

令和6年(2024)12月号

# 大野田センターだより 12月

〒982-0014 仙台市太白区大野田5丁目23-5 TEL:247-1005 FAX:797-1711

e-mail:oonodaroujinnhukusi@w6.dion.ne.jp

## 申込み開始 11/26(火)9:30~

### 《 フィットネスフラ 》

定員:各20名

12月1日(日)・12月8日(日) 10:00 ~

講師:AFAA認定マルチライセンスホルダー 黒田 千雪 氏

### 《 衛生講話 》

定員:30名

~睡眠時無呼吸症候群について~

12月4日(水) 13:00 ~ 14:00

講師:クリニックソアーズ医師 畑山秀彦先生

### 《 音楽療法 》

定員:30名

12月5日(木) 10:00 ~ 11:00

講師:音楽療法士 白木 沙織 氏

ゆったりとした音楽にあわせてストレッチをしたり・唱歌・童謡を歌ったりします

### 《 いきいきサロン~フレイル予防のリズム体操 》

定員:30名

12月10日(火) 13:00 ~ 14:15

音楽映像に合わせてリズム体操やストレッチなど楽しみながら筋力アップ!

### 《 「土人形」の絵付け体験 》

定員:16名

12月25日(水) 13:00 ~ 15:00

講師:仙台市博物館 学芸普及室

指導主事 相原裕起子 氏

~土人形ってなんだろう~

埴人形の歴史や特徴について学び

土人形の絵付けをします

費用¥100(当日集金)持ち物なし



## 申込み開始 12/11(水)9:30~

### 《 東北文化学園大学市民学習講座 》

定員:30名

~ 足の機能からみた転ばない身体づくり ~

民族による足の歴史的意義についてもふれながら、運動の大事さを学びます

12月20日(金) 13:30 ~ 15:00

講師:医療福祉学部 リハビリテーション学科 理学療法学専攻

教授 藤澤 宏幸 氏

### 《 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 》

定員:30名

12月22日(日) 10:00 ~ 12:00

講師:AFAA認定マルチライセンスホルダー 黒田 千雪 氏

### 《 クリスマス会 》

定員:40名

~ ゴスペルコンサート ~

12月24日(火) 13:30 ~ 15:00

出演:グリーンハート

『クリスマス♡夫婦で歌を贈ります(ゴスペル曲、歌謡曲、他)遊びに来てください!』



### 【マッサージ体験者募集】

令和7年1月~3月

第2・4金曜日 13:30~ 1人15分

受付9:30~14:30

★1月は24日と31日

★新規体験者優先

・申込み20名以上の場合は抽選

(当選者のみ連絡)

★申込期間

12/1(日)~ 12/15(日)

### 【3館合同消防訓練】

12/5木曜日 15:30~

**注意**

以下の時間帯の  
お風呂は中止になります

⑤13:30~14:15

⑥14:15~15:00

今年もご利用いただきありがとうございました

年末年始の休館日

12/28(土) ~ 1/4(土)



# 12月の日程表

(・愛好会 ◎教室 ★講座 ☆その他行事)

日	曜日	時間	和室1	和室2	リハビリ室	大広間	茶室	談話室	ゲートボール場	
1	日	午前			・卓球愛好会	★フィットネスフラ	・暖			
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	◎タイチー教室				
2	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
3	火	午前			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜		・ピアノの会		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会					
4	水	午前			//	・大野田元気塾			・パタンク	
		午後	・囲碁将棋		//	★衛生講話	・虹の会			
5	木	午前			//	★音楽療法				
		午後	・囲碁将棋		//	(消防訓練)	・ひつじの会			
6	金	午前			//	・日本の歌愛唱会		・ふきのとう	・カトレア	
		午後	・囲碁将棋		//	・ガーベラ	・凜りん			
7	土	午前			//	・ダンス愛好会		・手話ソング		
		午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク				
8	日	午前			卓球大会	★フィットネスフラ				
		午後	・囲碁将棋							
9	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
10	火	午前			・卓球愛好会	・健康歌謡		・ピアノの会		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★いさいさサロン				
11	水	午前			//	◎絵手紙教室午前			・パタンク	
		午後	・囲碁将棋		//	◎絵手紙教室午後	・椿	☆税理士相談		
12	木	午前	◎謡曲教室		//	・すこやかヨガ午前				
		午後	・囲碁将棋		//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会		
13	金	午前			//	◎六和功教室金曜			・カトレア	
		午後	・囲碁将棋	★マッサージ		・ガーベラ	★マッサージ	☆スマホ教室		
14	土	午前			//	◎民謡教室	◎茶道①			
		午後	・囲碁将棋		//	☆区老連	◎茶道②	☆スマホ教室		
15	日	午前			//		・暖			
		午後	・囲碁将棋		//					

備考  
 富沢地域包括支援センター相談日：12月13日(金) 10:00~12:00  
 税理士による無料相談日：12月11日(水) 13:00~14:30  
 行政書士による無料相談日：12月19日(木) 13:00~14:30

日	曜日	時間	和室1	和室2	リハビリ室	大広間	茶室	談話室	ゲートボール場	
16	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
17	火	午前			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜		控室		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	・健康歌謡				
18	水	午前			//	◎フラワー教室午前			・パタンク	
		午後	・囲碁将棋		//	◎フラワー教室午後				
19	木	午前			//	◎P&G教室				
		午後	・囲碁将棋		//		・ひつじの会	☆行政書士相談		
20	金	午前			//	・日本の歌愛唱会			・カトレア	
		午後	・囲碁将棋		//	★東北文化学園講座	・凜りん			
21	土	午前			//	・ダンス愛好会				
		午後	・囲碁将棋		//	・手話ソング	・虹の会			
22	日	午前			//	★ピラティス				
		午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク				
23	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
24	火	午前			・卓球愛好会	・いちごの会		・ピアノの会		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★クリスマス会				
25	水	午前			//	・大野田元気塾			・パタンク	
		午後	・囲碁将棋		//	★博物館「土人形」	・椿			
26	木	午前	◎謡曲教室		//	・すこやかヨガ午前				
		午後	・囲碁将棋		//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会		
27	金	午前			//	◎六和功教室金曜			・カトレア	
		午後	・囲碁将棋	★マッサージ		・ガーベラ	★マッサージ			
28	土	午前	休館日							
		午後	休館日							
29	日	午前	休館日							
		午後	休館日							
30	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
31	火	午前	休館日							
		午後	休館日							