

郡山老人福祉センターだより

令和 8 年

9月

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/>

〒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 8 月 25 日

仙台市指定管理者
(社) 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。

第 6 回

こおりやまはつらつ広場

日時 令和 8 年 9 月 10 日 (木)
14:00~15:00
場所 郡山老人福祉センター 集会室
定員 30 名
※7 月 28 日 (火) より申し込み受付開始
内容 あすと長町えだクリニック枝幸基院長に
よる「带状疱疹」をテーマとした衛生講話

◆当センター職員が運転する送迎車で、八本松市民
センター及び太子堂駅から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
しますので、送迎希望の方はセンターまでお問い合
わせ願います。

第 33 期

頭の健康教室受講者募集

日時 10 月~2 月の毎週金曜日
9:45~11:25 の時間帯のうち 30 分受講
場所 郡山老人福祉センター 洋室
募集人数 25 名 (応募多数の場合は抽選)
参加費 2,000 円/月額 (教材費)
内容 ~楽しみながら脳を活性化!~
30 分間の簡単な計算問題や読み書きで
認知機能の維持・向上を目指します。
「最近物忘れが気になる」「楽しく健
康づくりをしたい」という方、体験や
見学も承りますので、是非お申し込み
下さい☆

行政書士無料相談

・日時 9 月 16 日 (水)
13:00~15:00
・場所 和室

税理士無料相談

・日時 9 月 25 日 (金)
13:00~15:00
・場所 和室

看護師の健康相談

・日時 9 月 16 日 (水)
14:00~15:00
・場所 健康相談室

○事前申し込みは不要です。当日に受付までお越しください。
○相談は 60 歳以上の方に限ります。

予告

第 7 回こおりやまはつらつ広場について

10 月 28 日 (水) 13:30~15:00 の時間帯
で太白区保健福祉センター家庭健康課の保健師・
栄養指導員の方々をお招きして健康講話及び血管
年齢測定、野菜摂取度測定を行います。9 月 10 日
(木) から申込受付を予定しております。

苦情解決相談窓口について

9 月 4 日 (金) 13:30~15:30 の時間帯で当セ
ンターの和室を会場として苦情解決相談窓口を開
設します。相談対応者は当センターの苦情解決第
三者委員です。当センターのご意見・ご要望をお
聞かせ下さい。

郡山老人福祉センター

歴史講話・散策 郡山遺跡を知る・歩く

仙台市教育委員会文化財課職員から
郡山遺跡についてご講話いただきます!!

日時 ①令和 8 年 9 月 4 日 (金) 10:00~11:00
②令和 8 年 10 月 23 日 (金) 9:30~11:30
場所 ①【歴史講話】郡山老人福祉センター洋室
②【歴史散策】郡山遺跡
※①、②とも長町駅東口発 9:16 発のはちこバスをご利用頂けます。
定員 15 名 (先着順)

令和 8 年 9 月 4 日 (金) 及び 10 月 23 日 (金) の両日
参加可能な方がお申し込みの対象となります。

お申し込み先

郡山老人福祉センター
受付時間: 8:30~17:00
TEL: 022-308-5332
8 月 15 日 (土) より申し込み受付開始します。

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ていま
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 9 月 18 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
☆はちこバスをご利用下さい

定員 15 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 8/25 (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

HAPPY
HANDMADE

郡山地域包括支援センターとの共催イベント

第 2 回 こおりやまカフェ

~手作りワークショップ~
「毛糸のフクロウ」の製作を行います☆

日時 令和 8 年 9 月 16 日 (水) 13:30~14:50
場所 郡山老人福祉センター 集会室
定員 20 名 (先着順)

※手作りワークショップ後は
郡山地域包括支援センター職員による
認知症講話も予定しております。

↑上記を製作致します!



~お申し込み先~

郡山老人福祉センター
TEL: 022-308-5332
受付期間: 8 月 25 日 (火) より申し込み受付致します。

郡山老人福祉センター



敬老 イベント

『どじょう堀い踊り』『銭太鼓』
ご披露致します!!

日時 令和 8 年 9 月 21 日 (月) 14:00~15:00
会場 郡山老人福祉センター 集会室
定員 20 名 (先着順)

お申し込み先

郡山老人福祉センター
受付時間: 8:30~17:00
TEL: 022-308-5332
9 月 8 日 (火) より申し込み受付開始致します。

9月の予定表

		日	月	火	水	木	金	土
午前	午後			1 (洋) 絵手紙愛好会 (集) ヨーガ教室	2 (訓) 生活支援デイサービス	3 (訓) 生活支援デイサービス (洋) 絵手紙愛好会	4 歴史講話 (訓) 元気Vサークル (畑) あぐりの会	5 (和) 将棋個人利用
				(洋) 郡山マージャンクラブ		(洋) 仙台カラオケクラブ (集) 健康太極拳教室	苦情解決相談窓口	(洋) 麻雀教室福祉会 (和) 将棋個人利用
午前	午後	6 (洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用	7 休館日	8 (集) 恵風会太極拳	9 (訓) 生活支援デイサービス (集) ヨーガ愛好会	10 (訓) 生活支援デイサービス (洋) 編み物愛好会 (集) フラダンス教室	11 (訓) 郡山体操クラブ (畑) あぐりの会	12 (和) 将棋個人利用
		(洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋愛好会		(洋) 編み物ゆりの会	(洋) 書の教室	はつらつ広場 (洋) 編み物教室	(洋) 健康マージャンクラブ	(洋) みちのくカラオケ (和) 将棋個人利用
午前	午後	13 (訓) 元気Vサークル (洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用	14 休館日	15 (集) ヨーガ教室	16 (訓) 生活支援デイサービス (集) ヨーガ愛好会	17 (訓) 生活支援デイサービス (洋) 編み物愛好会 (集) フラダンス教室	18 (訓) 元気Vサークル (畑) あぐりの会	19 (和) 将棋個人利用
		(訓) 元気Vサークル (洋) 元気マージャンクラブ (和) 将棋個人利用		(洋) 郡山マージャンクラブ	こおりやまカフェ 看護師の健康相談 (和) 行政書士無料相談	(洋) 仙台カラオケクラブ (和) 編み物教室 (集) 健康太極拳教室	元気になる体操教室 (洋) 絵手紙教室	(洋) 麻雀教室福祉会 (和) 将棋個人利用
午前	午後	20 (洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用	21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日 (訓) 生活支援デイサービス	24 (訓) 生活支援デイサービス	25 (訓) 郡山体操クラブ (畑) あぐりの会	26 (和) 将棋個人利用
		(洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋愛好会	敬老イベント	休館日	休館日	休館日	(洋) 健康マージャンクラブ (和) 税理士無料相談	(洋) みちのくカラオケ (和) 将棋個人利用
午前	午後	27 (訓) 元気Vサークル (洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用	28 休館日	29 (集) 恵風会太極拳	30 (訓) 生活支援デイサービス			
		(訓) 元気Vサークル (洋) 元気マージャンクラブ (和) 将棋個人利用		(洋) 編み物ゆりの会 (集) ボランティア体操教室	おりがみの会 (洋) 書の教室			