

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8年3月まで

- 市内にお住まいの60歳以上の方が対象 ●教材費などは実費負担
- 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
- ②～⑥1人1講座 ●申し込み多数のときは抽選(新規申込者優先)
- 祝休日や休館日などにより、日時が変更になる場合あり

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
筆ペン写経自習倶楽部	第2・4月 10:00～11:40	15人
ペタンク	第1～4火(11～2月休講) 10:00～11:40	30人
初級ダンス	第1・2・4火 13:00～14:40	30人
民謡	第2・4火 10:30～11:40	30人
心・体・脳力アップ元気サロン	第1水 10:00～11:40	30人
舞踊(千歳流)	第1～4水 13:00～14:40	30人
健康リハビリ運動	第2・4水 10:00～11:40	30人
川柳	第4水 13:00～14:40	15人
カラオケⅠ	第1～4木 10:00～11:40	30人
カラオケⅡ	第1～4金 10:00～11:40	30人
かんたん太極拳	第1～4木 13:00～14:40	30人
詩吟(瑞祥流)	第1～4木 13:00～14:40	15人
セルフヒーリング倶楽部	第1・3土 10:00～11:40	15人
ヨーガ	第1・3土 13:00～14:40	30人
やさしい健身気功	第2・4土 13:00～14:40	30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。はがき持参で直接センターも可

②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
舞踊(朝陽新日本舞踊)	毎週水 10:00～12:00	5人
六和功	第1・3木 13:00～14:30	10人
箏(生田流)	第2・4木 10:00～12:00	5人
詩吟(国風流)	第1・3金 10:00～12:00	10人
三味線(新派藤本流)	第1・3金 13:00～15:00	5人
華道(仙昇池坊)	第4金 10:00～11:00	10人
シニアエクサダンス	毎週土 13:00～15:00	男女各5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14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

③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
六和功	火曜 第1・3火 10:00～11:30	25人
	金曜 第2・4金 10:00～11:30	25人
絵手紙	午前 第2水 10:00～12:00	28人
	午後 第2水 13:00～15:00	28人
フラワーアレンジメント	午前 第3水 10:00～11:30	30人
	午後 第3水 13:00～14:30	30人
謡曲(喜多流)	第2・4木 10:00～11:30	18人
茶道	はじめの一步(1) 第2土 10:00～11:00	8人
	はじめの一步(2) 第2土 11:30～12:30	8人
民謡	第2・4土 10:00～12:00	35人

申往復はがきに希望教室名(六和功は曜日、絵手紙・フラワーアレンジメントは午前・午後、茶道は(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14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
民謡	第1・3火 13:30～15:30	32人
華道(池坊)	第1・3水 10:00～12:00	20人
抹茶(裏千家)	第2・4水 10:00～12:00	10人
アート組ひも	第1・3木 10:00～12:00	15人
舞踊(若松流)	第1～3金 13:00～15:30	15人
箏(1)	第1・3金 13:00～15:00	16人
箏(2)	第2・4金 13:00～15:00	16人
俳句	第2金 9:40～12:00	20人
六和功	第2・4土 10:00～12:00	40人

申往復はがきに希望教室名(箏物は(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

⑤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	15人
太極拳	第1・3木 13:30～15:00	12人
フラダンス	第2・4木 10:00～12:00	10人
編み物	第2・4木 13:00～15:00	5人
絵手紙	第3金 13:00～15:00	12人
頭の健康	毎週金(8月まで) 9:40～12:00の30分	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・継続の別を記入して3月14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泉中央老人福祉センター

☎373・1285 (〒981-3131泉区七北田字音間38)

教室名等	日時	定員
編物	第2・4月(12月まで) 10:00～11:30	10人
ピラティス	月組 第1または第2月(5/12～12/1)	20人
	星組 第3または第4月(5/19～12/15)	20人
いずみの歴史探訪	第3火(6/17～12/16)	20人
水彩画	第2・4水(4/23～9/24)	10人
フラダンス	第1・3木(9月まで) 10:00～11:30	20人
はじめての切り絵	第1・3木(5/15～9/18)	10人
介護予防元気体操	第2・4木(6/12～12/11)	30人
初心者のためのマジック	第1・3金(4/18～9/19)	10人
ラウンドダンス	第1・3金(4/18～9/19) 13:00～14:45	20人
介護予防キラキラくらぶ	さくら組 第1・3金(4/18～3/6)	30人
	すみれ組 第2・4金(4/25～3/13)	30人
英語に親しもう ●会場＝泉社会福祉センター	第3または第4土(12月まで) 10:00～11:30	40人

申往復はがきに希望教室名(ピラティスは月組・星組、介護予防キラキラくらぶはさくら組・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14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

シニアのためのIT講座2025

市内にお住まいかお勤めの60歳以上の方が対象です

●定員＝各12人(いずれも抽選)

(1)スマホ・タブレット講座(検索、LINE、地図、写真などの操作)

