

● 地域創生推進センター（健康増進事業）「仙台元気塾」からのご案内 ●

身につく・役立つ 仙台元気塾 mini セミナー 開催のご案内

● 「この1年どう過ごす？」

～自分らしく過ごすためのヒントを見つけよう～

【日 時】 3/27(金) 12:30～13:20

【講 師】 中村 令子 先生（東北福祉大学 健康科学部 保健看護学科 教授）

【会 場】 仙台元気塾 【参加費】 550円（税込）

【申 込】 仙台元気塾（022-742-2886）までお電話ください。

家族deあーと 参加者募集

ご家族やご友人と、みんなで一緒に作品づくりを楽しんでみませんか？

● 実施プログラム：『スタンプデザインのオリジナルミニトート』

新年度のスタートを前に、オリジナルのミニトートバックをデザインしてみましょう！ランチバックやちょっとしたお出かけにもピッタリなサイズです。

【日 時】 3/29(日) 10:00～12:00

【会 場】 仙台元気塾

【参加費】 1組3,300円（税込）

※別途画材費550円（税込）×参加人数

【定 員】 10組 ※要予約

【申込締切】 3/18(水)

【申 込】 仙台元気塾（022-742-2886）までお電話ください。

*詳細は『仙台元気塾WEBサイト』をご確認ください⇒

URL ● <https://clinicalart.com/>



仙台市主催 ノルディックウォーキング体験会 参加者募集

北欧で生まれた『ノルディックウォーキング』の体験会を開催します。

ご興味のある方はぜひご参加ください。

【対 象】 仙台市にお住まいのおおむね60歳以上の方

ノルディックウォーキング未経験者で30分以上続けて歩ける方

【日 時】 ① 3/16(月) 13:30～15:00 【申込締切】 3/13(金)

② 3/19(木) 10:00～11:30 【申込締切】 3/16(月)

※いずれかご都合のよい日程にご参加ください

【会 場】 榴岡公園 ※雨天中止

【定 員】 各回20人（要予約）※定員になり次第締め切り

【参加費】 無料

【申 込】 3/5(木)より受付開始。仙台元気塾(022-742-2886)までお電話ください。

【問い合わせ】 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

