

令和3年4月 仙台市健康増進センター 事業予定表

日	曜日	館内事業		館外事業	
		午前	午後		
1	木				
2	金	施設利用等休止（～4/11）			
3	土				
4	日	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
5	月	休館日	休館日		
6	火	事業準備	事業準備		
7	水	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
8	木	いずみシニアステップアップ運動教室ライト1	団体向け新入社員研修		
		いずみシニアステップアップ運動教室ライト2	団体向け新入社員研修		
9	金	健康づくり支援プラン（簡易コース）	健康づくり支援プラン（身体活動コース）		
10	土	健康づくり支援プラントレーニング（個別対応）	健康づくり支援プラントレーニング		
11	日	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
12	月	休館日	休館日		
13	火	事業準備	事業準備		
14	水	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
			健康相談		
15	木	いずみシニアステップアップ運動教室ライト1	健康づくり支援プラン（総合コース）		
		いずみシニアステップアップ運動教室ライト2			
16	金	健康づくり支援プラン（身体活動コース）	健康づくり支援プラン（簡易コース）		
			障害者団体利用		
17	土	健康づくり支援プラントレーニング（個別対応）	健康づくり支援プラントレーニング		
		健康づくり支援プラン（身体活動コース）			
18	日	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
19	月	休館日	休館日		
20	火	いずみ元気あっぷ運動教室1 I期①	いずみはつらつ運動教室 I期①		
		いずみ元気あっぷ運動教室2 I期①	夕暮れエクササイズ		
21	水	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
		健康づくり支援プラン（身体活動コース）			
22	木	いずみシニアステップアップ運動教室ライト1	健康づくり支援プラン（身体活動コース）		
		いずみシニアステップアップ運動教室ライト2	いずみスマイル教室		
23	金	いずみいきいき脳活健康教室 I期①	健康づくり支援プラン（簡易コース）		
		健康づくり支援プラン（身体活動コース）	連携アイサポートきりん運動教室		
24	土	健康づくり支援プラントレーニング（個別）	健康づくり支援プラントレーニング		
25	日	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
26	月	休館日	休館日		
27	火	いずみ元気あっぷ運動教室1 I期②	いずみはつらつ運動教室 I期②		
		いずみ元気あっぷ運動教室2 I期②	夕暮れエクササイズ		
28	水	一般利用（10:00～12:10）	健康づくり支援プラントレーニング		
			健康相談		
29	木	事業準備	事業準備		
30	金	いずみいきいき脳活健康教室 I期②	健康づくり支援プラン（身体活動コース）		
		健康づくり支援プラン（簡易コース）	障害者団体利用		