

高次脳機能障害がある方の家族交流会
 ●日時 5月28日(金)午前10時～午後4時 ●会場 障害者総合支援センター ●対象 高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申5月6日午前9時から電話で障害者総合支援センター ☎771・6511

視覚障害者へのパソコンサポート養成講座
 ●日時 5月20日(木)午前10時～午後4時 ●会場 障害者総合支援センター ●内容 パソコン画面読み上げソフトについての講義と実技 ●対象 ボランティアとして活動可能な方10人(先着) 申5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

呼吸健康教室
 ●日時 6月16日～7月14日の毎週水曜日(全5回) 午後1時半～3時半 ●会場 福祉プラザ ●内容 呼吸器疾患による息切れや息苦しさのある方に効果的な呼吸法や食事、運動を学びます ●対象 市内にお住まいの呼吸器疾患のある方またはその家族20人(先着) 申5月6日午前9時から電話で仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294

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15日(火)午前8時半～午後5時 ●集合 解散 福祉プラザ、泉障害者福祉センター、太白障害者福祉センター ●内容 気仙沼市で気仙沼湾横断橋を眺めながら写真撮影またはスケッチをします ●対象 市内にお住まいの方各40人(抽選)と付き添いの方各40人(抽選) ●昼食代実費 申市役所本庁舎1階市民のへや、仙台市障害者福祉協会などで配布する申込書で5月31日(必着)までに問仙台市障害者福祉協会 ☎266・0294、FAX 266・0292

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12日(土)午前9時半～10時半、11時～正午 ●会場 福祉プラザ ●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1600円 ●持ち物 作品を持ち帰るための袋 申電話またはファクス(☎) 申込書の必要事項と参加希望時間を記入)で5月28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

スポーツ情報

◆親子カヌー体験教室

●日時 5月30日(日)9:00～12:00 ●会場 大倉ダム
 ●対象 小学生と保護者10組(抽選) ●費用 1組10,000円 ●持ち物 水着・ウオーターシューズ・着替え
 申5月16日までに直接施設へ。ホームページ<https://www.spf-sendai.jp/igm/>からも申し込みます 申・問泉総合運動場 ☎372・1019

◆男女混合バレーボール大会in泉

●日時 6月27日(日)9:00～17:00 ●会場 泉総合運動場 ●対象 18歳以上の男女8人以上(男女各4人以上を含む)で構成されたチーム ●定員 8チーム [先着]
 ●費用 1チーム7,000円 申5月27日11:00から直接施設へ。ホームページ<https://www.spf-sendai.jp/igm/>からも申し込みます 申・問泉総合運動場 ☎372・1019

◆スポーツ教室

※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

申込方法 a:電話で b:直接窓口へ c:費用を添えて直接窓口へ d:往復はがきに☎ 申込書の必要事項を記入して施設へ郵送 e:はがき持参で直接施設へ f:ホームページで

※対象年齢＝5歳児：平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれ

施設名等	教室名(対象)	日時	定員	費用	受付	申込方法
青葉区 本山製作所仙台市武道館 ☎717・1191 〒981-0912 青葉区堤町1-1-5 ホームページ https://www.spf-sendai.jp/aoba/	弓道(中学生以上)	5/26～6/2(6回)	18:30～20:30	20人(抽選)	5,000円	5/12(必着) d・f
	キッズスポーツデー(未就学児と保護者)	5/18	10:00～11:45	30人(先着)	300円(未就学児は無料)	直接会場へ
宮城野区 元気フィールド仙台 ☎231・1221 ホームページ https://www.spf-sendai.jp/genki/	キッズ水泳 火曜(ア)クロール(イ)水慣れ(小学生)	6/8～9/28(各8回)	(ア)16:10～17:00(イ)17:10～18:00	(ア)10人(イ)20人(抽選)	各8,400円	6/1まで b・f
	ナイトヨガ(一般)	6/8～9/7(8回)	19:30～20:30	30人(先着)	8,400円	5/25 9:00～ a・b
	水中運動 金曜(ア)水中ウオーキング(イ)アクアピクス(一般)	6/18～9/17(各8回)	(ア)10:10～11:00(イ)11:10～12:00	各20人(先着)	各8,400円	5/28 9:00～ a・b
弘進ゴム アスリートパーク仙台(仙台市陸上競技場) ☎256・2488	仙台ハーフ練習会(高校生以上)	(ア)5/28(イ)6/11	19:00～21:00	各60人(先着)	各500円	(ア)5/14(イ)5/28 18:30～ a・b
出花体育館 ☎786・3446	ヨガ(一般)	6/10～8/5(8回)	14:00～15:00	30人(先着)	5,000円	5/23 9:00～ a・b
	アロマヨガ ナイト(一般)	6/18～8/13(8回)	19:30～20:30	15人(先着)	6,000円	
	セルフボディメンテナンス(一般)	7/10～9/25(5回)	10:00～11:00	15人(先着)	3,000円	
今泉運動場 ☎289・4235	児童水泳1回体験教室(5歳児～小学生)	6/3～30の毎週月・水・木・金(期間中1回)	16:30～17:30、17:30～18:30	各10人(先着)	各1,100円	5/7 13:00～ b
若林区 若林体育館 ☎236・0011 ホームページ https://www.spf-sendai.jp/wakabayashi/	脂肪燃焼よくばりレッスン一有酸素運動+筋トレ(一般)	5/25～7/13(8回)	18:30～19:30	30人(先着)	5,000円	5/6 15:00～ a・b・f
	疲れを取りながら強くなりたい体づくりーストレッチ+ピラティス+ヨガ(一般)	5/25～7/13(8回)	19:40～20:40	30人(先着)	5,000円	

