ヨーガ	第1・3火 10:00～12:00	12人
健康太極拳	第1・3木 13:30～15:00	12人
編み物	第2・4木 13:00～15:00	8人
絵手紙	第3金 13:00～15:00	8人
頭の健康教室	毎週金(8月まで) 9:40～12:00の30分	10人

申往復はがきに希望教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別を記入して3月15日(必着)までにセンターへ。はがき持参で直接センターも可

④小鶴老人福祉センター ☎236・4171 (〒983-0032宮城野区仙石2-1)

教室名	日時	定員
社交ダンス教室	毎週土 13:00～15:00	男女各10人
舞踊教室	毎週水 10:00～12:00	10人
六和功教室	第1・3木 13:00～14:30	10人
箏教室(生田流)	第2・4木 10:00～12:00	10人
華道教室(仙昇池坊)	第1・3金 10:00～12:00	10人
詩吟教室(国風流)	第1・3金 10:00～12:00	10人

申往復はがきに希望教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別を記入して3月15日(必着)までにセンターへ。はがき持参で直接センターも可

⑤高砂老人福祉センター ☎259・7860 (〒983-0014宮城野区高砂1-24-9)

教室名	日時	定員
詩吟	毎週火 9:30～11:30	15人
気功	毎週水 10:00～11:30	30人
大正琴	毎週木 10:00～12:00	10人
ダンス初心者クラス	毎週土 10:00～12:00	20人
舞踊	毎週木 13:00～15:00	20人
民謡	第1・3金 13:30～15:00	20人

申往復はがきに希望教室名、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別とダンス初心者クラスは性別も記入して3月18日(必着)までにセンターへ。はがき持参で直接センターも可

⑥沖野老人福祉センター ☎282・0531 (〒984-0831若林区沖野7-34-43)

教室名	日時	定員
詩吟(瑞祥流)	第1～3火 13:00～15:30	8人
華道(池坊)	第1・3水 10:00～12:00	16人
抹茶(裏千家)	第1・3水 10:00～12:00	6人
民謡	第1・3水 13:30～15:30	32人
アート組ひも	第1・3木 10:00～12:00	15人
俳句	第2金 9:30～12:00	20人
舞踊(松若流)	第1～3金 13:00～15:30	15人
編物(1)	第1・3金 13:00～15:00	16人
編物(2)	第2・4金 13:00～15:00	16人
六和功	第2・4土 10:00～11:30	40人

申往復はがきに希望教室名(編物教室は(1)、(2)のいずれかも記入)、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別を記入して3月15日(必着)までにセンターへ。はがき持参で直接センターも可

⑦泉中央老人福祉センター ☎373・1285 (〒981-3131泉区七北田字菅間38)

教室名	日時	定員
イスヨガ教室	4月・7月・10月・1月の最終月曜日 13:00～14:00	20人
☆マジック教室	第2・4金 10:00～12:00	6人
☆ラウンドダンス教室	第1・3金 13:00～15:00	15人
☆フラダンス教室	第1・3木 10:00～12:00	15人
英語に親しもう教室	第4土(12月まで) 10:00～11:00	20人
☆編物教室	第2・4月 10:00～12:00	7人
☆水彩画教室	第2・4火 10:00～12:00	7人
介護予防事業さくら組	第1・3金(4/15から3/3まで) 10:00～12:00	20人
嬉楽嬉楽元氣塾 すみれ組	第2・4金(4/22から2/24まで) 10:00～12:00	20人
手作り布草履教室	5/11(休)・25(休)、6/8(休) 10:00～12:00	7人

申往復はがきに希望教室名(嬉楽嬉楽元氣塾はさくら組、すみれ組のいずれかも記入)、住所、氏名、年齢、電話番号、新規・継続の別を記入して3月15日(必着)までにセンターへ。はがき持参で直接センターも可

