

令和7年度 健康教室

令和7年度 健康教室スケジュール ～仙台市若林障害者福祉センター 開催分～

【内容（予定）】

開催日時	内容	募集期限
令和7年6月28日（土） 10:30～12:00	熱中症について学ぼう 熱中症を予防して暑い夏も健康に	令和7年6月21日（土）
令和7年9月6日（土） 10:30～12:00	フットケアについて学ぼう 足元から健康になるための講義と実践	令和7年8月30日（土）

【費用】 無料

【対象】 仙台市内にお住まいの身体に障害のある方（難病の方含む）

【定員】 各15名

【持ち物】 筆記用具、タオル、飲み物

【会場】 仙台市若林障害者福祉センター 研修室 大

住所：仙台市若林区遠見塚東8番地の1

電話：022-294-0450

仙台市若林障害者福祉センターまでのアクセス

交通機関／仙台市営バス

薬師堂駅 バス乗り場

①のりば 20系統

市営バス霞の目営業所前行き

→霞の目営業所前下車 徒歩10分

②のりば 30系統

市営バス霞の目営業所前行き

→霞の目営業所前下車 徒歩10分

70系統

市営バス霞の目営業所前行き

→遠見塚小学校前下車 徒歩3分



【申込】 所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、申込期限までに当協会へ電話、FAX、メール等にてお申し込みください

申込先 社会福祉法人 仙台市障害者福祉協会
TEL：022-266-0294
FAX：022-266-0292
e-mail：hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp

令和7年度 仙台市障害者健康指導教室

令和7年度 健康教室スケジュール
 ～仙台市若林障害者福祉センター 開催分～

《参加申込書》

[申込日：令和7年 月 日]

フリガナ	
氏名	【 年 月 日生（ 歳）】
住所	〒 区
参加希望日時	<input type="checkbox"/> 令和7年6月28日（土）10：30～12：00 <input type="checkbox"/> 令和7年9月6日（土）10：30～12：00 ※参加希望日に“✓”を記載してください
連絡	TEL — — 携帯 — — FAX — — E-mail @
車椅子	<input type="checkbox"/> 有〔 <input type="checkbox"/> 電動 <input type="checkbox"/> 手動 〕 <input type="checkbox"/> 無
情報保障	手話通訳 <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 要約筆記 <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 点字資料 <input type="checkbox"/> 必要 <input type="checkbox"/> 不要 （その他 ）
介添人	<input type="checkbox"/> 有〔氏名： TEL： — 〕 <input type="checkbox"/> 無
緊急時の連絡先	<input type="checkbox"/> 家族等 <input type="checkbox"/> その他 〔連絡先名： TEL： — — 〕 ※連絡先が勤務先の場合 （勤務先名： ）
特記事項	

※参加申込みに記載された個人情報は、本教室に関する目的（参加者への連絡、講師への連絡、ボランティア行事保険、次回以降の本教室に関する案内）にのみ使用させていただきます。

令和7年度健康教室 年間スケジュール

健康教室は、運動や栄養など様々な視点から教室を実施することにより、達成感、生きがい、生活満足感などの健康感の効用を図るとともに、健康管理に取り組むための動機付けを行うために行います。

	日 程	時 間	教室名	場 所
1	6月28日(土)	10:30~12:00	熱中症予防をしよう	若林障害者福祉センター
2	6月30日(月)	14:00~15:30	障害のある方のための健康増進セミナー①~基礎編~	EARTHBLUE 仙台勾当台ビル 8階第3会議室
3	7月3日(木)	13:30~15:00	ボッチャ教室①	宮城野障害者福祉センター
4	7月24日(木)	14:00~15:30	障害のある方のための健康増進セミナー②~応用編~	EARTHBLUE 仙台勾当台ビル 8階第3会議室
5	8月9日(土)	10:30~12:00	尿漏れを予防・改善しよう	太白障害者福祉センター
6	8月28日(木)	13:30~15:00	ヨガ体験	宮城野障害者福祉センター
7	9月6日(土)	10:30~12:00	フットケアについて学ぼう	若林障害者福祉センター
8	9月20日(土)	10:30~12:00	食育で作る元気な腸作り	太白障害者福祉センター
9	10月2日(木)	13:30~15:00	認知症を予防しよう	宮城野障害者福祉センター
10	10月18日(土)	10:30~12:00	ボッチャ教室②	太白障害者福祉センター
11	11月1日(土)	10:30~12:00	呼吸について学ぼう	太白障害者福祉センター
12	11月27日(木)	13:30~15:00	腰痛を予防・改善しよう	泉障害者福祉センター
13	12月13日(土)	10:30~12:00	肩こりを予防・改善しよう	太白障害者福祉センター
14	12月20日(土)	10:30~12:00	膝痛を予防・改善しよう	太白障害者福祉センター
15	1月下旬	14:00~15:30	初めてのモルック体験(予定)	EARTHBLUE 仙台勾当台ビル
16	2月上旬	14:00~15:30	ボイストレーニングで喉を健康に(予定)	EARTHBLUE 仙台勾当台ビル

※第15回・16回の案内・募集は令和7年9月以降を予定

※内容等は随時変更となる場合がございます

【問い合わせ先】

社会福祉法人 仙台市障害者福祉協会 担当：菅野

TEL：266-0294 FAX：266-0292 e-mail：hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp