

知的障害のある方のフワフワアレンジメント教室
 ●日時 6月13日(出)午前9時半～10時半、11時～正午 ●会場 生涯学習支援センター ●対象 市内にお住まいで療育手帳をお持ちの15歳以上の方(在学中の方を除く)各10人(抽選)。
 付き添い可 ●費用 各2300円 申電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と付き添いの有無を記入)で5月10日までに仙台市知的障害者関係団体連絡協議会 ☎211・5030、FAX 211・7071、Eメール sendankyo@sendaishi-ikuseikai.or.jp

知的障害のある方の調理活動
 ●日時 ①6月28日(日)②10月25日(日)午前10時～午後1時 ●会場 太白区中央市民センター ●内容 ①焼きそば作り②芋煮汁作り(いずれも予定) ●対象 市内にお住まいで療育手帳をお持ちの15歳以上の方(在学中の方を除く)各15人(抽選)。
 付き添い可 ●費用 各850円(付き添いの方は各500円) 申電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と参加希望日(①②いずれかのみ)、付き添いの有無を記入)で5月10日までに仙台市知的障害者関係団体

泉社会福祉センターの催し
 ①無料相談会
 ●日時 5月20日(水)午前9時半～11時(1組30分程度) ●内容 行政書士が成年後見制度、遺産相続、遺言書などの個別相談に応じます ●対象 市内にお住まいで初めて相談する方8組(先着)
 ②ストレスフリーヨガ教室
 ●日時 6月13日～7月18日の土曜日(全5回) 6月27日を除く)午後2時～3時 ●内容 障害のある方もない方も一緒にヨガを体験します ●対象 市内にお住まいかお勤めの18歳以上の方20人(先着)
 ※いずれも申5月9日午前9時から電話またはEメール(申込時の必要事項を記入)で。②は直接施設も可 申・問泉社会福祉センター ☎372・7848、Eメール izumi-syafuku@shakyo-sendai.or.jp

小児慢性特定疾病交流会
 ●日時 6月20日(出)午後2時～4時 ●会場 仙台医療センター1(宮城野区宮城野2-11-12) ●内容 「医ケア児・小児の子育て、ひとりで抱えていませんか?」と題したミニ講話と交流会 ●定員 20人(先着) ●託児あり(おおむね6カ月以上。6月5日までに要申し込み) ●ミニ講話はオンラインでの視聴も可(要申し込み) 申5月7日午前10時から小慢さぼーとせんとーホームページで 問小慢さぼーとせんとー ☎273・6008、Eメール 214・8189

難病医療相談会「網膜色素変性症」
 ●日時 6月21日(日)午前11時～午後0時半 ●会場 市民活動サポートセンター ●内容 「視覚回復の遺伝子治療の現状」と題した講演会と相談会 ●定員 70人(先着) 申5月7日午前10時から電話で仙台市難病サポートセンター ☎796・9131 問障害者総合支援センター ☎771・6511

ひとり親家庭等就業支援講習会ーパソコン講習会ワイド365 平日コース
 ●日時 6月3日～7月24日の毎週水・金曜日(全16回) 午前9時～午後4時 ●会場 宮城県母子・父子福祉センター(青葉区堤通両宮町4-17宮城県仙台合同庁舎7階) ●対象 市内にお住まいのひとり親家庭の母や父または寡婦の方7人程度
 ●日時 6月3日～7月24日の毎週水・金曜日(全16回) 午前9時～午後4時 ●会場 宮城県母子・父子福祉センター(青葉区堤通両宮町4-17宮城県仙台合同庁舎7階) ●対象 市内にお住まいのひとり親家庭の母や父または寡婦の方7人程度

