

令和7年度 健康教室スケジュール ～宮城野障害者福祉センター開催分～

【主 催】 仙台市・社会福祉法人仙台市障害者福祉協会

【会 場】 仙台市宮城野障害者福祉センター 3階 研修室1
住所：仙台市宮城野区大槻16-2 電話：022-292-8474

【予 定 内 容】

開 催 日 時	内 容	募 集 期 限
令和7年7月3日（木） 13：30～15：00	ボッチャ教室① パラリンピックの競技に挑戦！ 赤・青の6球のボールを投げて競います	令和7年6月26日（木）
令和7年8月28日（木） 13：30～15：00	ヨーガ体験 運動習慣として取り入れて、将来の健康維持に役立てましょう	令和7年8月21日（木）
令和7年10月2日（木） 13：30～15：00	認知症を予防しよう 正しい知識を学んで、予防のためのポイントを押さえましょう	令和7年9月25日（木）

【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） 各15名

【持ち物】 筆記用具、タオル、飲み物

【申込み】 所定の参加申込書に必要事項をご記入の上、申し込み期限までに当協会へお申し込み下さい。（お電話・メール・FAXでも受付を行っております。）



宮城野障害者福祉センターまでのアクセス

【バス】市営バス

「大槻」または「ガス局」下車 徒歩3分

【JR】

「陸前原ノ町駅」下車 徒歩約15分 「東仙台駅」下車 徒歩約20分

《問合せ・申込先》

社会福祉法人 仙台市障害者福祉協会

TEL：266-0294 FAX：266-0292

住所：〒980-0011

仙台市青葉区上杉1丁目 6-10EARTHBLUE 仙台勾当台ビル5階

e-mail：hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp

令和7年度 健康教室スケジュール

～宮城野障害者福祉センター開催分～

《参加申込書》

〔申込日：令和 年 月 日〕

フリガナ			
氏 名	【 年 月 日生（ 歳）】		
住 所	〒 ー 区		
参加希望 日 時	☐ 令和7年 7月 3日（木）13：30～15：00 ☐ 令和7年 8月28日（木）13：30～15：00 ☐ 令和7年10月 2日（木）13：30～15：00 ※参加希望の回に✓をお願いします。		
連 絡	TEL	ー	ー
	携 帯	ー	ー
	FAX	ー	ー
	E-mail	@	
車 椅 子	☐ 有〔 ☐ 電 動 ☐ 手 動 〕 ☐ 無		
情報保障	手話通訳	☐ 必要	☐ 不要
	要約筆記	☐ 必要	☐ 不要
	点字資料	☐ 必要	☐ 不要
	（その他 ）		
介 添 人	☐ 有〔氏名： TEL： ー 〕 ☐ 無		
緊急時の 連絡先	☐ 家族等 ☐ その他 〔連絡先名： TEL： ー ー 〕 ※連絡先が勤務先の場合 （勤務先名： ）		
疑問点など			

※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	ヨーガ体験	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

T E L : 2 6 6 - 0 2 9 4 F A X : 2 6 6 - 0 2 9 2 e-mail : hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp