

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	受付等	申込方法
青葉区 仙台環境開発スポーツパーク宮城 広瀬 ☎392・2595 葛岡温水プール ☎277・8598	健康水中ウォーキング教室(一般)	1/13	10:00~10:50	10人(先着)	無料	12/23 9:00~ a・b
	日本水泳連盟公認泳力検定会(6歳以上)	1/26	9:00~12:00	100人(先着)	1,040円	12/16 9:00~ c
宮城野区 出花体育館 ☎786・3446 元気フィールド仙台 ☎231・1221	サッカーで遊ぼう!(ア)4・5歳児(イ)小学1・2年生	1/8~2/26(各8回)	(ア)15:30~16:20(イ)16:40~17:30	各20人(先着)	各5,000円	12/7 9:00~ a・b
	Baby&Motherピクス(ア)3カ月~1歳児(イ)1~3歳児	1/20~3/16(各5回)	(ア)10:00~10:50(イ)11:10~12:00	各20組(先着)	各1組5,000円	12/9 9:00~ a・b
若林区 若林体育館 ☎236・0011	おやこすぽーつ(未就学児と保護者)	12/13	9:30~11:45	—	保護者400円(未就学児は無料)	直接会場へ
太白区 カメイアリーナ仙台(仙台市体育館) ☎244・1111 〒982-0032太白区富沢1-4-1 ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/scg/	ちびっ子体操(ア)4歳児(イ)5歳児(ウ)小学1~3年生	1/9~2/27(各8回)	(ア)15:30~16:20(イ)16:30~17:20(ウ)17:30~18:20	各30人(抽選)	各6,000円	12/16(必着) d・f
	モビバンエクササイズ(一般)	1/10~3/6(8回)	13:15~14:15	20人(抽選)	5,600円	
泉区 七北田公園体育館 ☎375・9914	ベビーマッサージ教室(乳児と保護者)	(ア)12/20(イ)1/10	10:00~11:00	各17組(先着)	各1組500円	(ア)12/13(イ)12/23 10:00~ a・b
	ヨガ教室(女性)	12/22	10:00~11:30	17人(先着)	500円	12/13 10:00~

◆第30回仙台国際ハーフマラソン大会(杜の都ハーフ2020)参加者募集

募集部門	対象	申込方法・定員	費用	受付	
ハーフマラソン	①エリート部	大会当日に18歳以上の方(高校生を除く)	インターネット100人(先着)	12/6~12	
	②日本陸上競技連盟登録競技者の部	大会当日に18歳以上の方(高校生を除く)	(ア)インターネット1,200人(先着)(イ)インターネット・郵便振替100人(抽選)	(ア)12/6~12(イ)12/13~17	
	③一般の部	大会当日に18歳以上の方	(ウ)インターネット7,000人(先着)(エ)インターネット・郵便振替1,500人(抽選)	(ウ)12/10~12(エ)12/13~17	
	④チャリティランナー	大会当日に18歳以上の方	インターネット100人(先着)	7,000円(別途寄付金50,000円)	12/6~2/6
	⑤新緑のプリンセスランナー	大会当日に18歳以上でマラソン初心者の女性	インターネット100人(先着)	27,000円	12/6~17
	⑥車いすの部	大会当日に16歳以上の方	インターネット・郵便振替100人(先着)	6,000円	2/18~3/12
⑦5キロメートル	高校生以上の方	インターネット・郵便振替2,000人(先着)	2,500円	1/23~2/6	
⑧2キロメートル	小学4年生~中学生、大会当日に60歳以上の方	インターネット・郵便振替500人(先着)	1,000円		
⑨救護ボランティアランナー	有資格者で走りながら救護に従事できる方	Eメール・ファクス30人程度(先着)	—	12/6~1/31	

●開催日=5月10日(日) ●インターネットは、①②(ア)③(ウ)④⑤受付開始日の20:00、②(イ)③(エ)⑥~⑨受付開始日の9:00より受け付け ●参加資格や申し込み方法等、詳しくは市役所本庁舎1階市民のへや、区役所総合案内などで配布する募集要項または大会ホームページhttp://www.sendaihalf.com/をご覧ください ●申し込みの際、費用の他に各種取扱手数料がかかります 問仙台国際ハーフマラソン大会実行委員会事務局(仙台市スポーツ振興事業団内) ☎297・1322

◆剣道指導者講習会

●日時=12月22日(日)13:00~16:30 ●会場=仙台市武道館 ●対象=剣道の指導者30人(先着) ●費用=500円 申青葉体育館で配布する申込用紙(ホームページhttps://www.spf-sendai.jp/aoba/からもダウンロード可)で12月6日9:00から 申・問青葉体育館☎717・1191

●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(12月28日(土)、1月4日(土)は17:00まで)。12月9日(月)・29日(日)~1月3日(金)は休み

