

# 令和7年度 健康教室スケジュール ～EARTH BLUE 仙台勾当台ビル開催分～

【主催】 仙台市・社会福祉法人仙台市障害者福祉協会

【会場】 EARTHBLUE 仙台勾当台ビル8階 第3会議室  
住所：仙台市青葉区上杉1丁目6-10  
電話：022-266-0294

【予定内容】

開催日時	内容	募集期限
令和7年6月30日(月) 14:00～15:30	<b>障害のある方のための健康増進セミナー① (基礎編)</b> 加齢に伴う体の変化に合わせた健康維持のための知識や運動方法を理学療法士がわかりやすくお伝えします。	令和7年6月23日(月)
令和7年7月24日(木) 14:00～15:30	<b>障害のある方のための健康増進セミナー② (応用編)</b> 基礎編の復習と、普段の生活に取り入れやすい運動の仕方を体を動かしながら学べます。	令和7年7月17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。)

## 《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

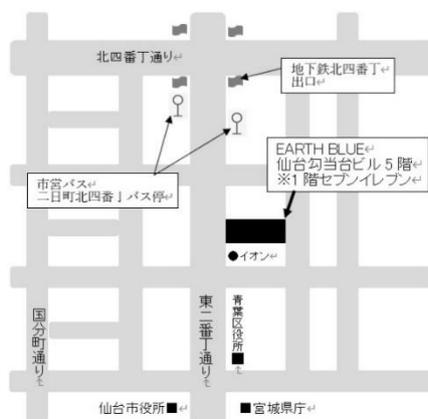
住所：

〒980-0011

仙台市青葉区上杉1丁目6-10

EARTHBLUE 仙台勾当台ビル5階

e-mail：hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp



## EARTHBLUE 仙台勾当台ビル までのアクセス

【バス】 市営バス・宮城交通バス

(仙台駅前から約8分)

「二日町北四番丁」下車 徒歩3分

【地下鉄】 市営地下鉄南北線

(仙台駅から「泉中央行き」に

乗車 約4分)

「北四番丁駅」下車 南2番出口から

徒歩3分

# 令和7年度 健康教室スケジュール ～EARTH BLUE 仙台勾当台ビル開催分～

## 《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	<input type="checkbox"/> 令和7年6月30日（月）14：00～15：30 <input type="checkbox"/> 令和7年7月24日（木）14：00～15：30 ※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	<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： ー ー〕 <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： ー 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