5月のお知らせ

スポーツ情報
 ※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

◆スポーツ教室

施設名等	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	申込方法
青葉区 FAC葛岡ウォーターパーク(葛岡温水プール) ☎277・8598	水上アスレチックコース(4歳以上)	5/24	各30人(先着)	各700円	5/6 10:00～	a・b
仙台環境開発スポーツパーク宮城広瀬 ☎392・2595	泳力検定会(25m以上泳げる6歳以上の方)	7/5	70人(先着)	1種目 1,400円	6/7 10:00～	c
宮城野区 出花体育館 ☎786・3446 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/ideka/	サッカーで遊ぼう(ア)4・5歳児(イ)小学1～3年生	6/3～7/29(各8回)	各20人(抽選)	各5,600円	5/15 まで	b・f
宮城野区 恵和興業元気フィールド仙台 ☎231・1221 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/genki/	はじめてのSUP体験(高校生以上)	7/4	10人(先着)	2,000円	5/27 9:00～	b・f
若林区 海岸公園パークゴルフ場 ☎288・0390 〒984-0033 若林区荒浜字川向10	初心者パークゴルフ教室(18歳以上の初心者の方)	5/26	20人(抽選)	500円	5/10(必着)	はがきに申込時の必要事項と利き手を記入で
太白区 中田温水プール ☎306・5971	着衣水泳教室(小学3～6年生)	6/27	20人(先着)	—	5/16 11:00～	b
泉区 やまいちサステナパーク七北田公園体育館 ☎375・9914 ホームページhttps://nanakita-sports.com/nanakita-gym/	ベビーマッサージ教室(乳児と母親)	5/14	15組(先着)	1組700円	5/7 10:00～	f
根白石温水プール ☎376・5124	子供運動教室(5歳児)	6/2～23(4回)	10人(先着)	4,200円	5/14 10:00～	a・b
シェルコムせんだい ☎218・5656	ニューミックステニス(どなたでも)	6/23	—	500円(障害者手帳をお持ちの方は無料)	—	直接会場へ

●各施設の催しについては、仙台スポーツ情報ナビ (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

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

催し名等	日時	定員	受付
■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」で歌おう!(昭和歌謡、唱歌、童謡などを歌います)	5/24(日) 10:00～11:40	50人(先着)	5/6 9:30～
■台原老人福祉センター ☎233・3901、FAX233・4248	催し名等 日時 定員 受付		
趣味の体験教室 みちあむ郷土史倶楽部(宮城県の郷土史を調べて発表します)	5/19(火) 10:00～12:00	10人(先着)	5/8 10:00～
■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171	催し名等 日時 定員 受付		
糖尿病の合併症について(嘱託医による講話)	5/29(金) 13:30～15:00	20人(先着)	5/8 9:30～
■沖野老人福祉センター ☎282・0531、FAX282・0532	催し名 日時(全2回) 定員 受付		
健康吹奏体験会	5/30(土)、6/6(土) 10:00～12:00	10人(先着)	5/8 9:30～
●費用=500円			
■大野田老人福祉センター ☎247・1005、FAX797・1711	催し名等 日時 定員 受付		
終活のススメ(行政書士による講話)	5/30(土) 10:00～11:30	30人(先着)	5/15 9:30～
■郡山老人福祉センター ☎308・5332、FAX308・5334	催し名等 日時 定員 受付		
スマホ講座(スマホの基本とLINE)	5/20(水) 13:00～15:00	15人(先着)	5/6 9:30～
■泉中央老人福祉センター ☎373・1285、FAX346・6838	催し名 日時 定員 受付		
リユート&ギター演奏会	5/20(水) 10:00～11:00	50人(先着)	5/7 9:30～

※いずれも申電話または直接施設へ

障害のある方のレクリエーション教室 写真教室・スケッチ教室
 ●日時 6月26日(金)午前9時～午後4時半 ●会場 福浦橋(松島町松島字仙随39-1) ●対象 市内にお住まいの障害のある方と付き添いの方80人(抽選) ●通送料・昼食代などは実費 ●集合・解散 仙台駅東口バスターミナル、太白障

女子会ティータム
 ●日時 6月5日(金)午前10時～正午 ●会場 EARL T.H. BLDG L.U.E仙台勾当台ビル8階(青葉区上杉1-6-10) ●内容 視覚障害のある女性のための情報交換会 ●対象 市内にお

アルコール・薬物 家族ミーティング
 ●日時 5月14日(木)・28日(木)午後2時～3時半 ●対象 家族のアルコールや薬物の問題でお悩みの方 ●初めて参加する方のみ申し込みが必要 ●会場など詳しくはお問い合わせください 申区役所障害高齢課、総合支所保健福祉課(☎は9ページ) 問精神保健福祉総合センター ☎265・2191