大野田老人福祉センター
令和8年11月21日発行

大野田センターだより　12月号

〒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　11/26(木)9:30～

《 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♫ 》

①12月8日(火) ②12月15日(火) ともに 13:00 ～ 14:15　定員各日30名
＊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！

《 美Bodyメイキングトレーニング 》

定員各日20名
①12月13日(日) ②1月10日(日) ともに 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

申込み開始　12/6(日)9:30～

《 グラスアート「ガラス板でクリスマス」》

12月17日(木) 10:00 ～ 12:00　定員10名
講師:大石 出氏　**材料費:2,000円(当日集金)**

《 終活セミナー「"実際"の将来の備え」 》

12月18日(金) 13:30 ～ 15:00　定員30名
遺言書や家族信託、死後事務委任など、事例を入れながら解説します。
講師:特定行政書士 阿部 匡博 氏

《 X'masジャズコンサート 》



12月19日(土) 13:00 ～ 14:30(予定)　定員50名
出演:Quartetto(カルテット)
毎年大好評。X'masにジャズの生演奏をお届けします。

《 フィットネスフラ 》



定員20名
12月20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

令和9年1～3月マッサージ体験者募集

申込は　12/1(火)～15(火)　当センター事務室まで

体験期間　1月～3月の第2・4金曜日13:30～(1人15分)

＊受付時間 9:30～14:30

★新規体験者優先　★20人以上申し込みの場合は抽選(当選者のみ連絡)

申込み開始　12/11(金)9:30～

《 懐かし名画劇場 X'mas番外編 「パリタクシー」 》

定員 40名
12月20日(日) 13:00 ～ 15:00
パリを舞台にマダムと運転手の奇跡の旅。山田洋次監督「TOKYOタクシー」の原作。

《 衛生講話 「高齢者の嚥下障害と誤嚥性肺炎、その予防と対策」 》

12月23日(水) 13:00～ 14:00　定員30名
講師:クリニックソアーズ 医師 畑山 秀彦 氏

《 世代間交流「世代を超えて一緒にeスポーツ」 》

12月26日(土) 13:00～ 15:00　定員15名
子どもたちと一緒にテレビゲームをしましょう！

《 簡単ピラティス＆ボディメンテナンス 》

定員20名



12月27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

申込み開始　12/24(木)9:30～

《 音楽療法 》



定員40名
1月7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。

《 笑う門には福来たる！ 》



定員30名
1月11日(月・祝) 13:00 ～ 15:00
～小噺＆どじょう掬い踊り体験～
出演:健康生きがいづくりアドバイザー 斎藤 政昭 氏

《大野田はぎの苑 製品展示販売》　12月16日(水)11:00～12:00　1Fロビー

12　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	火	午前			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜			
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	☆愛好会懇談会			
2	水	午前			〃	・大野田元気塾	・大野田吟詠		
		午後	・囲碁将棋		〃	★シニア学習講座			
3	木	午前			〃	・健康歌謡愛好会			
		午後	・囲碁将棋		〃	・すずめ＆レク	・ひつじの会		
4	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	・フレンド		
5	土	午前			〃	・ダンス愛好会			
		午後	・囲碁将棋		〃	・手話ソング			
6	日	午前			卓球愛好会 卓球大会	★フィットネスフラ	・暖		
		午後	・囲碁将棋				・北北		
7	月	午前	休　館　日						
		午後							
8	火	午前			・卓球愛好会	★音楽療法		・ピアノの会	
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★いきいきサロン			
9	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	
10	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	
11	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		
12	土	午前			・卓球愛好会	◎民謡教室	◎茶道①②		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	☆区老連	・茶話楽会		
13	日	午前			〃	★美Body	・暖		
		午後	・囲碁将棋		〃				
14	月	午前	休　館　日						
		午後							
15	火	午前			・卓球愛好会	◎六和功教室火曜			
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★いきいきサロン			
16	水	午前			・卓球愛好会	◎フラワー教室午前	・大野田吟詠		
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	◎フラワー教室午後			
17	木	午前			〃	★P＆G			
		午後	・囲碁将棋		〃	・すずめ＆レク	・ひつじの会	☆行政書士相談	
18	金	午前			〃	・日本の歌愛唱会			・カトレア
		午後	・囲碁将棋		〃	★終活セミナー	・フレンド		
19	土	午前			〃	×		控室	
		午後	・囲碁将棋		〃	★X'masコンサート		控室	
20	日	午前			〃	★フィットネスフラ	・暖		
		午後	・囲碁将棋		〃	★映画上映会	・北北		
21	月	午前	休　館　日						
		午後							
22	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	・健康歌謡愛好会			
23	水	午前			〃	・大野田元気塾	・デジタル民謡研究会		
		午後	・囲碁将棋		〃	★衛生講話	・椿		
24	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	
25	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		
26	土	午前			・卓球愛好会	◎民謡教室			
		午後	・囲碁将棋		・卓球愛好会	★世代間交流eスポーツ			
27	日	午前			〃	★ピラティス	・暖		
		午後	・囲碁将棋		〃				

備考	富沢地域包括支援センター相談日：１２月１１日（金）10：00～12：00

申込み不要

- 税理士無料相談　12月　9日(水)13時～14時半
  相続、贈与、所得など税金に関すること
- 行政書士無料相談　12月17日(木)13時～14時半
  遺言、相続、終活など手続きに関すること

年末年始の休館について

12月28日(月)～1月4日(月)

上記の期間は休館となります。ご了承ください。