

高砂老人福祉センターだより



11月号

発行：令和8年10月21日
〒983-0014 宮城野区高砂 1-24-9
高砂老人福祉センター
電話 259-7860 FAX259-7882
指定管理者 (社福) 仙台市社会福祉協議会

本会が運営する老人福祉
センターのご案内
本紙も掲載中！▶▶▶



10月27日(火)よりお風呂を再開します

日頃より当センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。
入浴サービスの休止により、みなさまには多大なるご心配とご不便をおかけしましたことを、心よりお詫び申し上げます。

さて、浴室設備の消毒、改修、検査、諸手続き等が完了しましたので、10月27日(火)より浴室の供用を再開させていただきます。

今後一層、浴室の衛生管理に努めてまいりますので、引き続きご利用くださいますようお願い申し上げます。

館長

高砂ふれあいカフェ

日にち	内 容
11日(水)	「スカットボール体験会」 だれでも簡単にできる話題のニュースポーツです。【当日受付】 ■時間 10:00～11:30 ■定員 20名(先着)
18日(水)	「かわいいシマエナガのストラップづくり」【要申込】 ■講師 遠藤幸男 氏 ■時間 10:00～11:30 ■定員 15名(先着) ■申込 11/5(木) 9:30～ センター窓口か電話で受付

※11/4と11/25はお休みです。

●浴室再開に伴い入浴時間を下記のとおり変更します。

(初回受付時間 9:30～)

回数	利用時間
1	10:00 ～ 10:50
2	11:00 ～ 11:50
3	12:00 ～ 12:50
4	13:00 ～ 13:50
5	14:00 ～ 14:50
6	15:00 ～ 15:40

- ・入浴時間は50分です。
ただし6回目は40分です。
- ・浴槽等消毒のため毎週金曜日は14:50で終了します。

【参加者募集】

ゆうゆうスマイルカフェ

「歌って♪認知症予防 よ〜っころSHOW(笑)タイム」

楽しく歌いながら認知症への理解を深めましょう。高砂地域包括支援センターによる「相談コーナー」もあります。

■日時 11月19日(木) 13:30～15:00

■定員 24名(先着) 参加費無料

■出演 山下 圭 氏

■申込 11/6(金) 9:30よりセンター窓口か電話で受付



〔老眼鏡引換券プレゼント〕

今年もメガネの相沢様より「老眼鏡引換券」をご寄附いただきました。ご希望の方4名様にプレゼントします。

■申込先 当センター窓口

■しめきり 11月8日(日)

※応募多数の場合は抽選

★指定避難所防災訓練★

高砂市民センターを会場に近隣町内会、小中学校合同の防災訓練を行います。

■日時 11月8日(日) 9:00～12:00

※当日のセンターお風呂と貸室は
13:00から利用開始です。
(13:00までは利用できません)

高砂カラオケ歌合戦 2026

【観覧者募集】

■日時 11月23日(月祝)

10:00～12:00

■会場 集団指導室

※申直接会場へお越しください。

※60才未満の方も観覧できます。



健康講話【参加者募集】

「今こそ注意したい！ 感染症対策のポイント」

インフルエンザ、コロナ、肺炎等のお話

■日時 12月10日(木)

13:30～14:30

■定員 24名(先着) 参加費無料

■講師 千葉内科クリニック

院長 千葉隆胤 氏

■申込 11/18(水) 9:30より

センター窓口か電話で受付

《相続・遺言》

行政書士無料相談会

■日時 12月18日(金)

13:30～15:30

■定員 10名(先着) ※お一人30分

■協力 みやぎの行政書士相談プロジェクト

■申込 11/20(金)より下記で受付

▶ちはる行政書士事務所

電話 070-9158-7176

(受付時間 平日 10:00～16:00)

11月の予定表

令和8年

日	月	火	水	木	金	土
1 ☆(洋) フリー卓球 ☆(集) フリーカラオケ ★(洋) フリー卓球 ★(集) フリーカラオケ	2 休館日	3 文化の日 ☆(訓) 高砂パワリハ ☆(洋) 卓球クラブラビット ☆(集) 詩吟愛好会 ★(洋) リラックスヨガ	4 休館日	5 ☆(洋) まなび舎サロン ☆(集) 大正琴教室 ★(洋) 太極拳教室 ★(集) 舞踊教室	6 ☆(洋) 卓球同好会 ☆(集) カラオケうぐいす ★(洋) ピンポンひよこ ★(集) 民謡教室 ☆(交) ルル予防応援教室⑤	7 ☆(洋) ダンス初心者 ★(洋) あみもの愛好会 ★(集) カラオケカトレア
8 防災訓練のため午前の入浴・貸室は中止 ★(洋) フリー卓球 ★(集) フリーカラオケ	9 休館日	10 ☆(訓) 高砂パワリハ ☆(集) 詩吟愛好会 ★(集) カラオケドリーム ★(洋) リフレッシュヨガ ☆(交) 高砂げんきはつらつ教室⑧	11 ☆(洋) 気功・六和功教室 ☆(集) 健康マージャン教室 ★(洋) ピンポンひよこ ★(集) フリー囲碁将棋 ☆(交) 高砂ふれあいカフェ	12 ☆(洋) まなび舎サロン ☆(集) 大正琴教室 ★(洋) 高砂ピンボンズ ★(集) 舞踊教室 ☆(交) ルル予防応援教室⑥	13 ☆(洋) いきいきクラブ ☆(集) フレイルエクサダンス ★(洋) つるしびな結の会 ★(集) カラオケOB会 ☆(交) 高砂第一民児協定例会	14 ☆(洋) ダンス初心者 ★(洋) あみもの愛好会 ★(集) カラオケローゼ
15 ☆(洋) フリー卓球 ☆(集) フリーカラオケ ★(洋) フリー卓球 ★(集) フリーカラオケ	16 休館日	17 ☆(訓) 高砂パワリハ ☆(洋) 卓球クラブラビット ☆(集) 詩吟愛好会 ★(洋) リラックスヨガ ☆(交) 高砂げんきはつらつ教室⑨	18 ☆(洋) 気功・六和功教室 ☆(集) 健康マージャン教室 ★(洋) たのしいウクレレ！ ★(集) フリー囲碁将棋 ☆(交) 高砂ふれあいカフェ	19 ☆(洋) まなび舎サロン ☆(集) 大正琴教室 ★(洋) 太極拳教室 ★(集) 舞踊教室	20 ☆(洋) 卓球同好会 ☆(集) カラオケうぐいす ★(洋) ピンポンひよこ ★(集) 民謡教室 ☆(交) ルル予防応援教室⑦	21 ☆(洋) ダンス初心者 ★(洋) あみもの愛好会 ★(集) カラオケカトレア
22 ☆(洋) フリー卓球 ☆(集) フリーカラオケ 翌日準備のため午後の貸室は休止	23 勤労感謝の日 高砂老人福祉センター カラオケ歌合戦2026	24 休館日	25 休館日	26 ☆(洋) まなび舎サロン ☆(集) 大正琴教室 ★(洋) 高砂ピンボンズ ★(集) 舞踊教室	27 ☆(洋) いきいきクラブ ☆(集) フレイルエクサダンス ★(洋) つるしびな結の会 ★(集) カラオケOB会 ☆(交) ルル予防応援教室⑧	28 ☆(洋) ダンス初心者 ★(洋) あみもの愛好会 ★(集) カラオケローゼ
29 ☆(洋) フリー卓球 ☆(集) フリーカラオケ ★(洋) フリー卓球 ★(集) フリーカラオケ	30 休館日	☆・・・午前の開催 ★・・・午後の開催				

当センターへは便利な「地域交通」をご利用ください。（最寄り乗降場所「高砂市民センター」）

「おかつる号」 ▶▶▶
 （岡田・鶴巻地区予約型乗合タクシー）
 事前予約制 月曜、水曜、金曜運行



「たごあまるめ号」 ▶▶▶
 （田子・余目地区乗合タクシー）
 月曜、火曜、金曜運行



どうぞ
ご利用ください

仙台市社会福祉協議会PRキャラクター
「aiちゃん」