

宮城県・仙台市障害者スポーツ大会

10月に鹿児島県で開催される特別全国障害者スポーツ大会の選考会を兼ねた大会です。

期日	種目等	会場
5/13(出)	①ボウリング(知的障害のある方)	タイトーステイション仙台市太白区西多賀5-24
5/14(日)	②陸上競技	弘進ゴムパーク仙台市陸上競技場
5/20(出)	③ボッチャ(身体障害のある方)	スライムパーク仙台市太白区西多賀5-24
5/21(日)	④サウンドレス(視覚障害のある方)	元気フイールド仙台
5/28(日)	⑤アーチェリー(身体障害のある方)	セントラルスポーツ宮城グランド(宮城郡利府町菅谷字錦40-1)
6/4(日)	⑥水泳(身体障害または知的障害のある方)	ポルトセンター仙台市太白区

●対象 12歳以上(4月1日現在)の障害のある方 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で配布する申込用紙(ホームページ: <https://www.sen-dai-dsai.jp/>)からダウンロード可。希望者には郵送も可)で

①〜⑦3月24日⑧4月21日(いずれも必着)までに 問①仙台市知的障害者関係団体連絡協議会スポーツ大会事務局 ☎393・2334、FAX393・2335 ②〜⑧仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX236・8691

●日時 4月8日(土)午前10時〜13時 会場 泉総合運動場 ●対象 13歳以上(4月1日現在)の知的障害のある方。チーム(男女混合)単位で申し込み 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で配布する申込用紙(ホームページ: <https://www.sen-dai-dsai.jp/>)からダウンロード可。希望者には郵送も可)で3月24日(必着)までに 問仙台市障害者スポーツ協会 ☎236・8690、FAX236・8691

●日時 4月15日(土)午前10時〜正午 ●内容 桜の名所や多くの寺院がある新寺エリアを、解説を聞きながら歩いて巡ります ●定員 15人(抽選) ●費用 500円(保険代等) ●集合 解散 地下鉄連坊駅/新寺二丁目蓮池公園 申往復はがきに 申込時の必要事項を記入して3月

●日時 4月15日(土)午前10時〜正午 ●内容 桜の名所や多くの寺院がある新寺エリアを、解説を聞きながら歩いて巡ります ●定員 15人(抽選) ●費用 500円(保険代等) ●集合 解散 地下鉄連坊駅/新寺二丁目蓮池公園 申往復はがきに 申込時の必要事項を記入して3月

●日時 4月15日(土)午前10時〜正午 ●内容 桜の名所や多くの寺院がある新寺エリアを、解説を聞きながら歩いて巡ります ●定員 15人(抽選) ●費用 500円(保険代等) ●集合 解散 地下鉄連坊駅/新寺二丁目蓮池公園 申往復はがきに 申込時の必要事項を記入して3月

難病の方の小さな交流会

●日時 3月28日(火)午後1時半〜3時 ●会場 仙台市難病サポートセンター(交通局庁舎7階) ●内容 日常生活での悩みや不安などについて、同じ疾患の方同士で語り合います ●対象 特発性間質性肺炎の方5人(先着) 申3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

難病医療相談会

●日時 4月16日(日)午前11時〜午後0時半 ●会場 福祉プラザ ●内容 「iPS細胞を用いた網膜再生医療」と題した医療講演会と相談会 ●定員 100人(先着) 申3月6日午前10時から電話でNPO法人宮城県患者・家族団体連絡協議会 ☎796・9130 問障害者総合支援センター ☎725・7853

目の不自由な方と家族の交流会ー黄斑変性のこころ

●日時 3月24日(金)午前10時〜正午 ●会場 福祉プラザ ●内容 日常生活における工夫などの体験談と参加者同士の情報交換 ●対象 黄斑変性の方や視覚障害のある方とその家族30人(先着) 申3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

女子会ティータイム

●日時 4月7日(金)午前10時〜正午 ●会場 福祉プラザ ●内容 視覚障害のある女性のための情報交換会 ●対象 市内にお住まいの視覚障害のある女性15人(抽選) 申電話で3月27日までに仙台市視覚障害者福祉協会 ☎213・5811

高次脳機能障害「家族のための交流会」

●日時 3月24日(金)午前10時〜正午 ●会場 障害者総合支援センター ●内容 普段の生活での苦労や悩みなどを自由に話しながら、家族同士で交流します ●対象 高次脳機能障害がある方の家族10人(先着) 申3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

アルコール・薬物 家族ミートイニング

●日時 3月9日(木)・23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10ページ) 問精神保健福祉総合センター ☎265・2191

仙台市健康福祉事業団の催し

講座名	日時	内容等	定員
テーマ別介護講座	4/13(木) 13:30~15:30	「高齢者の権利を守る成年後見制度」	50人(先着)
介護1日講座	4/20(木) 10:30~14:30	「おいしく、元気に! 高齢者の栄養と食事」、「安心・安全な食事介助のポイント」	30人(先着)
認知症を理解する	4/25(火) 10:00~14:30	「認知症に関する医学知識」、「認知症の人との接し方と本人・家族の支援」 ●費用=105円	50人(先着)

申3月6日9:00から電話またはファクス、Eメール(申込時の必要事項と講座名を記入)で

②シニアステップアップ運動教室 ●日時 4月14日・21日・28日各金曜日10:00~11:00、11:30~12:30 ●内容 リズム体操や筋力トレーニングなど、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各25人(先着) ●費用 各510円 申3月22日10:00から電話で

期間(各全8回)	コース名/開始時刻(各60分)	
4/10~6/5の毎週月曜日(5/1を除く)	Aコース/9:30	Bコース/11:15
4/11~6/13の毎週火曜日(4/18、5/16を除く)	Cコース/9:30	Dコース/11:15
4/12~6/14の毎週水曜日(4/19、5/3を除く)	Eコース/12:45	Fコース/14:30
4/14~6/9の毎週金曜日(5/5を除く)	Gコース/13:15	Hコース/15:00

●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25人(抽選) ●費用 各4,080円 申電話またははがき、ファクス(申込時の必要事項と希望コース名、年齢を記入)で3月10日(必着)までに。直接施設も可 ※いずれも ●会場 シルバーセンター 申・問仙台市健康福祉事業団(〒980-0013青葉区花京院1-3-21 ☎215・3711、FAX215・3718、Eメール senkaigo@nifty.com ②③ ☎215・3194、FAX215・3225)

●日時 3月15日(水)午後2時〜4時 ●会場 松森市民センター ●内容 ひきこもりについて個別相談 ●対象 市内にお住まいでひきこもり状態にある方の家族6組(先着) 申3月6日午前10時から電話で仙台市ひきこもり地域支援センター ☎285・3581

●日時 3月15日(水)午後2時〜4時 ●会場 松森市民センター ●内容 ひきこもりについて個別相談 ●対象 市内にお住まいでひきこもり状態にある方の家族6組(先着) 申3月6日午前10時から電話で仙台市ひきこもり地域支援センター ☎285・3581

●日時 4月16日(日)7月16日の毎週日曜日(全14回)午前9時〜午後5時 ●会場 宮城県母子・父子福祉センター(宮城野区安養寺3-7-3) ●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(選考) ●費用 1万6千円程度 ●託児有り(3歳〜15日(必着)までに〒984-8601(住所記入不要 若林区まちづくり協議会事務局/若林区まちづくり推進課内) ☎282・1111

●日時 3月24日(金)午前10時半〜11時半 ●会場 エル・ソール仙台 ●内容 財産分与や親権など、離婚に関する基本的な知識を女性相談員が説明します

●日時 3月15日(水)午後2時〜4時 ●会場 松森市民センター ●内容 ひきこもりについて個別相談 ●対象 市内にお住まいでひきこもり状態にある方の家族6組(先着) 申3月6日午前10時から電話で仙台市ひきこもり地域支援センター ☎285・3581

●日時 3月15日(水)午後2時〜4時 ●会場 松森市民センター ●内容 ひきこもりについて個別相談 ●対象 市内にお住まいでひきこもり状態にある方の家族6組(先着) 申3月6日午前10時から電話で仙台市ひきこもり地域支援センター ☎285・3581

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

■台原老人福祉センター ☎233・3901、FAX233・4248

催し名等	日時	定員	受付
頭の体操倶楽部(認知症予防のための読み書きや計算)	4月~8月の水曜日(全15回) 9:50~11:40(1人30分)	10人(先着)	3/8 10:00~

●費用 一月3,000円 申電話または直接施設へ

■小鶴老人福祉センター ☎・FAX236・4171

催し名	日時	定員	受付
相続・遺言等行政書士相談会	3/9(木) 13:00~14:00	10人(先着)	3/6 9:30~

申電話で

■沖野老人福祉センター ☎282・0531、FAX282・0532

催し名等	日時	定員	受付
沖野わくわくサロン(軽体操、ゲーム、小物づくり)	4/5(木) 13:30~15:00	20人(先着)	3/6 9:30~

●持ち物 飲み物 申電話で

■大野田老人福祉センター ☎・FAX247・1005

催し名	日時	定員	受付
衛生講話ー带状疱疹について	3/29(水) 13:00~14:00	30人(先着)	3/7 9:30~

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

催し名等	日時	定員	受付
陸奥国分寺跡を歩く(歴史散策)	3/14(火) 9:30~11:00	20人(抽選)	3/11 までに

●持ち物 筆記用具 申電話またはファクス(申込時の必要事項を記入)で。直接施設も可

■泉中央老人福祉センター ☎・FAX373・1285

催し名	日時	定員	受付
無料相談会 相続・遺言書・成年後見制度等	4/13(木) 10:00~12:00(1人30分)	10人(先着)	3/6 9:30~

申電話で

シニアのためのIT講座2023

市内にお住まいかお勤めの60歳以上の方が対象です

●定員 各12人(いずれも抽選) ●費用 (1)4)5)6)各3,000円(2)3)各4,000円(7)1,500円

(1)パソコン超入門講座(キーボード入力から始めます)

講習番号	日時	会場
MP-01	4/5・6 10:00~13:00	せんだいメディアテーク

(2)パソコン入門講座(パソコンを基礎から学びます)

講習番号	日時	会場
SN-01	4/10~12 9:45~12:45	シルバーセンター

(3)インターネット講座(文字入力ができる方が対象)

講習番号	日時	会場
SI-01	5/8~10 9:45~12:45	シルバーセンター

(4)ブログ入門講座(Eメールアドレスをお持ちの方が対象)

講習番号	日時	会場
MB-01	5/11・12 10:00~13:00	せんだいメディアテーク

(5)ワード講座(文字入力できる方が対象)

講習番号	区分	日時	会場
MW-01	初級	4/6・7 13:30~16:30	せんだいメディアテーク

(6)エクセル講座(文字入力できる方が対象)

講習番号	区分	日時	会場
SE-01	初級	4/10・11 13:15~16:15	シルバーセンター

(7)プログラミング講座(Scratch体験)

講習番号	区分	日時	会場
MG-01	体験	4/5 13:30~16:30	せんだいメディアテーク

<申し込み・問い合わせ>

往復はがき、ファクスまたはEメールに①希望する講座の講習番号(第2希望まで)②郵便番号③住所④氏名(フリガナ)⑤電話番号⑥年齢⑦パソコン・スマートフォン所有の有無⑧文字入力の可否を記入して3月16日(必着)までに仙台シニアネットクラブ事務局(〒980-0821青葉区春日町6-1白鳥ビル213号 ☎・FAX745・5871、Eメール kouza@ssnc.or.jp(問い合わせは10:00~16:00。土・日曜日、祝休日を除く))