

# スポーツ情報

## ◆第14回仙台リレーマラソン

| 日時                | 距離/部門                           | 対象等   | 定員             | 費用           |
|-------------------|---------------------------------|---|----------------|--------------|
| 11/9(土)<br>8:50~  | 42.195km/男子(イ)女子(ウ)職場対抗(マ)マスタース | 独力で1.4km走れる3~20人で構成されたチーム(ア)高校生以上(ウ)高校生以上で同じ職場や学校等のメンバー(ク)全員満50歳以上) | 250チーム(先着)     | 1人<br>1,800円 |
|                   | キッズラン                           | 200mを走れる未就学児。1人で走るのが困難な場合は保護者の並走も可<br>●参加賞あり                        | 100人(先着)       | —            |
| 11/10(日)<br>9:00~ | 42.195km/ミックス(男女混合)             | 独力で1.4km走れる小学生以上3~20人(男女混成、高校生以上を1人以上)で構成されたチーム                     | 250チーム(先着)     | 1人<br>1,800円 |
|                   | 10km/小学生(イ)中学生(ウ)ファミリー          | 独力で1.4km走れる4~7人で構成されたチーム(ア)は7人。(ウ)は子どもが小・中学生の親子を1組以上含む)             | 1チーム<br>5,000円 | —            |
|                   | 10km/一般(イ)男子(ウ)女子(ク)ミックス        | 独力で1.4km走れる高校生以上2~7人(ウ)は男女混成)で構成されたチーム                              | 1チーム<br>7,000円 | —            |

## ◆スポーツ教室

※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

申込方法— a: 電話で b: 直接窓口へ c: 費用を添えて直接窓口へ d: 往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して施設へ郵送 e: はがき持参で直接施設へ f: ホームページで

| 施設名等  | 教室名等(対象)                        | 日時   | 定員       | 費用                     | 受付             | 申込方法                          |
|---|---------------------------------|--|----------|------------------------|----------------|-------------------------------|
| 青葉区<br>本山製作所青葉アリーナ(青葉体育館)<br>☎717・1191  | 四季を感じよう!<br>※ウオーキング(一般)         | 9/7  | 12人(先着)  | 200円                   | 8/24<br>13:00~ | a・b                           |
| 青葉区<br>仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬<br>☎392・5340   | 小学生<br>エアートランポリン教室(小学生)         | 9/16・29<br>(2回)                                | 10人(先着)  | 1,660円                 | 8/26<br>10:00~ | a・b                           |
| 青葉区<br>川内庭球場<br>☎216・3861   | 親子テニス(秋)<br>(小学生と保護者)           | 9/8  | 15組(先着)  | 1組<br>1,500円           | 8/6<br>10:00~  | a・b                           |
| 青葉区<br>IAAC葛岡ウォーターパーク(葛岡温水プール)<br>☎277・8598   | 定期制 平泳ぎ教室<br>(高校生以上)            | 9/3~10/22<br>(7回)                              | 10人(先着)  | 9,800円                 | 8/6<br>10:00~  | a・b                           |
| 宮城野区<br>元気フィールド仙台<br>☎231・1221<br>ホームページ <a href="https://www.spf-sendai.jp/genki/">https://www.spf-sendai.jp/genki/</a>        | キッズダンス<br>(小学生)                 | 9/18~11/13<br>11/16(発表会)<br>(10回)              | 20人(先着)  | 7,000円                 | 8/14<br>9:00~  | b・f                           |
| 宮城野区<br>出花体育館<br>☎786・3446<br>ホームページ <a href="https://www.spf-sendai.jp/ideka/">https://www.spf-sendai.jp/ideka/</a>            | スマイルピラティス<br>(一般)               | 9/11~10/30<br>(8回)                             | 30人(抽選)  | 5,600円                 | 8/15<br>まで     | b・f                           |
| 若林区<br>若林体育館<br>☎236・0011<br>ホームページ <a href="https://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/">https://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/</a> | ダンススクール2期<br>(小学生)              | 9/5~11/14<br>(10回)                             | 20人(先着)  | 7,500円                 | 8/15<br>9:00~  | b・f                           |
| 若林区<br>海岸公園パークゴルフ場<br>☎288・0390<br>〒984-0033 若林区荒浜字川向10   | 初心者パークゴルフ教室<br>(18歳以上の初心者の方)    | 8/27   | 20人(抽選)  | 500円                   | 8/13<br>(必着)   | はがきに <b>申込時の必要事項</b> と利き手を記入で |
| 太白区<br>秋保体育館<br>☎399・2757   | ノルディックウオーキング<br>(初心者・一般)        | 9/23   | 20人(先着)  | 1,000円                 | 8/10<br>10:00~ | a・b                           |
| 泉区<br>泉総合運動場<br>☎372・1019<br>ホームページ <a href="https://www.spf-sendai.jp/igm/">https://www.spf-sendai.jp/igm/</a>                 | 男女混合バレーボール大会<br>(18歳以上の男女混合チーム) | 9/29   | 8チーム(先着) | 7,000円                 | 8/29<br>9:00~  | b・f                           |
| 泉区<br>根白石温水プール<br>☎376・5124   | アクアビクス<br>(一般)                  | (ア)9/2・9・30<br>(3回)<br>(イ)9/6・13・20・27<br>(4回) | 各15人(先着) | (ア)2,890円<br>(イ)3,850円 | 8/8<br>10:00~  | a・b                           |
| 泉区<br>七北田公園体育館<br>☎375・9914   | ベビーマッサージ教室<br>(乳児と母親)           | 9/5  | 12組(先着)  | 1組500円                 | 8/28<br>10:00~ | a・b                           |