講習番号	日時	会場	費用
◆スマホ体験	4/1	台原老人福祉センター	各1,500円
☆iPhone体験	4/2		
◆OT-01タブレット入門	4/23・24	大野田老人福祉センター	各3,000円
MS-05LINEスタンプ作成	5/12・13	せんだいメディアテーク	
DS-03入門	5/20・21	台原老人福祉センター	1,500円
DS-04LINE	6/4		
MS-11アプリマップ(写真マッピング)	6/10・11	せんだいメディアテーク	3,000円

●◆はAndroid端末、☆はiPhoneを使用 ●原則、端末を持参(Android端末は貸し出し可)

(2)パソコン超初心者講座(キーボード入力から始めます)

講習番号	日時	会場	費用
DP-01	4/3・4	13:00～16:00	台原老人福祉センター 3,000円

(3)インターネット講座(情報検索やメール操作)

講習番号	日時	会場	費用
MI-01	4/7・8	13:30～16:30	せんだいメディアテーク 3,000円

(4)アニメ講座(ナレーション付き鯉のぼりアニメ作成)

講習番号	日時	会場	費用
DM-01アニメ	4/10・11	9:30～12:30	台原老人福祉センター 3,000円

(5)パソコン入門講座(文字入力ができる方、基礎から学びます)

講習番号	日時	会場	費用
DN-01	4/15・16	13:00～16:00	台原老人福祉センター 3,000円

(6)ワード講座(チラシを作成し文字入力を学びます)

講習番号	日時	会場	費用
DW-01初級	4/15・16	9:30～12:30	各3,000円
DW-02初級	6/12・13		
MW-11中級	5/12・13	10:00～13:00	せんだいメディアテーク

(7)プログラミング講座(ゲーム作成・Scratchで脳活性化)

講習番号	日時	会場	費用
MG-01体験	4/21	13:30～16:30	せんだいメディアテーク 1,500円
DG-02入門	6/4・5	13:00～16:00	台原老人福祉センター 3,000円

(8)エクセル講座(表計算・データ操作・グラフ作成)

講習番号	日時	会場	費用
DE-01初級	5/15・16	9:30～12:30	各3,000円
DE-02初級	6/12・13	13:00～16:00	
DE-11中級	5/22・23	9:30～12:30	

<申し込み・問い合わせ>

電話または往復はがき、ファクス、Eメール(①希望する講座の講習番号(第2希望まで)②郵便番号③住所④氏名(フリガナ)⑤電話番号⑥年齢⑦パソコン・スマートフォン所有の有無⑧文字入力の可否を記入)で3月17日(必着)までに仙台シニアネットクラブ事務局(〒980-0821青葉区春日町6-1白鳥ビル213号 ☎・FAX745・5871、Eメールkouza@ssnc.or.jp(問い合わせは10:00～16:00。土・日曜日、祝休日を除く))

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
うたごえ喫茶店(昭和歌謡や唱歌などをみんなまで歌います)	3/29(土) 10:00～12:00	50人(先着)	3/7 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終活セミナー(行政書士の相続遺言のあれこれ一今からやっておきたいこと)	3/12(水) 13:30～15:30	15人(先着)	3/6 10:00～
②相続遺言等無料相談会	3/19(水) 13:00～16:00(1人30分)	12人(先着)	3/10 10:00～
③和んだふる和らんど(煎茶体験)	3/23(日) 13:00～14:30	10人(先着)	3/6 10:00～
④シニア健康運動教室(体幹トレーニングと軽運動を学び、免疫力を高めます)	4～9月の水曜日(全8回) 10:00～11:30	65人(選考)	3/26(必着)
⑤頭の体操倶楽部(認知症予防のための読み書き・計算などを行います)	4～8月の各月3回(全15回) 9:50～11:40(1人30分)	10人(先着)	3/7 10:00～

●費用＝③700円⑤各月3,000円 申①③⑤電話または直接施設へ②電話で仙台ライフサポート ☎090・1494・8106④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

■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171

催し名	日時	定員	受付
嘱託医による糖尿病のお話	3/28(金) 13:30～15:00	20人(先着)	3/7 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
写真で巡る東北の神秘「東北の花と祭り」	3/11(木) 13:30～15:00	15人(抽選)	3/10 までに

●内容＝東北各地の自然などを写真で楽しみます 申電話またはファクス(催し名、住所、氏名(フリガナ)、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 ☎373・1285、FAX346・6838

催し名等	日時	定員	受付
春コンサート(トロンボーン四重奏ほか)	3/22(土) 10:00～12:00	50人(先着)	3/6 9:30～
行政書士無料相談会(相続・遺言・後見人制度などの相談)	4/10(木)、5/8(木) 10:00～12:00(1人30分)	各10人(先着)	3/6 9:30～
映画上映会	5/1(木)・2(金) 10:00～12:00、13:00～15:00	各10人(先着)	3/6 9:30～

申電話または直接施設へ