

申込時の必要事項 ①応募内容 ②〒住所 ③氏名(フリガナ) ④☎・FAX ※往復はがきの場合は返信先も記入

シニアステップアップ運動教室
●日時 8月23日(木)・30日(木) ①午前9時半～10時半 ②10時半～11時半 ③11時20分～午後0時20分(当日午前8時45分から2階事務室で整理券を配布。受け付けは各開始時刻の30分前から10分前まで。同日参加は1人1回のみ) ●会場 健康増進センター ●内容 健康づくりや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おおむね60歳以上の運動可能な方 ①各40人 ②各25人(いずれも先着) ●費用 各510円 ●持ち物 運動着・運動靴・タオル・飲み物 ●直接会場へ 健康増進センター ☎374・6661

呼吸健康教室
●日時 9月12日～10月10日の毎週水曜日(全5回) 午後1時半～3時半 ●会場 障害者総合支援センター ●内容 呼吸器疾患による息切れや息苦しきのある方に効果的な呼吸法や、自宅で行える運動方法などを学びます ●対象 市内にお住まいの呼吸器疾患や障害のある方 またはその家族20人(先着)
申 8月6日午前9時から電話で
仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294

お出かけ情報
施設からのお知らせ

- 催しは、8月6日からの内容を掲載しています
- 料金の記載の無いものは無料(入館料が必要な施設あり)
- 申し込み方法の記載の無い催しは直接会場へ

野草園 〒982-0843 太白区茂ヶ崎2-1-1 ☎222・2324、FAX222・9155

- フォトフレンズS 花と緑の写真展 ●期間=8月25日(土)～9月2日(日) ●内容=写真愛好家による植物の写真展
- 絵灯籠展 ●期間=9月1日(土)～12日(水) ●内容=植物を描いた灯籠の展示

仙台文学館 〒981-0902 青葉区北根2-7-1 ☎271・3020、FAX271・3044

- こども文学館えほんのひろば「たかどのほうこの世界」 ●期間=8月26日(日)まで ●観覧料=一般570円、高校生230円、小・中学生110円
- 仙台文学館まつり ●日時=8月18日(土)10:00～15:00 ●内容=絵本の読み聞かせ会、クイズラリーなど
- 小池光短歌講座 ●日時=9月1日(土)13:30～15:40 ●定員=90人【抽選】 ●費用=1,000円 申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して8月10日(必着)までに
- 仙台文学館ゼミナール2018

内容	日時	定員	費用
太宰治「人間失格」を読む	10/7・28、11/4・11・18 各日曜日(全5回)	10:30～12:00	80人(抽選) 各500円
井上ひさし作品を読む	9/30、11/11・25、12/16、1/20 各日曜日(全5回)	13:30～15:30	50人(抽選) 各500円

申往復はがきに**申込時の必要事項**を記入して9月7日(必着)までに
■晩翠わかば賞(小学生対象)・晩翠あおば賞(中学生対象) 作品募集 ●対象=東北地方と仙台市の国内姉妹都市の小・中学生による、平成29年9月～平成30年8月の詩作品(学校文集等に掲載された作品または原稿用紙に書いた未発表の作品)1人5編以内。学校・団体での応募も可 ●作品は返却しません 申作品に**申込時の必要事項**を記入した任意の用紙(学校・団体での応募は担当者名も記入)を添えて8月31日(必着)までに郵送または持参

天文台 〒989-3123 青葉区錦ヶ丘9-29-32 ☎391・1300、FAX391・1301

■プラネタリウム(放映時間は各回約45分)

放映日(休館日を除く)	番組/開始時刻			
	星空の時間	こどもの時間	天文の時間	音楽の時間
平日(8/27から)	14:30、16:00	—	—	—
土曜日	10:00、13:00、16:00	11:30	14:30、18:00(8/25まで)	18:00(9/1から)
日曜日、祝日、8/24までの平日			14:30	—

- 観覧料=一般600円、高校生350円、小・中学生250円
- 移動天文台一ベガ号で星空ウォッチング(晴天時に実施) ●日時=①8月10日(金)②8月24日(金)19:30～21:00 ●会場=①榴岡公園②杜の広場公園(ゼビオアリーナ仙台(太白区あすと長町1-4-10)東隣り) ●実施の有無については当日お問い合わせください
- 「チベタンシンギングボウル」の調べ ●日時=8月11日(祝)19:00～19:45 ●定員=270人【先着】 ●費用(全席自由)=一般600円、高校生以下300円、未就学児無料 ●出演=音のねすとらん・ただのなのみ ●チケットは当日9:00から窓口で販売
- 仙台市天文台×東北大学大学院理学研究科公開サイエンス講座「宇宙×音楽—サックスカルテットで紡ぐ『惑星』のお話」 ●日時=9月2日(日)17:30～19:00 ●内容=プラネタリウムの中で音楽とともに、東北大学助教・津村耕司氏が惑星をテーマにお話しします ●定員=270人【先着】 ●費用(全席自由)=一般1,000円、高校生以下500円、未就学児は保護者の膝上に限り無料 ●チケットは窓口で販売中
- 観察室望遠鏡利用資格講習会 ●日時=9月17日(祝)15:00～17:30 ●対象=20歳以上で汎用型の赤道儀式望遠鏡の組み立て・操作ができ、自宅のパソコンでEメールの送受信ができる方20人【抽選】 申ファクスまたはEメール(info@sendai-astro.jp)に**申込時の必要事項**と年齢、Eメールアドレスを記入して9月5日(必着)までに

