

3/22(日)	3/8(日)	日時
13:30~14:30		内容
英語解説ツアー(地底の森ミュージアムを英語で紹介)		
遺跡保存の裏話(普段入れない場所での遺跡の見学)		

●直接会場へ
※いずれも地底の森ミュージアム ☎ 9153

スポーツ情報

◆スポーツ教室

対象年齢 3歳児：平成23年4月2日~平成24年4月1日生まれ
4歳児：平成22年4月2日~平成23年4月1日生まれ
5歳児：平成21年4月2日~平成22年4月1日生まれ

- ①元気フィールド仙台 ☎ 231・1221 (〒983-0039宮城野区新田東4-1-1) ②シェルコムせんだい ☎ 218・5656 (〒981-3124泉区野村字新桂島前48) ③秋保体育館 ☎ 399・2757 (〒982-0243太白区秋保町長袋字上原21-3)

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
①	★アクアシリーズ (アクア&スイム イアクアシェイブ (一般))	4/10~24 (3回)	各 20人 (先着)	各 2,900円	3/6 9:00~
②	楽天スクールコーチ による親子野球 (5歳児~小学3年生 と保護者)	4/11	60組 (抽選)	1,000円	3/28 (必着)
③	小学生テニス 初級・初中級 (小学生)	4/11~6/6 (7回)	20人 (抽選)	7,000円	3/18 (必着)

申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して施設へ郵送。★は電話または費用を添えて直接施設へ。②はホームページ <http://www.spf-sendai.jp/shellcom/>からも申し込みます

- ④泉総合運動場 ☎ 372・1019 ⑤若林体育館 ☎ 236・0011

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
④	ZUMBA (一般)	4/11~25 (3回)	35人 (先着)	2,000円	3/12 10:00~
	シェイプアップエアロ (一般)	4/6~27 (3回)	35人 (先着)	2,000円	3/12 10:00~
⑤	すばーつ塾・春 (7~5歳児 (小学生))	4/14~ 6/16 (8回)	各 20人 (先着)	各 5,000円	4/1 14:00~

申電話または費用を添えて直接施設へ。⑤はホームページ <http://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/>からも申し込みます

- ⑥根白石温水プール ☎ 376・5124、FAX376・5109

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
⑥	脂肪燃焼 ウォーキング (一般)	4/7~21 (3回)	10人 (先着)	2,840円	3/10 10:00~

申電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で

地底の森ミュージアムの催し

企画展「地底の森ミュージアム2014―森と人と生きもの」と

●期間 3月15日(日)まで

企画展関連イベント「燃えよ虫拳」上映会

●日時 企画展期間中の毎週土曜日午後1時半~3時 ●内容 昆虫の生態を描くDVDの上映会 ●直接会場へ

企画展関連イベント「編布小物づくり」

●日時 3月8日(日)午後1時~3時 ●内容 縄文時代の布・編布による小物とミサンガ作り ●直接会場へ

「ミュージアムフォトコンテスト―水河期の森・縄文の森の風景」作品展

●期間 3月15日(日)まで ●3月8日(日)午前11時~正午に入賞者の表彰式を行います

たのしい地底の森教室

- ⑦青葉体育館 ☎ 717・1191 ⑧鶴ヶ谷温水プール ☎ 252・1186 ※ ⑨水の森温水プール ☎ 277・2713 ※
- ※⑧⑨の3月中のお問い合わせは、葛岡温水プール ☎ 277・8598で受け付けます

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
⑦	70歳からの運動教室 (70歳以上)	4/7~6/9 (8回)	14:00~ 15:00	20人 (先着)	5,000円 3/9 14:00~
⑧	キッズ運動クラブ (小学1・2年生)	4/8~6/17 (8回)	17:00~ 18:00	20人 (先着)	5,000円 3/9 14:00~
⑧	小学生水泳 (小学生)	4/13~27 (3回) 4/16~30 (3回) 4/18~25 (2回)	16:30~17:30 10:00~11:00 11:00~12:00	各 30人 (先着)	2,710円 1,810円 4/3 9:00~
⑨	小学生水泳 (小学生)	4/14~28 (3回) 4/15~22 (2回) 4/17~24 (2回) 4/18~25 (2回)	16:30~17:30 10:00~15:00 15:00~16:00	各 30人 (先着)	2,710円 1,810円 4/2 9:00~

申費用を添えて直接施設へ

- ⑩仙台市陸上競技場 ☎ 256・2488、FAX299・3895

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
⑩	運動会必勝塾 (小学生)	4/29	10:00~ 12:00	100人 (先着)	500円 3/10 9:00~
	ピラティス (一般)	4/10~5/22 (6回)	10:00~ 11:00	30人 (先着)	3,000円 3/6 9:00~
		4/8~10/28の 毎週水曜日(4/29、 5/6、8/12、9/23 を除く)	19:30~ 20:30	各 500円	直接 会場へ

申ファクス(申込時の必要事項を記入)または直接施設へ

- ⑪泉海洋センター ☎ 373・9561

施設	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
⑪	家族スポーツの日 (1歳以上)	3/22	9:30~ 12:00、 13:00~ 15:30	— 200円 (小学生以上)	直接 会場へ

◆七北田公園体育館の催し

教室名(対象)	日時	定員	費用	受付
①プレイルーム 「みんなであそぼう!」 (未就学児と保護者)	3/10・24	14:00~ 16:00	— 各 200円 (保護者)	直接 会場へ
②親子バドミントン教室 (小学生と保護者)	3/21	13:30~ 16:00	16組 (先着)	1組 1,000円 3/8 10:00~