お知らせの見方は10ページ参照。ファクス番号が未掲載の場合は、広報課FAX211・1921へお問い合わせください

無料相談会
●日時 3月16日(休)午前9時半～11時半(1人30分程度)
●内容 行政書士等による成年後見制度、遺産相続、遺言書の書き方等の個別相談 申電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で3月15日までに頭の体操「生き生き楽習教室」
●日時 4月1日～8月26日の毎週金曜日(各全19回。4月29日、5月6日、8月12日を除く) 午前10時20分～10時55分、午前11時～11時35分 ●内容 脳の健康維持のための会話や読み書き等 ●対象 市内にお住まいのおおむね60歳以上の方各5人(抽選) ●費用 月額各3100円(テキスト代含む)
申往復はがきに申込時の必要事項と年齢、参加希望時間を記入して3月15日(必着)までに無料映画上映会
●日時 4月24日(日)午前10時～正午 ●上映映画 「4分の1の奇跡」 ●対象 市内にお住まいかお勤めの方30人(先着) 申3月24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。直接施設も可
※いずれも申・問泉社会福祉センター(〒981-3131泉区七北田字道48-12 ☎372・7848、FAX372・8969)

泉社会福祉センターの催し

健康増進センターの催し
いずみ・シニアステップアップ運動教室
●日時 ①3月17日 ②4月7日 ③4月14日各木曜日午前9時半～10時半、午前11時半～午後0時半 ●内容 リズム体操などの運動 ●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各26人(先着)
●費用 各510円 申①3月11日 ②③3月25日午前9時から電話
いずみ・シニア元気あつぷ運動教室
●日時 4月19日～6月14日の毎週火曜日(全8回。5月3日を除く) 午前9時半～10時半、午前11時半～午後0時半 ●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方各26人(抽選)
●費用 各4080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参加希望時間、年齢を記入して3月29日(必着)までに。直接施設も可
※いずれも●持ち物 運動着・屋内用運動靴・外靴入れ・タオル・飲み物 申・問健康増進センター(〒981-3133泉区泉中央24-1 ☎374・6661、FAX374・6664、Eメール shpc@oubo.road.ocn.ne.jp)

健康増進センターの催し

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。催しの内容など詳しくは各センターへお問い合わせください

■台原老人福祉センター ☎233・3901、FAX233・4248

催し名等	日時	定員	受付
①相続・遺言等行政書士相談会(1人30分)	3/16(休) 13:00～16:00	12人(先着)	3/8 10:00～
②頭の体操倶楽部(認知症予防のための読み書きや計算(1人30分))	4月～8月の水曜日(全15回) 9:50～11:40	10人(先着)	3/9 10:00～

●費用＝②月3,000円 ●持ち物＝②筆記用具 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
デイサービスボランティア講座(①講義②ボランティア体験)	①3/15(休)・25(金) 13:30～16:00 ②3/18(金)・19(土) 10:00～12:00(全4回)	10人(抽選)

申電話で3月11日までに。直接施設も可

■大野田老人福祉センター ☎・FAX247・1005

催し名等	日時	定員	受付
骨・カルシウムセミナー(骨の仕組みとカルシウムの役割について学びます)	3/15(休) 13:00～14:30	30人(先着)	3/6 9:30～

申電話または直接施設へ

仙台市健康福祉事業団の催し

講座名	日時	内容等	定員
介護1日講座	4/12(火) 10:00～15:00	「実習を通して学ぶ 安心・安全な食事介助のポイント」「上手に食べて元気に低栄養予防!」	30人(先着)
テーマ別介護講座	4/14(木) 13:30～15:30	「介護に役立つ薬の知識」	50人(先着)
認知症を理解する	4/21(木) 13:30～15:30	「演劇で学ぶ! 認知症の人との接し方と本人・家族の支援」(認知症サポーター養成講座を兼ねる。テキスト代105円)	30人(先着)

申3月7日9:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と希望講座名を記入)で

②シニア元気あつぷ運動教室

期間(各全8回)	コース名/開始時刻(各60分)	
4/11～6/13の毎週月曜日(5/2・16を除く)	Aコース/9:30	Bコース/11:15
4/5～6/14の毎週火曜日(4/19、5/3・17を除く)	Cコース/9:30	Dコース/11:15
4/6～6/8の毎週水曜日(4/20、5/4を除く)	Eコース/12:45	Fコース/14:30
4/8～6/10の毎週金曜日(4/29、5/6を除く)	Gコース/13:15	Hコース/15:00

●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方各コース25人(抽選)(申し込み人数が10人未満の場合は実施しません) ●費用＝各コース4,080円 申電話またははがき、ファクス(申込時の必要事項と年齢、希望コース名を記入)で3月10日(必着)までに。直接施設も可

※いずれも●会場＝シルバーセンター 申・問仙台市健康福祉事業団(〒980-0013青葉区花京院1-3-2 ☎215・3711、FAX215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com ☎215・3194、FAX215・3225)