お知らせの見方は9ページ参照。ファクス番号が未掲載の場合は、広報課FAX211・1921へお問い合わせください

ヘルスアップセミナー—高血圧予防について
●日時 9月1日(土)午後1時半～3時 ●会場 健康増進センター ●内容 高血圧予防に関する保健・栄養講話。減塩レシピで作った料理の試食も行います ●対象 市内にお住まいか通勤・通学している18歳以上の方25人(抽選) ●費用 510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8月19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)

ストップ!DV市民講座
「忘れられた被害者たち—暴力のある家庭で育つ子ども(心)」
●日時 9月17日(祝)午後1時半～3時半 ●会場 エル・ソール仙台 ●定員 70人【先着】 ●講師 作家・森田ゆり氏 ●託児有り(6カ月～小学1年生。子ども1人300円。9月6日午後5時まで必要申し込み) 申 8月6日午前9時から電話またはファクス(申**申込時の必要事項**と託児希望の方は子どもの年齢を月齢まで記入)で。ホームページ http://www.sendai-j.jp/

内容	日時	会場	対象
①ポッチャ、卓球、バドミントン、体力測定	9/8(土)、10/27(土)、11/17(土) 9:50～17:00	宮城野体育館 障害者アリーナ	市内にお住まいで身体障害または知的障害のある方20人(抽選)
②ウィルチェアーラグビー、ウィルチェアーテニス、車いすバスケットボール	9/9(日)、10/28(日)、11/18(日) 9:00～15:00	宮城野体育館 温水プール	市内にお住まいで身体障害または知的障害のある方30人程度(抽選)
③水泳	9/9(日)、10/28(日)、11/18(日) 9:00～10:30	宮城野体育館 温水プール	市内にお住まいで身体障害または知的障害のある方10人(抽選)

●持ち物 ①②室内用運動靴。運動できる服装で③水泳用具
申市役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内、仙台市障害者スポーツ協会に配布する申込用紙(ホームページ http://www.iodhne.jp/sdsa/からもダウンロード可。希望者には郵送可)で8月31日(必着)までに 問 仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX236・8691

からも申し込みます 申・問 エル・ソール仙台 ☎268・3911、FAX268・3911

パラスポ仙台

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

催し名	日時	定員	受付
■亀岡老人福祉センター ☎・FAX225・2811			
ふだん着のダンスパーティー	8/31(金) 10:00～12:00	60人(先着)	8/6 9:00～
申電話または直接施設へ			
■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171			
緑内障・白内障について	8/23(木) 13:30～15:00	20人(先着)	8/7 9:30～
申電話または直接施設へ			
■大野田老人福祉センター ☎・FAX247・1005			
パソコン教室—ワード基本講座	8/29(水)～31(金)(全3回)	12人(先着)	8/7 9:30～
●費用=3,500円 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			
衛生講話「大腸がん」	8/9(木) 14:00～15:00	—	直接会場へ
■泉中央老人福祉センター ☎・FAX373・1285、Eメール izu minoie@utopia.ocn.ne.jp)			
①紙すき体験	8/9(木)・23(木)(全2回)	10人(先着)	100円 8/6 9:30～
②知って安心講座「3B体操の体験」	9/5(木)	20人(先着)	—

●内容=②3つの道具(ボール、ベル、ペルター)を使った体操をします 申ファクスまたはEメールに催し名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢を記入して

仙台市健康福祉事業団の催し

①福祉用具講座		
日時	講座名	定員
9/3(月) 10:30～11:30	知って役立つ福祉用具講座「コミュニケーションを助ける福祉用具を体験しよう!」	15人(先着)
②介護講座		
日時	講座名等	定員
9/13(木) 13:30～15:30	テーマ別介護講座「安心・安全な食事介助のポイント」(希望者のみテキスト代1,000円)	各40人(先着)
9/29(土)	土曜介護講座「知っておきたい介護保険の基礎知識」	

③運動支援者のための「脳の健康づくり」研修会 ●日時=9月12日(水)10:00～12:00 ●内容=認知機能低下予防のための講話と運動実技 ●対象=市内で介護予防に取り組む人たちの支援をしている方50人【抽選】 ●費用=500円

※いずれも●会場=シルバーセンター 申①② 8月6日9:00から電話またはファクス、Eメール(申**申込時の必要事項**と講座名を記入)で③はがきまたはファクス(申**申込時の必要事項**を記入)で8月27日(必着)までに。直接施設も可

申・問 仙台市健康福祉事業団 〒980-0013 青葉区花京院1-3-2①② ☎215・3711、FAX215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com③ ☎215・3194、FAX215・3225