●持ち物 ①タオル・飲み物 ②ラケット・室内用運動靴・タオル・飲み物。動きやすい服装で 申②電話で 申・問七北田公園体育館 ☎ 375・9914

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 (<http://www.spf-sendai.jp/>) もご覧ください。

日時	内容・定員	費用
4/5	4/5 午前9時~12時 午後13時~15時	各 800円
3/22	10:30~12:00 13:30~15:00	各 1,500円
3/15	12:00~15:00	各 1,000円

●期間 3月22日(日)まで

●日時 4月4日(土)・5日(日)午前10時~正午、午後1時~3時 ●内容 ブレスレット作りなど

※いずれも申・問秋保・里センター ☎ 304・9151

日時	内容等	対象
③3/22(日)	13:30~16:00	300人 (先着)
②3/21(祝)	13:30~16:00	50人 (先着)
①3/8(日)	10:00~11:30	小学生と保護者 20組

宮城野区文化センターの催し

震災復興交流事業「あなたのオモイそれぞれのカタチー明日へ」

●日時 3月19日(木)午後1時半開演 ●ソプラノ 藤和恵子 ●ピアノ 古賀望子 ●曲目 中田喜直「たんぼぼ」ほか ●入場料(自由席) 500円 ●チケットは宮城野区文化センターで販売中。電話またはファクス、Eメールでも受け付けます

室内楽セレクションオープンゼミナール「バス弾きが贈る室内楽のススメ」

●日時 4月3日(金)午前11時~正午 ●内容 仙台フィルハーモニー管弦楽団ソロ首席コントラバス奏者・助川龍氏による講

申③直接会場へ②3月6日午前9時から電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)でワンコインコンサート

●日時 3月19日(木)午後1時半開演 ●ソプラノ 藤和恵子 ●ピアノ 古賀望子 ●曲目 中田喜直「たんぼぼ」ほか ●入場料(自由席) 500円 ●チケットは宮城野区文化センターで販売中。電話またはファクス、Eメールでも受け付けます

室内楽セレクションオープンゼミナール「バス弾きが贈る室内楽のススメ」

●日時 4月3日(金)午前11時~正午 ●内容 仙台フィルハーモニー管弦楽団ソロ首席コントラバス奏者・助川龍氏による講

歴史民俗資料館の催し

特別展「餅・モチーハレの食」

●期間 4月12日(日)まで

特別展展示解説

●日時 3月14日(土)午前11時~午後2時 ●直接会場へ

●期間 3月29日(日)まで

被災地関連展示「若林区六郷・七郷のくらし」

●期間 3月1日(日)~31日(火)

民俗芸能のごい

市内外の貴重な民俗芸能を紹介いたします。

●日時 3月21日(祝)午後1時~4時 ●会場 日立システムズホール仙台 ●内容 川前の剣舞、滝原の踊り、道地ひな子舞、秋保の田植踊の披露 ●直接会場へ 問文化財課 ☎ 214・8892

仙台市健康福祉事業団の催し

- (1)チャレンジ運動教室プラス(直接会場へ)
- 日時 3月23日(月)18:30~20:00 ●内容 健康づくりのための運動実技と講話 ●対象 市内にお住まいかお勤めのおおむね50歳~65歳の運動可能な方25人 [先着] ●費用 500円
- (2)楽らく運動教室
- 日時 4月16日~6月18日の毎週木曜日(4月30日、5月7日を除く。全8回) 13:30~15:30 ●内容 運動実技と健康講話 ●対象 市内にお住まいかお勤めの、運動可能で体力に自信のない65歳以上の方25人 [抽選] ●費用 4,000円

(3)シニア元気あつぷ運動教室

期間(各全8回)	教室名/開始時刻(各90分)				
4/13~6/15の 毎週月曜日 (4/27、5/4を除く)	① バランスアップ /9:30	② 元気あつぷ基本 /11:15			
4/8~6/24の 毎週水曜日 (4/22・29、5/6、 6/17を除く)	③ フリーニング /9:15	④ にこ楽イス /11:00	⑤ 元気あつぷ基本 /12:45	⑥ もつと筋力づくり /14:30	
4/10~6/12の 毎週金曜日 (5/1・8を除く)	⑦ 元気あつぷ中級 /9:15	⑧ 元気あつぷ基本 /11:00	⑨ リズムDE筋トレ /12:45	⑩ もつと筋力づくり /14:30	

●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運動可能な60歳以上の方各33人 [抽選] (申し込み人数が15人未満の場合は実施しません) ●費用 各4,000円

(4)介護講座

講座名	日時	内容	定員
介護1日講座	4/17(金) 10:00~15:30	介護に役立つ薬の知識 知って納得! 衣類や靴の選び方 清潔な介護と着替え	40人 (先着)
テーマ別介護講座	4/23(木) 13:30~15:30	高齢期のうつ病	60人 (先着)

※いずれも ●会場 シルバーセンター (2~4)の申(2)(3)はがきまたはファクスに**申込時の必要事項**と年齢、(3)は教室の番号も記入して3月11日(必着)までに(4)3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1-3-2(1)~(3) ☎ 215・3194、FAX215・3225(4) ☎ 215・3711、FAX215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com