

令和8年（2026）2月号（毎月21日発行） 大野田老人福祉センター 令和8年1月21日発行

大野田センターだより 2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

申込み開始 1/22(木)9:30～

《 フィットネスフラ 》

定員各回20名

① 2月1日(日) ② 2月15日(日) ③ 3月1日(日) 各日とも10:00 ～ 12:00

講師：フィットネスフラインストラクター 黒田 千雪 氏

《 カラオケ開放 》

お好きな歌を思う存分歌ってください。

定員30名

2月1日(日) 13:00 ～ 15:00

申込み開始 1/29(木)9:30～

《 美Bodyメイキングトレーニング 》

定員20名

2月8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

《 いきいきサロン～フレイル予防の簡単リズムエクササイズ月 》

2月10日(火) 13:00 ～ 14:15

定員30名

軽快な音楽映像に合わせて楽しくストレッチ。

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。ご了承願います。

申込み開始 2/6(金)9:30～

《 シニア学習講座「正しい筋トレやストレッチで身体のコリをほぐしましょう！」 》

2月19日(木) 13:30～ 15:00

定員30名

講師：東北文化学園大学リハビリテーション学科 阿部 玄治 氏

《 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 》

定員20名

2月22日(日) 10:00 ～ 12:00

体幹を鍛えて日常生活をしやすく！

持ち物：ヨガマット、飲み物

講師：ピラティスインストラクター 黒田 千雪 氏

《 懐かし名画劇場 Vol.7 「二十四の瞳」 》

定員40名

2月23日(月・祝) 10:00 ～ 12:45

瀬戸内の小島で教師と12人の子どもが絆を育む。戦争が彼らの人生を変えていく姿を描く感動作。

申込み開始 2/19(木)9:30～

《 うたごえ広場 》

リクエストも受け付けます。



定員30名

3月1日(日) 13:00 ～ 15:00

往年のヒット曲をみんなで歌いましょう。

《 衛生講話「春に気をつけたい高齢者の体調変化

～寒暖差・花粉症・自律神経失調症など」 》

3月4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

お願い：講座の受講はマナーとして途中で帰らず、最後までのご参加にご協力ください。

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。

--- 趣味の教室・愛好会 ステージ発表会 ---

▶ 2/20(金)10:00～

- | | |
|--------------|------------|
| 1. 民謡教室 | 2. 健康歌謡愛好会 |
| 3. ピアノの会 | 4. 大野田吟詠 |
| 5. 椿(カラオケ) | 6. 暖(カラオケ) |
| 7. 凜りん(カラオケ) | 8. 日本の歌愛唱会 |

▶ 2/21(土)10:00～

- | | |
|-----------|----------------|
| 1. 謡曲教室 | 2. 囲碁将棋愛好会 |
| 3. すずめ&レク | 4. 手話ソング |
| 5. 六和功教室 | 6. 藤華会(日本舞踊) |
| 7. ダンス愛好会 | 8. ガーベラ(社交ダンス) |

趣味の教室・愛好会 作品展

▶ 2/17(火)～22(日) 1Fロビー

絵手紙教室、ポーセラーツ&ガラスアート、いちごの会(絵手紙)、ふきのとう(絵手紙)、ひつじの会(編物)、折紙愛好会

(・愛好会 ◎教室 ★講座 ☆その他行事)

2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	★カラオケ開放				
2	月	午前	休館日							
		午後								
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	★シニア学習講座				
4	水	午前			//	・大野田元気塾	・大野田吟詠			
		午後	・囲碁将棋		//		・虹の会	苦情解決相談窓口		
5	木	午前	◎謡曲教室		//	★音楽療法				
		午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク	・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				
		午後	・囲碁将棋		//	・手話ソング				
8	日	午前			//	★美Body	・暖			
		午後	・囲碁将棋		//					
9	月	午前	休館日							
		午後								
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	★いきいきサロン		シニアネット		
11	水・祝	午前			・卓球愛好会	◎絵手紙午前				
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	◎絵手紙午後	・椿	☆税理士相談		
12	木	午前	休館日							
		午後								
13	金	午前			・卓球愛好会	◎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			
14	土	午前			//	◎民謡教室	◎茶道教室①②			
		午後	・囲碁将棋		//	☆区老連	・茶和楽会			
15	日	午前			//	★フィットネスフラ	・暖			
		午後	・囲碁将棋		//					
備考	富沢地域包括支援センター相談日：2月13日（金）10：00～12：00 税理士による無料相談日：2月11日（水・祝）13：00～14：30 行政書士による無料相談日：2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								
17	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	・いちごの会				
18	水	午前			//	◎フラワー教室午前	・大野田吟詠			
		午後	・囲碁将棋		//	◎フラワー教室午後				
19	木	午前			//	・健康歌謡				
		午後	・囲碁将棋		//	★シニア学習講座	・ひつじの会	☆行政書士相談		
20	金	午前	控室		//	発表会	控室	控室	・カトレア	
		午後	・囲碁将棋		//					
21	土	午前	控室		//	発表会	控室	控室		
		午後	・囲碁将棋		//					
22	日	午前			//	★ピラティス	・暖			
		午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク	・中中			
23	月・祝	午前			//	★映画上映会				
		午後	・囲碁将棋		//					
24	火	午前	休館日							
		午後								
25	水	午前	休館日							
		午後								
26	木	午前	◎謡曲教室		・卓球愛好会	・すこやかヨガ午前				
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	・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			//	◎民謡教室		・手話ソング		
		午後	・囲碁将棋		//					