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

●日時=12月22日(日)午前10時~正午 ●会場=福社プラザ ●内容=水墨画教室 ●対象=中途失聴・難聴の方の生活訓練 ●対象=20人程度(「先着」) ●持ち物=習字用の大筆と小筆 ●要約筆記有り 申12月6日午前10時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)で仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294、FAX266・0292、Eメールshakaisanka@shinsyu-sendai.or.jp

●日時=12月14日(土)午前10時~正午 ●会場=旭ヶ丘市民センター ●内容=体験談および参加者同士の情報交換 ●対象=求職中または就労中の視覚障害のある方30人(「先着」) 申12月6日午前9時から電話で仙台市視覚障害者支援センター☎341・1728

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

■亀岡老人福祉センター☎・FAX225・2811

催し名等	日時	定員	受付
年忘れうたごえ喫茶店(童謡、唱歌、懐かしい歌を一緒に歌います)	12/17(木) 10:00~12:00	60人(先着)	12/6 9:00~

申電話または直接施設へ

■台原老人福祉センター☎233・3901、FAX233・4248

催し名等	日時	定員	受付
相続・遺言等行政書士相談会(1人30分)	12/18(水) 13:00~16:00	12人(先着)	直接会場へ
パソコン無料相談会(1人30分)	12/24(火) 10:00~12:00	10人(先着)	直接会場へ

■小鶴老人福祉センター☎・FAX236・4171

催し名	日時	定員	受付
映画上映会&カフェ	12/21(土) 13:00~15:00	25人(先着)	直接会場へ

■高砂老人福祉センター☎259・7860、FAX259・7882

催し名等	日時	定員	受付
ゆうゆうスマイルカフェ(介護相談と交流の場)	12/15(日) 13:00~15:00	30人(先着)	直接会場へ

●費用=200円

■沖野老人福祉センター☎282・0531、FAX282・0532

催し名等	日時	定員	受付
シニア世代向け介護予防栄養講座「減塩!簡単!正月料理」(調理実習と栄養講座)	12/19(木) 10:00~13:00	10人(先着)	12/6 9:30~

●費用=1,000円 ●持ち物=エプロン・三角巾 申費用を添えて直接施設へ

■大野田老人福祉センター☎・FAX247・1005

催し名等	日時	定員	受付
フィットネスフラ(フラダンスの動きを取り入れた有酸素運動)	12/15(日) 10:00~12:00	30人(先着)	12/6 9:30~

●持ち物=タオル・飲み物・パウスカート(お持ちの方のみ) 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
衛生講話「心筋梗塞について」	12/12(木) 14:00~15:00	30人(先着)	直接会場へ

■泉中央老人福祉センター(〒981-3131泉区七北田字菅間38☎・FAX373・1285)

催し名等	日時	定員	受付
手作り教室(ミニポーチを作ります)	1/22(水)、2/12(水)(全2回)	15人(抽選)	12/16(必着)

●費用=600円 ●持ち物=裁縫道具 申往復はがきまたはファクスに催し名、住所、氏名(フリガナ)、電話番号、年齢を記入して。直接施設も可

仙台市健康福祉事業団の催し

①シニア元気あつぷ運動教室

期間(各全8回)	コース名/開始時刻(各90分)			
1/6~3/9の毎週月曜日(1/13、2/24を除く)	月①コース/9:30	月②コース/11:15		
1/8~3/4の毎週水曜日(2/19を除く)	水①フリートレーニングコース/9:15	水②コース/11:00	水③コース/12:45	水④コース/14:30
1/10~3/6の毎週金曜日(2/21を除く)	金①コース/9:15	金②コース/11:00	金③コース/12:45	金④コース/14:30

●会場=シルバーセンター ●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65歳以上の方各コース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=各コース4,080円 申はがきまたはファクスに申込時の必要事項と年齢、教室名とコース名を記入して12月12日(必着)までに。直接施設も可

②いきいき脳活健康教室

●日時=1月9日~3月12日の毎週木曜日(全8回。1月23日、2月20日を除く)13:30~15:15 ●会場=シルバーセンター ●内容=認知機能低下予防のための脳の健康づくり運動 ●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=4,080円 申はがきまたはファクスに申込時の必要事項と年齢、教室名を記入して12月12日(必着)までに。直接施設も可

③介護講座

講座名	日時	内容等	定員
認知症を理解する	1/16(木) 10:00~15:00	「認知症の医学知識」「認知症の人との接し方と本人・家族の支援」(認知症サポーター養成講座を兼ねる。テキスト代105円)	60人(先着)
働く方の介護入門講座	1/25(土) 10:00~12:00	介護保険サービスの基礎知識	30人(先着)
知って役立つ福祉用具講座	1/31(金) 10:30~11:30	コミュニケーションに役立つ福祉用具を体験しよう! -コミュニケーションロボットや筆談器など	15人(先着)

●会場=シルバーセンター 申12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 ※いずれも申・問仙台市健康福祉事業団〒980-0013青葉区花京院1-3-2①②☎215・3194、FAX215・3225③☎215・3711、FAX215・3718、Eメールsenkaigo@nifty.com