

● 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。

家族deあーと 参加者募集

お孫さんやお子さんと、兄弟姉妹やご友人と、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：『メタリックパンプキンを作ろう！』

キラキラカラフルな素材を使って、手のひらサイズのミニカボチャを作ります。

【日 時】10/20(日) 10：00～12：00

【会 場】仙台元気塾

【参加費】1組2,750円（税込）

※別途画材費330円（税込）×参加人数

【定 員】10組 ※要予約

【申込締切】10/15(火)

詳細はこちら⇒URL：[https://www.tfu-ac.net/yfkc/health\\_service/index.html#ca](https://www.tfu-ac.net/yfkc/health_service/index.html#ca)

スマートフォンの方はこちらから ⇒



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】①10/21(月) 10：00～11：30 【申込締切】10/17(木)

②10/30(水) 13：30～15：00 【申込締切】10/28(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】仙台元気塾（022-742-2886）までお電話ください



● 仙台元気塾へのお申込み・お問い合わせ ●

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

HP：<https://www.tfu-ac.net/yfkc/>