

令和7年（2025）12月号（毎月21日発行） 大野田老人福祉センター 令和7年11月21日発行

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：022-247-1005

FAX：022-797-1711

e-mail：oonodaroujinnhukusi@w6.dion.ne.jp 指定管理者：（社福）仙台市社会福祉協議会

申込み受付中

《 シニア学習講座 「足の機能からみた転ばない身体づくり」 》

12月2日(火) 13:30～ 15:00

定員30名

講師：東北文化学園大学理学療法学専攻教授 藤澤 宏幸氏

《 衛生講話 「冬を元気に乗り切る！感染症とその対策」 》

12月3日(水) 13:00 ～ 14:00

定員30名

講師：クリニックソアーズ 医師 畑山 秀彦 氏

《 音楽療法 》

12月4日(木) 10:00 ～ 11:30

定員40名

講師：音楽療法士 白木 沙織 氏



申込み開始 11/27(木)9:30～

《 フィットネスフラ 》

12月7日(日)、21日(日) 各日10:00 ～ 12:00

定員20名

講師：フィットネスフラインストラクター 黒田 千雪 氏



《 いきいきサロン～フレイル予防の簡単エクササイズ 》

12月9日(火) 13:00 ～ 14:15

定員30名

* 水分補給の飲み物を忘れずお持ちください。

軽快な音楽映像に合わせて楽しくストレッチ。Let's enjoy 貯筋ライフ！

《 美Bodyメイキングトレーニング 》

定員20名

12月14日(日) 10:00 ～ 12:00

～ペットボトルをダンベルにして楽しく筋トレしましょう！～

持物：飲み物・ヨガマット又はバスタオル・500ml程度のペットボトル2本

講師：パーソナルフィットネストレーニングトレーナー

レジスタントトレーニングトレーナー 黒田 千雪 氏

催しや講座の様様を写真撮影して館内に掲示させていただく場合があります。ご了承ください。

申込み開始 12/6(土)9:30～

《 終活セミナー 「元気なうちに知っておきたい成年後見制度」 》

12月19日(金) 13:30～15:00

持物：筆記用具

定員30名

講師：あなたを支える行政書士の会「紙ひこうき」行政書士 若生 壮司氏

成年後見制度について初歩的な内容をわかりやすく説明します。

《 X'masジャズコンサート 》

12月20日(土) 13:00 ～ 14:30(予定)

出演：Quartetto(カルテット)

定禅寺st.ジャズフェスの常連バンドが来館。ジャズの生演奏

を心ゆくまでお楽しみください。



定員40名

《 懐かし名画劇場 X'mas特別編 「すべては君に逢えたから」 》

12月24日(水) 13:00 ～ 15:00

定員40名

X'mas間近の東京駅を舞台に、東京と仙台の遠距離恋愛など、10人の男女のそれぞれの愛を描いた群像ラブロマンス。2014年公開。本木克英監督作品。

申込み開始 12/25(木)9:30～

《 音楽療法 》

1月8日(木) 10:00 ～ 11:30

講師：音楽療法士 白木 沙織 氏

トーンチャイムを演奏したり、音楽に合わせてストレッチをします



定員40名

《 いきいきサロン～フレイル予防の簡単エクササイズ 》

1月8日(木) 13:00 ～ 14:15

* 水分補給の飲み物を忘れずお持ちください。

定員30名

軽快な音楽映像に合わせて楽しくストレッチ。Let's enjoy 貯筋ライフ！

令和8年1～3月マッサージ体験者募集

申込は 12/2(火)～14(日) 当センター事務室まで

体験期間 1月～3月の第2・4金曜日13:30～(1人15分)

* 受付時間 9:30～14:30

★新規体験者優先

★20人以上申し込みの場合は抽選(当選者のみ連絡)

お願い：キャンセル待ちの方がいますので、欠席する場合は必ずご連絡ください。

(・愛好会 ◎教室 ★講座 ☆その他行事)

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	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	月	午前 午後	休 館 日																	
2	火	午前 午後			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜		・ピアノの会		16	火	午前 午後			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜		・ピアノの会		
			・囲碁将棋		・卓球愛好会	★シニア学習講座						午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会					
3	水	午前 午後			//	・大野田元気塾	・大野田吟詠			17	水	午前 午後			//	◎フラワー教室午前	・大野田吟詠			
			・囲碁将棋		//	★衛生講話	・虹の会	☆税理士相談				午後	・囲碁将棋		//	◎フラワー教室午後				
4	木	午前 午後			//	★音楽療法				18	木	午前 午後			//	・健康歌謡				
			・囲碁将棋		//	・すずめ&レク	・ひつじの会					午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク	・ひつじの会	☆行政書士相談		
5	金	午前 午後			//	・日本の歌愛唱会		・ふきのとう	・カトレア	19	金	午前 午後			//	・日本の歌愛唱会				
			・囲碁将棋		//	・ガーベラ	・凜りん					午後	・囲碁将棋		//	★終活セミナー	・凜りん	★終活セミナー	・カトレア	
6	土	午前 午後			//	・ダンス愛好会				20	土	午前 午後			//	×	・手話ソング	控室		
			・囲碁将棋		//	・手話ソング						午後	・囲碁将棋		//	★X'masコンサート	・虹の会	控室		
7	日	午前 午後			//	★フィットネスフラ	・暖			21	日	午前 午後			//	★フィットネスフラ	・暖			
			・囲碁将棋		//							午後	・囲碁将棋		//					
8	月	午前 午後	休 館 日																	
9	火	午前 午後			・卓球愛好会	・健康歌謡		・ピアノの会		23	火	午前 午後			・卓球愛好会	・いちごの会		・ピアノの会		
			・囲碁将棋		・卓球愛好会	★いきいきサロン						午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会					
10	水	午前 午後			//	◎絵手紙教室午前				24	水	午前 午後			//	・大野田元気塾				
			・囲碁将棋		//	◎絵手紙教室午後	・椿					午後	・囲碁将棋		//	★映画上映会	・椿			
11	木	午前 午後	◎謡曲教室		//	・すこやかヨガ午前				25	木	午前 午後	◎謡曲教室		//	・すこやかヨガ午前				
			・囲碁将棋		//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会				午後	・囲碁将棋		//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会		
12	金	午前 午後			//	◎六和功教室金曜			・カトレア	26	金	午前 午後			//	◎六和功教室金曜				
			・囲碁将棋		★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ					午後	・囲碁将棋		★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ		・カトレア	
13	土	午前 午後			・卓球愛好会	◎民謡教室	◎茶道①②			27	土	午前 午後			・卓球愛好会	◎民謡教室				
			・囲碁将棋		・卓球愛好会	☆区老連	・茶話楽会					午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会					
14	日	午前 午後			・卓球大会	★美Body	・暖			28	日	午前 午後	休 館 日							
			・囲碁将棋				・中中					午後	休 館 日							
15	月	午前 午後	休 館 日																	
備考	富沢地域包括支援センター相談日：12月12日（金）10：00～12：00 税 理 士 に よ る 無 料 相 談 日：12月 3日（水）13：00～14：30 行 政 書 士 に よ る 無 料 相 談 日：12月18日（木）13：00～14：30																			
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	
			休 館 日																	