

令和8年（2026）8月号（毎月21日発行） 大野田老人福祉センター 令和8年7月21日発行

大野田センターだより 8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



◎仙台市内にお住いで60歳以上の方が利用できる施設です。 ◎入浴無料（入替制）

申込み開始 7/24(金)9:30～

《 音楽療法 》

8月6日(木) 10:00 ～ 11:30

講師：音楽療法士 白木 沙織 氏



定員40名

《 フィットネスフラ 》

①8月2日(日) 10:00～12:00 ②8月16日(日) 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



定員20名

申込み開始 7/31(金)9:30～

《 美Bodyメイキングトレーニング 》

8月9日(日) 10:00 ～ 12:00

大人のための「動ける体」づくり。筋力、筋持久力を鍛えます。

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

定員20名

《 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 》

①8月9日(日) 13:00 ～ 14:15

②8月11日(火・祝) 10:00 ～ 11:15

*①、②どちらか一方の申し込みです *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！

定員各日30名

《 ふれあい夏まつり 》

8月29日(土) 10:00 ～ 12:00

①「デジタルサックスが奏でる夏の風 ビンちゃんショー！」出演：佐藤敏一氏

②「すずめ踊り&キッズダンス」出演：大野田児童館の子どもたち

③「みんなで踊ろう！盆踊り」

《大野田はぎの苑 製品展示販売》 8月18日(火)11:30～12:30 1Fロビー

申込み開始 8/13(木)9:30～

申込み開始 8/7(金)9:30～

《 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

8月15日(土) 13:00 ～ 15:00

《 ポーセラーツ&ガラスアート「ガラスケース ミニハート」 》

8月20日(木) 10:00 ～ 12:00

定員10名

材料費：2,000円(当日集金)

《 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 》

定員20名

8月23日(日) 10:00 ～ 12:00

持ち物：ヨガマット、飲み物 体幹を鍛えて日常生活をしやすく！

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 》

8月23日(日) 13:30～ 14:30

定員 20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

申込み開始 8/13(木)9:30～

衛生講話 特別編

8月26日(水) 13:00～ 14:20

定員30名

今回は嘱託医の講話の他に歯科医師、栄養士、保健師の講話と盛りだくさんです！

第1部 「意外と知らない高齢者の脱水ー夏だけではない脱水予防」

クリニックソアーズ 医師 畑山 秀彦 氏

第2部 ①お住まいの地域の健康データをチェック！（太白区家庭健康課 保健師）

②フレイル予防と高齢期の食生活について(太白区家庭健康課 栄養士)

③高齢期のお口の健康を保つコツ(太白区家庭健康課 歯科医師)

《 懐かし名画劇場 Vol.13 「用心棒」 》

8月30日(日) 10:00 ～ 12:00

定員40名

日本映画の巨匠・黒澤明監督の傑作。老若男女を魅了する痛快時代劇。

申込み開始 8/22(土)9:30～

《 音楽療法 》

9月3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

*クーリングシェルトー（CS）開設中					8月 日程表				(・愛好会 ◎教室 ★講座 ☆その他行事)																					
日	曜	時	和1	和2	リハ	大広	茶	談	ゲ	日	曜	時	和1	和2	リハ	大広	茶	談	ゲ											
1	土	午前		CS	//	・ダンス愛好会				16	日	午前		CS	//	★フィットネスフラ	・暖													
		午後	囲碁将棋	CS	//	・手話ソング						午後	囲碁将棋	CS	//		・北北													
2	日	午前		CS	//	★フィットネスフラ	・暖			17	月	午前	休 館 日																	
		午後	囲碁将棋	CS	//		・北北					午後																		
3	月	午前	休 館 日																											
		午後																												
4	火	午前		CS	・卓球愛好会	◎六和功教室火曜		・ピアノの会		18	火	午前		CS	・卓球愛好会	◎六和功教室火曜														
		午後	囲碁将棋	CS	・卓球愛好会	・健康歌謡愛好会		☆苦情解決相談				午後	囲碁将棋	CS	・卓球愛好会	・健康歌謡愛好会														
5	水	午前		CS	//	◎絵手紙教室午前	・大野田吟詠	・大野田元気塾		19	水	午前		CS	//	◎フラワー教室午前	・大野田吟詠													
		午後	囲碁将棋	CS	//	◎絵手紙教室午後	・椿		午後			囲碁将棋	CS	//	◎フラワー教室午後		☆税理士相談													
6	木	午前		CS	・卓球愛好会	★音楽療法				20	木	午前		CS	//	★P&G														
		午後	囲碁将棋	CS	・卓球愛好会	・すずめ&レク	・ひつじの会		午後			囲碁将棋	CS	//	・すずめ&レク	・ひつじの会	☆行政書士相談													
7	金	午前		CS	//	・日本の歌愛唱会		・ふきのとう	・カトレア	21	金	午前		CS	//	・日本の歌愛唱会			・カトレア											
		午後	囲碁将棋	CS		・ガーベラ	・フレンド					午後	囲碁将棋	CS			・フレンド													
8	土	午前		CS	//	◎民謡教室	◎茶道①②	・ピアノの会		22	土	午前		CS	//	◎民謡教室														
		午後	囲碁将棋	CS	//	☆区老連	・茶和楽会		午後			囲碁将棋	CS	//																
9	日	午前		CS	//	★美Body	・暖			23	日	午前		CS	//	★ピラティス	・暖													
		午後	囲碁将棋	CS	//	★いきいきサロン			午後			囲碁将棋	CS	//	★シニアの歩き方															
10	月	午前	休 館 日																											
		午後																												
11	火祝	午前		CS	//	★いきいきサロン				24	月	午前	休 館 日																	
		午後	囲碁将棋	CS	//				午後																					
12	水	午前	休 館 日																											
		午後																												
13	木	午前	◎謡曲教室	//	・すこやかヨガ午前					25	火	午前		CS	・卓球愛好会	・いちごの会														
		午後	囲碁将棋	CS	//		・藤華会	・折紙愛好会				午後	囲碁将棋	CS	・卓球愛好会															
14	金	午前		CS	・卓球愛好会	◎六和功教室金曜			・カトレア	26	水	午前		CS	//	・大野田元気塾	・デジタル民謡													
		午後	囲碁将棋	★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ		午後				囲碁将棋	CS	//	★衛生講話	・椿														
15	土	午前		CS	・卓球愛好会	・ダンス愛好会				27	木	午前	◎謡曲教室	//	・すこやかヨガ午前															
		午後	囲碁将棋	CS	・卓球愛好会	★カラオケ開放			午後			囲碁将棋	CS	//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会													
備考		午前	富沢地域包括支援センター相談日：8月14日（金）10：00～12：00																28	金	午前		CS	//	◎六和功教室金曜			・カトレア		
		午後	税理士による無料相談日：8月19日（水）13：00～14：30																		午後	囲碁将棋	★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ					
		午前	行政書士による無料相談日：8月20日（木）13：00～14：30																29	土	午前		CS	//	☆夏まつり	控室	控室			
		午後																			午後	囲碁将棋	CS	//		控室				
		午前		CS	//	★映画上映会	・暖			30	日	午前		CS	//															
		午後	囲碁将棋	CS	//				午後			囲碁将棋	CS	//																
		午前	休 館 日																31	月	午前	休 館 日								
		午後																			午後									