スポーツ情報

施設名等	教室名等(対象)	日時	定員	費用等	受付	申込方法
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/	佐藤あり紗のバレーボール教室(バレーボール経験のある女性)	6/2～7/21(7回)	10:00～12:00	20人(抽選)	7,000円	5/20(必着) d・f
	ノルディックウオーキング教室(一般)	6/11	9:30～12:00	20人(先着)	1,000円	5/10 11:00～ a・b
	小学生テニス初級・初中級(小学生)	6/12～8/7(8回)	10:00～12:00	24人(抽選)	9,000円	5/29(必着) d
	小学生バドミントン(小学生)	6/12～8/7(8回)	14:00～15:30	30人(抽選)	7,000円	5/29(必着) d
中田温水プール ☎306・5971	チャレンジサッカー(4歳～小学4年生)	6/19	9:00～12:00	20人(先着)	800円	5/8 11:00～ b
	着衣水泳(4歳以上。小学2年生までは保護者同伴)	6/26	9:00～10:00	20人(先着)	—	5/15 11:00～ a・b
泉区 北中山コミュニティグラウンド ☎348・2515	大人の遠足ノルディック(初級)(一般)	5/28	9:30～12:30	20人(先着)	1,500円	5/15 10:00～ a・b
	少人数で行う女性のヒーリング・ヨガ教室(一般女性)	6/7～7/12(各6回)	9:30～10:30、10:45～11:45、12:00～13:00	各6人(先着)	各5,400円	5/25 10:00～ a
	サーキットタイム(一般)	(ア)6/1～22(イ)6/3～24(ウ)6/6～27(各4回)	(ア)16:00～16:30(イ)13:00～13:30(ウ)16:30～17:00	各10人(先着)	各回240円 ※トレーニング室利用者証が必要	5/6 10:00～ a・b
	リズム体操(一般)	6/2～23(4回)	10:30～11:20	15人(先着)	3,850円	
映像プログラム(映像を見ながら運動をします)(一般)	6/2～23(4回)	19:30～20:00	10人(先着)	各530円		
子供運動教室(5歳児)	6/7～28(4回)	15:10～16:00	10人(先着)	3,850円		
シェルコムせんだい ☎218・5656 〒981-3124 泉区野村字新桂島前48 ホームページ https://www.spf-sendai.jp/shellcom/	グラウンド・ゴルフを楽しもう!!(一般)	5/6～6/3の毎週木曜日	9:00～12:00	—	各500円	直接会場へ
	グラウンド・ゴルフを始めよう!!(一般)	5/11・18・25	9:00～12:00	各20人(先着)	各300円	
	楽天イーグルスアカデミーコーチによる親子野球教室(5歳児～小学3年生と保護者)	7/4	9:00～12:00	60組(抽選)	1組1,000円	
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)5/13(イ)6/10	10:00～11:00	各8組(先着)	各500円	(ア)5/6(イ)6/3 10:00～ a・b

●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