

郡山老人福祉センターだより

令和 8 年



〒982-0003
仙台市太白区郡山字行新田 9-5
TEL 308-5332
FAX 308-5334
発行日 令和 8 年 7 月 25 日

仙台市指定管理者
(社福) 仙台市社会福祉協議会

◎仙台市内にお住まいの 60 歳以上の
方がご利用出来るセンターです。
◎入浴無料です。

仙台市郡山老人福祉センターのホームページからもぜひご覧ください

<https://www.shakyo-sendai.or.jp/use/facility/welfare-aged/>

第 5 回こおりやまはつらつ広場

◎セントラルスポーツ様の講師をお招きしてピラティスを実施します！

日時 令和 8 年 8 月 26 日 (水) 13:30~14:50

場所 郡山老人福祉センター 集会室

定員 12 名 ※7 月 28 日 (火) より申し込み受付開始



◆参加にあたって、ヨガマットが必要となりますのでご準備願います。ない方はご相談下さい。

【はちこおバスの時刻について】

12:10 市立病院
12:15 長町駅東口
12:30 竈ノ瀬
12:38 郡山老人福祉センター着

※お帰りは
郡山老人福祉センター出発 15:21



◆当センター職員が運転する送迎車で、八本松市民センターまで臨時送迎も行います。

◆送迎は先着順です。定員になり次第、受付は終了します。

予告

第 6 回こおりやまはつらつ広場

令和 8 年 9 月 10 日 (木) の 14:00~15:00 の時間帯で「第 6 回こおりやまはつらつひろば」を実施します。内容はあすと長町えだクリニック院長の枝幸基先生をお招きして「帯状疱疹」をテーマに講話をしていただきます。詳細は、後日館内にチラシ掲示及びセンターだより 9 月号に掲載しますのでご確認願います。

郡山老人福祉センター e-スポーツ体験会

【内容】

太鼓の達人で楽しく e-スポーツ体験！
人気のリズムゲーム「太鼓の達人」をします。
音楽に合わせて体を動かし、楽しい時間を過ごしましょう！

日時 令和 8 年 8 月 7 日 (金) 13:30~

場所 郡山老人福祉センター 集会室

定員 15 名 (先着順)

お申し込み先・問い合わせ先

郡山老人福祉センター
TEL:022-308-5332 受付時間 8:30~17:00
7 月 23 日 (木) より電話または窓口にて承ります！



終活講座

【テーマ】

相続対策 心が伝わる遺産の渡し方
～土地・預金・生命保険～



相続診断士の講師が
丁寧に解説をしてくれます

【日時】 令和 8 年 8 月 19 日 (水) 13:30~14:30
【場所】 郡山老人福祉センター 集会室
【定員】 25 名

【お申し込み・問い合わせ先】
郡山老人福祉センター
TEL:022-308-5332 受付時間 8:30~17:00
7/28 (火) より申し込みは電話または窓口にて承ります！

世界中を温かな感動で包んだ 2008 年 No.1 の名作



映画 鑑賞会

上映作品 ▶ 【おくりびと】

第 32 回日本アカデミー賞最優秀賞受賞
キャスト：本木雅弘、広末涼子、山崎努 他

日時：令和 8 年 8 月 11 日 (火) 13:30~15:45
場所：郡山老人福祉センター 集会室
定員：20 名

(お申し込み先・問い合わせ先)
郡山老人福祉センター
受付時間：8:30~17:00 TEL:022-308-5332
7 月 25 日 (土) より電話または窓口にて承ります！

フレイル予防に！
運動習慣を身につけよう！



参加
無料

元気になる体操教室

月に 1 回、当センター看護師が担当となり体操教室をはじめます。医療・介護の視点から、身近な話やアドバイス等も取り入れ、明日を「元気に」「はつらつと」生きるためにサポートします。一緒に体操して、心身ともに元気になるましょう！

日時 8 月 21 日 金
13:30~14:50

場所 郡山老人福祉センター
集会室

☆送迎はありません
☆はちこおバスをご利用下さい
定員 12 名 (事前申込み制)
直接窓口または電話でお申込み下さい
☆申込み開始は 7/28 (火) より

※参加希望の方は、電話または
直接窓口にお申込み下さい

おもなプログラム内容

・体操前後に血圧測定、体調確認
・椅子に座ってできるストレッチ、
軽体操・ボール体操・棒体操
・リズム体操
・自重筋トレ
・口腔体操
・脳トレ体操 など

☆月ごとに内容が変わります

服装・持ち物

・動きやすい服装
(スカート不可、上靴不要)
・飲み物・汗拭きタオル

申し込み
お問い合わせ先

郡山老人福祉センター
022-308-5332
担当：しも