

# 大野田センターだより 3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

## 令和8年度「趣味の教室」受講者募集

4月開講 受講期間は令和9年3月まで 対象は市内居住の60歳以上の方

	教室名等	日時	定員
1	絵手紙教室 (午前)	第2(水) 10:00~12:00	28名
2	絵手紙教室 (午後)	第2(水) 13:00~15:00	28名
3	六和功教室 (火曜)	第1・3(火) 10:00~11:30	25名
4	六和功教室 (金曜)	第2・4(金) 10:00~11:30	25名
5	民謡教室	第2・4(土) 10:00~12:00	35名
6	謡曲教室(喜多流)	第2・4(木) 10:00~11:30	18名
7	フラワーアレンジメント教室 (午前)	第3(水) 10:00~11:30	26名
8	フラワーアレンジメント教室 (午後)	第3(水) 13:00~14:30	26名
9	茶道教室 (江戸千家) はじめの一步初心者	第2(土) 10:00~11:00	8名
10	茶道教室 (江戸千家) はじめの一步経験者	第2(土) 11:30~12:30	8名

▶往復はがきに希望教室名、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、新規・継続の別を記入の上、投函。3月13日(金)必着。直接、当センターに返信用のはがき持参も可。▶1教室ごとに1枚のはがきでの申し込みです。▶申込多数の場合は抽選(新規優先)、結果は3月下旬にお知らせ。

### マッサージ体験者募集

期間: 令和8年4月~6月の第2・4金曜日13:30から

体験日の受付時間9:30~14:30

▶新規体験者優先 ▶申込20名以上は抽選(当選者のみ連絡)

▶申込期間3/1(日)~14(土)

催しや講座の様子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 2/27(金)9:30~

#### 《 美Bodyメイキングトレーニング 》

定員20名

3月8日(日) 10:00 ~ 12:00

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 》

①3月10日(火)、②24日(火) 各日とも 13:00 ~ 14:15

定員各日30名

\*①か②どちらか一方の申込になります。

#### 《 フィットネスフラ 》

定員各日20名

① 3月15日(日) ② 4月5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

#### 《 グラスアート「キッチンペーパーボックス」 》

定員10名

3月19日(木) 10:00 ~ 12:00

講師: 大石 出氏

材料代: 2000円

### 申込み開始 3/7(土)9:30~

#### 《 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 》

定員20名

3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

#### 《 シニアの歩き方~膝・股関節の負担を減らす歩き方 》

3月22日(日) 13:30~ 14:30

定員15名

歩き方を実践します。動きやすい服装で来てください。

講師: リハビリサロン楽動ながまち 世古 晋也氏

#### 《 懐かし名画劇場 Vol.8 「死刑台のエレベーター」 》

定員40名

3月29日(日) 10:00 ~ 12:00

闇に沈む愛と罪、運命は静かに狂い出す。監督レイ・マル、1958年仏映画。

### 申込み開始 3/20(金・祝)9:30~

#### 《 音楽療法 》

定員40名

4月2日(木) 10:00 ~ 11:30

講師: 音楽療法士 白木 沙織氏



# 3 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	★うたごえ広場				
2	月	午前	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
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	・大野田吟詠			
		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		//	・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	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
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		管理運営委員会		
11	水	午前			//	◎絵手紙教室午前				
		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			
14	土	午前			//	◎民謡教室	◎茶道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		//		・北北			
備考	富沢地域包括支援センター相談日：3月13日（金）10：00～12：00 税理士による無料相談日：3月11日（水）13：00～14：30 行政書士による無料相談日：3月19日（木）13：00～14：30									
16	月	午前	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
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					
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			//	★グラスアート				
		午後	・囲碁将棋		//	・すずめ&レク	・ひつじの会	☆行政書士相談		
20	金・祝	午前			//	・日本の歌愛唱会			・カトレア	
		午後	・囲碁将棋		//		・凜りん			
21	土	午前	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
22	日	午前			・卓球愛好会	★ピラティス	・暖			
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★シニアの歩き方				
23	月	午前	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
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	★いきいきサロン				
25	水	午前			//	・大野田元気塾				
		午後	・囲碁将棋		//		・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			//	◎民謡教室				
		午後	・囲碁将棋		//		・中中			
29	日	午前			//	★映画上映会	・暖			
		午後	・囲碁将棋		//					
30	月	午前	<b>休館日</b>							
		午後	<b>休館日</b>							
31	火	午前			・卓球愛好会	・健康歌謡愛好会		・ピアノの会		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会					