

台原老人福祉センターだより

なごみの森



令和8年3月号

発行：台原老人福祉センター

TEL 022-233-3901 (代表)

〒981-0903 青葉区台原森林公園 1-3

【併設事業所】

■台原デイサービスセンター

■社協台原ケアプランセンター

■台原地域包括支援センター (包括TEL727-5360)

●指定管理者：社会福祉法人 仙台市社会福祉協議会



【参加者募集】-市内にお住いの60歳以上の方が対象です-

★頭の体操倶楽部～♪楽しく気軽に♪脳トレで認知症予防～

かんたんな読み書き・計算が、あなたの脳を活性化させます。教室での学習は、ひとりで学習するよりも認知症予防に大きな効果があります。みんなでワイワイ楽しく脳内アンチエイジング！

- 開催期間：令和8年4月～8月
- 曜日・時間：水曜日【月3回 全8回】(休館日等を除く)
9：50～11：40の間の30分程度(詳しい時間は相談・調整)
- 場所：3階 文化活動室 ●定員：10名(先着)
- 参加費：月3,000円(内2,400円教材費)
- 申込み：3月6日(金)10：00～当センターへお電話または直接窓口へ



★シニア健康運動教室～体幹トレーニング，軽運動で免疫力を高めましょう！～

- 開催日：4/22、5/13、5/27、6/10、6/24、7/8、9/9、9/30
- 曜日・時間：各水曜日 全8回 10：00～11：30
※事業の運営日程の変更等がありえます。何卒、ご容赦ください。
※参加申込に係る個人情報、事業の運営以外には使用しません。
※8月は皆様の健康を考慮し休講とさせていただきます。

- 場所：3階 多目的ホール ●定員：65名(抽選)
- 講師：健康運動指導士 長谷 敦子氏 ●参加費：無料
- 服装等：運動できる服装、飲み物、タオル、ヨガマット等の敷物
- 申込み：往復はがきに講座名、住所、氏名(フリガナ)、年齢、電話番号を記入し施設へ郵送、または、官製はがきを施設へ直接持参 **※3月25日(水)必着**



★趣味の体験教室

台原マジック愛好会

- 日時：3月22日(日)10：30～12：00
- 場所：3階 文化活動室
- 定員：10名
- 参加費：無料
- 申込み：2月26日(木)10：00～
当センターへお電話または直接窓口へ



詩吟教室 火曜会

- 日時：4月21日(火)10：00～12：00
- 場所：3階 文化活動室
- 定員：10名
- 参加費：無料
- 申込み：4月7日(火)10：00～
当センターへお電話または直接窓口へ



【無料相談会のお知らせ】

★パソコン・スマホ無料相談会（先着 9名）

●日時：令和8年4月7日(火) 10:00~12:00

●予約開始：3月10日(火)

●相談時間：おひとり約30分

●会場：2階視聴覚室

●相談員：NPO法人仙台シニアネットクラブスタッフ

●予約：当センターへお電話または直接窓口へ

※パソコンやタブレットの操作の助言が主な内容です。データの復旧や各種設定等を代行するものではありません。



★相続・遺言等無料相談会（先着12名）

●開催日時：令和8年4月15日(水)

13:00~16:00

●予約開始：3月11日(水) 9:30~

●相談時間：おひとり30分まで

●会場：3階会議室等

●相談員：特定行政書士 小野寺 利彦氏 特定行政書士 黒田 康央氏

社会福祉団体「仙台ライフサポート」所属

●予約：TEL 090-1494-8106（相談員直通）受付時間 10:00~16:00（土日祝を除く）

※相続・遺言に関する各種制度や方法等の紹介、解説、助言が主な内容です。

事務作業や諸手続きを代行するものではありません。



～忘れ物・落とし物を展示します～展示期間：3月1日(日)～28日(土)

当センターでお預かりしている「忘れ物・落とし物」を上記の期間、ロビーにて展示します。お心当たりの方は職員まで、お声がけください。なお、お預かりした物は、状況に応じて処分させていただきます。あらかじめ、ご了承、ご理解をお願いいたします。



～3月 休館日～

2日(月)、9日(月)、16日(月)、21日(土)、23日(月)、30日(月)

台原老人福祉センター

〒981-0903 青葉区台原森林公園 1-3 TEL233-3901 FAX233-4248

※地下鉄南北線台原駅 南1出口 徒歩1分 駐車場はありません