●各施設の催しについては、仙台市スポーツ振興事業団ホームページ (<https://www.spf-sendai.jp/>) もご覧ください  
●スポーツ施設の利用などスポーツ全般の相談は、電話または直接スポーツナビゲーションセンターせんだい(弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場)内) 宮城野区宮城野2-11-6 ☎215・3233まで ※開設時間は9:00~19:00

●会場=弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場)ほか ●内容=1周1.4kmのコースで、たすきをリレーして走るチーム戦 ●競技内容等詳しくは、8月20日から市役所本庁舎2階市政情報センター、市スポーツ施設で配布する募集要項や、ホームページ<https://www.spf-sendai.jp/event/relay/>をご覧ください 申8月27日9:00から直接仙台市スポーツ振興事業団窓口(弘進ゴム アスリートパーク仙台内)へ。ホームページからも申し込みます 問仙台リレーマラソン実行委員会事務局(仙台市スポーツ振興事業団内) ☎297・1321

元氣まつり  
●日時=9月8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=コナンサーや福祉体験コーナー、

## 2024 レインボーフェスタin若林

| 日時                  | 内容  | 対象  |
|---------------------|---|---|
| 8/28(水) 10:00~16:00 | ファイナンシャル・プランナーによる、親亡き後を見据えた将来の生活設計等に関する<br>①学習会②③個別相談 | 市内にお住まいで、ひきこもり状態にある方や障害のある方の家族<br>①20人②③各6組(いずれも先着) |
| 8/27(火) 13:00~15:00 | 市内にお住まいで、ひきこもり状態にある方や障害のある方の家族<br>①20人②③各6組(いずれも先着)   | 市内にお住まいで、ひきこもり状態にある方や障害のある方の家族<br>①20人②③各6組(いずれも先着) |

ひきこもりや障害のある方の家族向け学習会・相談

令和7年度入学仙台市立南小泉中学校夜間中学入学説明会  
●日時=9月10日(火)午後5時~7時 ●会場=仙台市立南小泉中学校 ●内容=夜間中学の概要、入学までの流れ、申込方法等について ●対象=令和7年度に入学を希望する方とその関係者 ●希望する方には別日に個別相談も行います。詳しくはお問い合わせください 申電話で8月30日までに。市ホームページからも申し込みます 申・問教育指導課 ☎214・8875

