

● 地域創生推進センター（健康増進事業）「仙台元気塾」のご案内 ●

仙台元気塾は、東北福祉大学の研究成果を基に企画・開発されたフィットネスや臨床美術のプログラムを地域の皆さまに提供している会員制の施設です。随時見学可能。東口キャンパスの地下にありますので、ぜひお気軽にお越しください。

仙台市介護予防月間イベント 参加者募集

① 臨床美術体験

創作活動で脳の活性化を目指す臨床美術の制作体験を行います。

【日 時】 11 / 7 (金) 【1 回目】 11 : 00 ~ 11 : 30

【2 回目】 13 : 00 ~ 13 : 30

【実施プログラム】『クリスマスカード』

飾っても楽しめるクリスマスカード作りを行います。

【会 場】 東北福祉大学仙台駅東口キャンパス

地下1階 仙台元気塾

【参加料】 無料

【定 員】 各回10名 ※要申込



作品サイズ：ハガキ程度

② ノルディックウォーキング体験会

北欧で生まれた『ノルディックウォーキング』の体験を行います。

初心者歓迎！

専用ポールを使いながら仙台駅東口周辺を2～3km程度歩きます。

【日 時】 11 / 13 (木) 13 : 30 ~ 15 : 30 ※雨天中止

【集 合】 東北福祉大学仙台駅東口キャンパス

地下1階 仙台元気塾

【参加費】 無料

【定 員】 20名（要予約）※定員になり次第締め切り

※ポールレンタル無料（予約時、お申し出ください。）



● 仙台元気塾へのお申込み・お問い合わせは ●

東北福祉大学地域創生推進センター（健康増進事業）仙台元気塾

〒983-8511 仙台市宮城野区榴岡2-5-26

東北福祉大学仙台駅東口キャンパス地下1階

TEL : 022-742-2886

Mail : [info@tfu-ac.net](mailto:info@tfu-ac.net)

HP : <https://www.tfu-ac.net/yfkc/>

スマートフォンの方はこちらから ➡

