

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

■亀岡老人福祉センター☎・FAX225・2811

| 催し名等 | 日時 | 定員 | 受付 |
|------------------------------|---------------------|---------|-----------|
| うたごえ喫茶(昭和歌謡・唱歌・フォークソングを歌います) | 9/29(金) 10:00~11:40 | 30人(先着) | 9/6 9:00~ |

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)

| 催し名等 | 日時 | 定員 | 受付 |
|--|---------------------------------|----------|----------|
| ①シニアくらしアップ講座(はじめてのスマホ体験教室(スマートフォンの基本操作を学びます)) | 9/26(木) 10:00~12:00、13:00~15:00 | 各15人(抽選) | 9/15(必着) |
| ②eスポーツ体験(eスポーツ(電子機器を用いたスポーツ競技)やフレイル予防に役立つアプリなどの体験) | 10/5(木) 10:30~12:00 | 20人(抽選) | 9/28までに |

●①の参加時間は老人福祉センターで決定します
申①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郵送または持参②電話または直接施設へ

■小鶴老人福祉センター☎・FAX236・4171

| 催し名等 | 日時 | 定員 | 受付 |
|----------------------------------|---------------------|---------|-----------|
| 飛天の舞(花言葉で健康に(花のように舞う中国武術を体験します)) | 9/29(金) 13:30~15:00 | 20人(先着) | 9/7 9:30~ |

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 | 日時 | 定員 | 受付 |
|-------------------|---|---------|---------|
| 気軽にできる「初心者卓球ミニ教室」 | 10/12(木)・26(木)、11/9(木)・23(木)、12/7(木)・21(木)(全6回) | 10人(抽選) | 9/23までに |

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 |
|-----------------------------------|---------------------|---------|-----------|
| 六郷交番講話(交通安全、特殊詐欺の手口や被害防止策などを学びます) | 9/26(木) 13:30~15:00 | 20人(先着) | 9/6 9:30~ |

●会場=六郷市民センター 申電話で

■郡山老人福祉センター☎308・5332、FAX308・5334

| 催し名 | 日時 | 定員 | 受付 |
|----------------------|----------------------|---------|---------|
| ノルディックウォーキングを体験してみよう | 9/15・22・29 各金曜日(全3回) | 15人(抽選) | 9/13までに |

申電話またはファクス(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

■泉中央老人福祉センター☎・FAX373・1285

| 催し名 | 日時 | 定員 | 受付 |
|-------------------------|-----------------------------|---------|-----------|
| 行政書士無料相談会(相続・遺言書・後見制度等) | 10/12(木) 10:00~12:00(1人30分) | 10人(先着) | 9/7 9:30~ |

申電話または直接施設へ

| 10/21(土) | | 10/7(土) | | 日時 | 内容 | 対象 |
|--|-------------|-------------|-----------------|----|----|----|
| 13:30~15:30 | 10:00~11:30 | 13:30~15:30 | 10:00~11:30 | | | |
| パ④ルバス教室 | ③ポッチャ教室 | ②アーチェリー教室 | ①サウンドドレーブルテニス教室 | | | |
| 市内にお住まいの①視覚障害のある方10人 ②身体障害のある方(家族・支援者も可)10人 ③④障害のある方各15人(いずれも抽選) | | | | | | |

障害のある方のスポーツ教室

●会場=元気ワールド仙台
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、参加希望内容を記入)で①10月4日②9月29日③④10月18日までに仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX236・8691、Eメール:info@sendai-ds.jp

●障害者健康指導教室「3B体操でより健康に」
あわせユニ」
●日時=10月14日(土)午前10時半~正午 ●会場=若林障害者福祉センター ●内容=ボール等の用具を使い、音楽に合わせた体操を行います ●対象=

市内にお住まいの障害のある方・難病の方15人(抽選)。付き添い可 申市役所本庁舎2階市政情報センター、仙台市障害者福祉協会等で配布する申込用紙で10月5日(必着)までに。電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項を記入)での申し込みも可 申・問仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294、FAX266・0292、Eメール:shakaisanka@shinsyou-sendai.or.jp

●日時=10月1日(日)午後1時~3時 ●会場=シルバーセンター

●日時=9月10日(日)午前10時半~午後1時 ●会場=若林障害者福祉センター ●内容=障害者福祉センターの事業紹介や小物作り体験、飲食物の出店など

●日時=9月10日(日)午前9時半~午後1時 ●会場=宮城野障害者福祉センター ●内容=コロンサートや福祉体験コーナー、飲食物の出店など 問宮城野障害者福祉センター ☎292・8474、FAX292・8476

問若林障害者福祉センター ☎294・0450、FAX285・2430

●日時=9月10日(日)午前9時半~午後1時 ●会場=宮城野障害者福祉センター ●内容=コロンサートや福祉体験コーナー、飲食物の出店など 問宮城野障害者福祉センター ☎292・8474、FAX292・8476

旬の香り市
●日時=9月27日(水)午前9時半~午後3時 ●会場=勾当台公園 ●内容=季節の野菜や農産加工品の販売 問農政企画課 ☎214・8266

●日時=9月30日(土)午前11時半~正午、午後1時半~2時 ●会場=せんだいメディアテーク ●内容=ボランティアグループ「まほうの手」による、手話を使った絵本の読み聞かせや遊びなど ●対象=幼児~小学校低学年各20人(先着) ●直接会場へ 問市民図書館 ☎261・1585、FAX213・3524

●日時=10月7日(土)午前10時~11時半 ●会場=泉図書館 ●内容=「泉おはなしの会」による大人向けの素話等 ●対象=18歳以上の方30人程度(先着) ●直接会場へ 問泉図書館 ☎375・6161

読み聞かせボランティアステッピングアップ講座
●日時=10月17日・31日、11月7日・14日各火曜日(全4回) 午前10時~正午 ●会場=せんだいメディアテーク ●内容=絵本の読み方、紙芝居の演じ方を学びます ●対象=市内の小学校や児童館等で子どもに向けた読み聞かせの活動をしている方30人(抽選) ●講師=読み語り塾「やまがっこう」代表・鶴飼信好氏 申往復はがき

| 9/9(土) | | 日時 | 内容等 | 対象会場 |
|---------------|------------------------------|----|---------------------------|----------------------|
| 10:30~11:30 | 9:00~12:00 | | | |
| 昆虫を採集して観察します | ミニイベント「とあそぼう」(レンジャーと昆虫を観察して) | | 育樹会市民植樹会(除草など) ※上記時間内参加自由 | 宮城野区岡田字砂原(海岸公園野球場南側) |
| 育樹会参加者15人(先着) | | | | |

●持ち物=帽子・長袖・長ズボン・作業用手袋・飲み物 ●直接会場へ 問海岸公園センターハウス ☎288・4021

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=①9月21日・28日②10月5日・12日各木曜日9:30~10:30、11:30~12:30 ●内容=リズム体操や筋力トレーニングなどの運動実技 ●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各35人(先着) ●費用=各510円 申①9月15日②9月29日9:00から電話で

■いずみ・シニア元気あつぷ運動教室
●日時=10月17日~12月12日の毎週火曜日(全8回。11月21日を除く)9:30~10:30、11:30~12:30 ●内容=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65歳以上の運動可能な方各33人(抽選) ●費用=各4,080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9月27日(必着)までに。直接施設も可

■いずみ・いきいき健康セミナー
●日時=10月20日・27日、11月10日・17日各金曜日(全4回)10:00~11:30 ●内容=認知機能低下予防に関する講話と運動実技 ●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20人(抽選) ●費用=2,040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10月5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、FAX374・6664、Eメールshpc-oubo@road.ocn.ne.jp)

に申込時の必要事項と読み聞かせの活動場所を記入して9月26日(必着)までに。仙台市図書館ホームページからも申し込みます 申・問泉図書館(〒981-3133泉区泉中央1-8-6☎375・6161)

市民育樹祭
●日時=10月14日(土)午前10時~正午 ●会場=坪沼市有林(太白区坪沼字大八上1-1地内) ●内容=クヌギ等の育樹作業など ●対象=市内にお住まいの方50人(先着)。小学生以下は保護者同伴 ●市役所本庁舎前から送迎バスを運行(要予約)。現地集合も可 申9月8日午前9時から電話で農林土木課 ☎214・8264

仙台市健康福祉事業団の催し
①はつらつ健康フェスティバル
●日時=9月23日(祝)10:00~13:00 ●会場=本山製作所青葉アリーナ(青葉体育館) ●内容=体操や各種ダンスの発表など

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) | |
|---------------------------------|-----------------|------------|
| 10/2~12/4の毎週月曜日(10/9、11/20を除く) | Aコース/9:30 | Bコース/11:15 |
| 10/3~12/5の毎週火曜日(10/17、11/21を除く) | Cコース/9:30 | Dコース/11:15 |
| 10/4~12/6の毎週水曜日(10/18、11/22を除く) | Eコース/12:45 | Fコース/14:30 |
| 10/6~12/1の毎週金曜日(11/3を除く) | Gコース/13:15 | Hコース/15:00 |

●会場=シルバーセンター ●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65歳以上の運動可能な方各コース33人(抽選) ●費用=各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希望コース名、年齢を記入)で9月11日(必着)までに。直接施設も可

③「福祉用具の日」&「介護の日」記念イベント

| 日時 | 講座名 | 定員 |
|----------------------|---|----------|
| 10/19(木) 10:30~12:00 | 高齢者に多い疾患と福祉用具の活用について | 50人(先着) |
| 13:00~14:30 | 記念講演会「聞いてみたい! 江戸時代の生活と介護-人生100年時代を素敵に生きる知恵」 | 150人(先着) |

●会場=シルバーセンター 申9月6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

申・問仙台市健康福祉事業団(〒980-0013青葉区花京院1-3-2①②☎215・3194、FAX215・3225③☎215・3711、FAX215・3718、Eメールsenkaigo@nifty.com)