高等学校開放講座「自動で走るロボットを作ろう」  
●日時=10月5日(土)・12日(土)(全2回) 午前9時~正午 ●会場=仙台市立南小泉中学校 ●対象=市内にお住まいか通学している小学4~6年生10人(抽選)。要保護者同伴 ●制作したロボットの持ち帰りはできません 申往復はがきに**申込時の必要事項**と学年を記入して8月31日までに 申・問仙台市立南小泉中学校夜間中学入学説明会 ☎214・8875

## 仙台市健康福祉事業団の催し

- いきいき健幸セミナー**  
●日時=9月5日~26日の毎週木曜日(全4回) 13:30~15:00 ●会場=みやぎ生協西多賀店(太白区西多賀3-1-1) ●内容=介護予防・認知機能低下予防のための講話と運動実技 ●対象=市内にお住まいかお勤めの運動可能な65歳以上の方10人 [抽選] ●費用=1,200円 申はがきまたはファクスに**申込時の必要事項**と年齢を記入して8月19日までに
- フレイルサポーター養成研修会**  
●日時=9月9日(月)10:00~16:00、9月13日(金)13:30~16:00(全2回) ●会場=健康増進センター ●内容=フレイルやフレイル予防についての講義、フレイルチェックにおける測定方法の習得と演習 ●対象=フレイルサポーターとしての活動を希望するお勤め65歳以上の方20人 [先着] ●10月11日(金)にフレイル測定会での活動を予定しています 申8月7日10:00から電話で
- 介護講座**

| 講座名      | 日時                  | 内容等   | 定員      |
|----------|---------------------|---|---------|
| テーマ別介護講座 | 9/10(水) 13:30~15:30 | 「今日から始める 口腔ケアの基礎知識」   | 30人(先着) |
| 認知症を理解する | 9/19(木) 10:00~14:30 | 「認知症に関する医学知識」「認知症の人との接し方と本人・家族の支援一認知症を学び、みんなで考える」<br>●費用=121円 | 50人(先着) |

●会場=北四番丁ステーションビル8階(青葉区二日町14-4) 申8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講座名を記入)で

申・問 仙台市健康福祉事業団(〒980-0802青葉区二日町14-4北四番丁ステーションビル①②☎215・3194、FAX215・3225☎215・3711、FAX215・3718、Eメールsenkaigo@nifty.com)

## 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=①8月22日・29日②9月5日・12日各木曜日(ア)9:30~10:30(イ)10:30~11:30(ウ)11:30~12:30 ●会場=健康増進センター ●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運動可能なお勤め60歳以上の方(ア)各回35人(イ)各回20人 [先着] ●費用=各510円 申①8月9日②8月30日9:00から電話で
- 放置しないで! 健診結果をいかして健康づくり**  
●日時=9月14日(土)10:00~12:00 ●会場=健康増進センター ●内容=健康診断結果や生活習慣を振り返りながら健康づくりのポイントを学ぶ講話と運動実技 ●対象=市内にお住まいか通学・通学している18歳以上の方25人 [先着] ●費用=510円 申8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年齢を記入)で。直接施設も可
- 視覚障害のある方の転倒予防運動教室**  
●日時=9月25日(水)14:00~15:30 ●会場=太白区中央市民センター ●内容=リズム体操や筋力トレーニングなど椅子に座ってできる運動 ●対象=市内にお住まいか通学・通所している、視覚障害があり運動可能な16歳以上の方(家族・支援者も可)15人 [先着] 申8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年齢、付き添いの有無と人数を記入)で。直接施設も可

いずみ・いきいき健幸セミナー  
●日時=10月4日~25日の毎週金曜日(全4回) 10:00~11:30 ●会場=健康増進センター ●内容=認知機能低下予防のための栄養等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運動可能な65歳以上の方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9月13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)