

令和7年度 健康教室スケジュール ～太白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】 仙台市太白障害者福祉センター2階 集会室
住所：仙台市太白区長町南1丁目6-10
電話：022-308-8801

【 予 定 内 容 】

開 催 日 時	内 容	募 集 期 限
令和7年10月18日(土) 10:30~12:00	ボッチャ教室② 未経験・初心者問わず誰でも参加可能	令和7年10月11日(土)
令和7年11月 1日(土) 10:30~12:00	呼吸について学ぼう 効果的な呼吸で健康になるための講義と実践	令和7年10月25日(土)
令和7年12月13日(土) 10:30~12:00	肩こりを予防・改善しよう 作業療法士による肩こりのための講義と実践	令和7年12月6日(土)
令和7年12月20日(土) 10:30~12:00	膝痛を予防・改善しよう 理学療法士による膝痛予防のための講義と実践	令和7年12月13日(土)

【参加費】 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ください。（お電話・メール・FAX・協会ホームページからも可能。）

仙台市太白障害者福祉センターまでのアクセス



【JR】東北本線

（仙台駅から上りに乗車 約4分）
「長町駅」出口から徒歩7分
「長町駅南2」出口から徒歩8分

【地下鉄】市営地下鉄南北線

（仙台駅から「富沢行き」に乗車約10分）
「長町南駅」下車 東1番出口から徒歩4分

《問合せ・申込先》

社会福祉法人 仙台市障害者福祉協会
住所：仙台市上杉1丁目6-10
EARTHBLUE 仙台勾当台ビル5階
TEL：266-0294 FAX：266-0292
e-mail：hpinfo@shinsyou-sendai.or.jp



←こちらのQRコードから、仙台市障害者福祉協会のホームページへアクセスいただけます。健康教室の申込みも行っておりますので、ぜひご活用ください。

令和7年度 健康教室スケジュール ～太白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10月18日（土）10：30～12：00 ☐ 令和7年11月1日（土） 10：30～12：00 ☐ 令和7年12月13日（土）10：30～12：00 ☐ 令和7年12月20日（土）10：30～12：00 ※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、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。

※次回以降、当協会主催事業の案内をご希望されますか？（☑にてご回答ください）

☐ 希望する

☐ 希望しない

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を行います。

	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	終了しました
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～	終了しました
3	7月3日(木)	13:30~15:00	ボッチャ教室①	終了しました
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～	終了しました
5	8月9日(土)	10:30~12:00	尿漏れを予防・改善しよう	終了しました
6	8月28日(木)	13:30~15:00	ヨーガ体験	終了しました
7	9月6日(土)	10:30~12:00	フットケアについて学ぼう	終了しました
8	9月20日(土)	10:30~12:00	食育で作る元気な腸作り	終了しました
9	10月2日(木)	13:30~15:00	認知症を予防しよう	終了しました
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	令和8年 1月22日(木)	10:30~12:00	初めてのモルック体験	EARTH BLUE 仙台勾当台ビル 8階 第4会議室
16	2月3日(火)	10:30~12:00	ボイストレーニングで喉を健康に	EARTH BLUE 仙台勾当台ビル 8階 第2会議室

※15・16回目の開催日程が決定しました。 ※内容は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