

申込み開始 9/22 (日・祝) 9:30~

〈 東北文化学園大学市民学習講座 〉

定員:30名

～ 一日の始まりは準備体操 ～

健やかに一日を活動するには準備が必要です。自分に合った準備体操を選んでみませんか

10月1日(火) 13:30 ~ 15:00

講師:医療福祉学部 リハビリテーション学科 理学療法学専攻 准教授 村上賢一氏

〈 いきいき健幸生活 〉

定員:30名

レッツフレイル予防! 自宅でも継続して行える健幸体操を紹介します

10月2日(水) 13:00 ~ 14:30

講師:仙台市健康福祉事業団 健康増進センター 運動指導員 三浦氏

〈 音楽療法 〉

定員:30名

10月3日(木) 10:00 ~ 11:00

講師:音楽療法士 白木 沙織 氏

〈 カラオケ自由開放 〉

定員:20名

10月5日(土) 13:00 ~ 14:30

〈 フィットネスフラ 〉

定員:20名

10月6日(日)・10月20日(日) 10:00 ~

講師:AFAA認定マルチライセンスホルダー 黒田 千雪 氏

申込み開始 9/29 (日) 9:30~

〈 いきいきサロン～フレイル予防のリズム体操 〉

定員:30名

音楽映像に合わせてリズム体操やストレッチなど楽しみながら筋力アップ!

10月8日(火) 13:00 ~ 14:15

〈 落語会(東北大学落研) 〉

定員:40名

笑う門には福来る! みんなで笑いましょう(^o^)/

10月13日(日) 10:00 ~ 11:30

東北大学学友会 落語研究会のみなさん

〈 映画上映会「グット・ウィル・ハンティング」 〉

定員:40名

新たな希望をつかむとき、旅立ちが始まる

10月14日(月・祝) 10:00 ~ 12:00過ぎ

大野田センターだより



発行 令和6年9月20日

大野田老人福祉センター

〒982-0014 仙台市太白区大野田5丁目23-5

TEL:247-1005 FAX:797-1711

e-mail:oonodaroujinnhukusi@w6.dion.ne.jp

申込み開始 10/17 (木) 9:30~

〈 カラオケみんなで歌おう 〉

定員:30名

今回は「流行歌」を一緒に歌いましょう♪

10月22日(火) 13:00 ~ 14:30

〈 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 〉

定員:20名

10月27日(日) 10:00 ~ 12:00

講師:AFAA認定マルチライセンスホルダー 黒田 千雪 氏

〈 市政出前講座「発掘調査からわかったふるさと仙台の歴史」 〉

郡山遺跡での調査成果を手がかりとした歴史探訪(講義)

定員:30名

10月29日(火) 13:30 ~ 15:00

講師:仙台市教育局生涯学習部文化財課 山口沙織 氏

〈 いきいきサロン～フレイル予防のリズム体操 〉

定員:30名

音楽映像に合わせてリズム体操やストレッチなど楽しみながら筋力アップ!

10月30日(水) 13:00 ~ 14:15

〈 演劇情動療法朗読会 〉

定員:40名

～自分や家族が認知症になることに不安な方へ～

感動して泣く・笑うといった「情動(心)」に働きかけることで認知症を抑制、改善する

効果が認められているのが演劇情動療法です

10月31日(木) 13:30 ~ 15:00

講師:NPO法人日本演劇情動療法協会理事長 演劇情動療法士

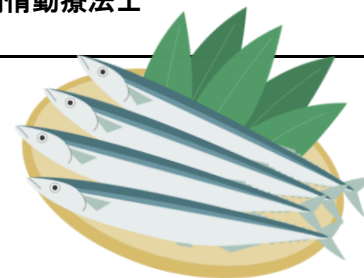
俳優・演出家 前田有作氏

10/18(金) 13:30~15:00 介護予防教室

～これからも元気に歩くための運動教室～

お申込みは「富沢包括支援センター」へ

☎748-0503



10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	実習生控室	・ピアノの会		
		午後			・囲碁将棋	・卓球愛好会	★東北文化学園大学講座			
2	水	午前			//	・大野田元気塾		実習生控室	・パタンク	
		午後			・囲碁将棋	//	★いきいき健康生活	・虹の会		
3	木	午前			//	★音楽療法		実習生控室		
		午後			・囲碁将棋	//	・すずめ&レク	・ひつじの会		
4	金	午前			//	・日本の歌愛合唱会		・ふきのとう	・カトレア	
		午後			・囲碁将棋	//	・ガーベラ	・凜りん		
5	土	午前			//	・ダンス愛好会				
		午後			・囲碁将棋	//	★カラオケ自由開放			
6	日	午前			//	★フィットネスフラ	・暖			
		午後			・囲碁将棋	//	◎タイチー教室			
7	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
8	火	午前			・卓球愛好会	・健康歌謡愛好会		・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			・パタンク	
		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			//	◎民謡教室	◎茶道①			
		午後			・囲碁将棋	//	☆区老連	◎茶道②		
13	日	午前			//	★落語会		落研控室		
		午後			・囲碁将棋	//	・すずめ&レク			
14	月・祝	午前			//	★映画上映会				
		午後			・囲碁将棋	//				
15	火	午前	休館日							
		午後	休館日							
備考	富沢地域包括支援センター相談日：10月11日（金）10：00～12：00 税理士による無料相談日：10月9日（水）13：00～14：30 行政書士による無料相談日：10月17日（木）13：00～14：30									
16	水	午前	休館日							
		午後	休館日							
17	木	午前			・卓球愛好会	◎P&G教室				
		午後			・囲碁将棋	・卓球愛好会	・はつらつ元気	・ひつじの会	☆行政書士相談	
18	金	午前			//	・日本の歌愛合唱会			・カトレア	
		午後			・囲碁将棋	//	★介護予防教室	・凜りん	☆スマホ教室	
19	土	午前			//	・ダンス愛好会				
		午後			・囲碁将棋	//	・手話ソング	・虹の会		
20	日	午前			//	★フィットネスフラ	・暖			
		午後			・囲碁将棋	//	◎タイチー教室			
21	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
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	★みんなでカラオケ			
23	水	午前			//	◎フラワー教室午前			・パタンク	
		午後			・囲碁将棋	//	◎フラワー教室午後	・椿	実習生控室	
24	木	午前	◎謡曲教室		//	・すこやかヨガ午前	実習生控室			
		午後	・囲碁将棋		//	・すこやかヨガ午後	・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			//	◎民謡教室				
		午後			・囲碁将棋	//				
27	日	午前			//	★ピラティス				
		午後			・囲碁将棋	//	・はつらつ元気			
28	月	午前	休館日							
		午後	休館日							
29	火	午前			・卓球愛好会	・健康歌謡愛好会		・ピアノの会		
		午後			・囲碁将棋	・卓球愛好会	★市政出前講座			
30	水	午前			//	・大野田元気塾	実習生控室		・パタンク	
		午後			・囲碁将棋	//	★いきいきサロン			
31	木	午前			//		実習生控室			
		午後			・囲碁将棋	//	★演劇情動療法			