

# 郡山老人福祉センターだより

令和 5 年

12月号



〒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 5 年 11 月 25 日

◎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。

## センターご利用にあたってのお願い

- ① 入館の際は、アルコール消毒、検温にご協力ください。
- ② マスクの着用のご協力をお願いします。
- ③ 発熱、咳、喉の痛み等の風邪様の症状がある場合はご利用を控えてくださるようお願いいたします。
- ④ 受付時には、入館票にお名前・ご住所・電話番号等を記入してください。
- ⑤ 冷・暖房時でも換気扇や窓の開放によって換気を確保します。ご理解をお願いします。
- ⑥ センター利用時は、1m~2mの十分な距離を保つようにして下さい。
- ⑦ 愛好会等で部屋をお使いの際は、定期的に換気を行うようにして下さい。
- ⑧ 衛生対策のため、靴下を必ず着用して下さい。

## <無料でお風呂に入れます>

入浴は無料です。入浴にあたっては、コロナ感染拡大防止対策にご協力下さい。

- ① 1回の利用時間は、最大40分です。
- ② 1回の利用人数は5人です。
- ③ 整理券方式です。
- ④ 入浴は無料です。

12月22日(金)は

## ゆず湯の日



※ご自宅の庭に柚子の木がある方、柚子のカンパお待ちしております。

入館時は靴下着用を!!

## 看護師 しもさんの健康相談

12月15日(金) 14:00~15:00 於:健康相談室

※申込不要 先着順 おひとり20分程度

## 行政書士無料相談

- ・日時 12月20日(水)  
13:00~15:00
- ・場所 和室

## 税理士無料相談

- ・日時 12月22日(金)  
13:00~15:00
- ・場所 和室

事前申込み不要。先着順にご案内します。

送迎あります！ 事前申込要

(送迎場所)

- ・八本松マンション
- ・長町サンハイツ
- ・長町駅
- ・太子堂駅

老人福祉センター・デイサービスセンター  
ケアプランセンター・地域包括支援センター

## 郡山4センター合同事業

# 介護・健康のつどい

12/13(水)  
13:30～15:30

事前申込みは  
12/9締切

こおりやま  
健康のつどい 第2部

### 腰痛改善のためのツボ押し体験会

14:30～15:30

からだ元気治療院のご協力により、腰痛に効くツボ押し体験会です。ひとりひとりにあったツボを教えてくださいます。

事前申込要

### ニュースポーツ体験！

～ヨルフ～ 13:30～15:30

ヨルフは手軽にできるゴルフゲームです。気軽にチャレンジしてみてください。参加賞用意してます。

### 高齢者なんでも相談 13:30～15:30

介護保険のこと、家族や生活のこと、心配事、どうぞご相談下さい。

どちらも事前申込不要

こおりやま  
健康のつどい 第1部

衛生講話 14:00～14:30

### 「冬場の血圧管理について」

講師 青沼 清一先生(当センター嘱託医・青沼内科医院院長)

事前申込要

郡山デイサービスセンター

## 見学会

13:30～15:30

ご利用希望の方、ご家族、担当ケアマネージャーさんに、相談員が施設の説明をさせていただきます。施設・訓練の見学もさせていただきます。また、当日、個別利用相談もお受けします。

事前申込要

詳細のお問い合わせ・お申し込みはこちら

### 郡山老人福祉センター

仙台市太白区郡山字行新田9-5

☎ 022-308-5332

(月曜日休館)