

郡山老人福祉センターだより

〒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6年12月25日

令和7年
 1月号



迎春

◎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。

新年あけましておめでとうございます。
 みなさまにおかれましては、健やかな新年をお迎えのことと存じます。
 昨年は、ご利用者の皆さまのご理解、ご協力のもと、昼間の開放や食事利用の再開等、センターの利用方法の変更をスムーズに行うことができました。
 また、昨年11月29日、地域交通バス「はちこおバス」の試験運行開始を祝って開催しました「こおりやま4センターまつり」では、たくさんの方にご来場いただきました。開催にあたり、ご協力いただいた皆さまに改めて感謝申し上げます。
 新しい年は、なお一層皆さまに喜んでいただける新しい企画や健康維持のためのお手伝いを行ってまいります。
 皆様のご来館を職員一同心よりお待ちしております。

郡山老人福祉センター職員一同

地域交通バス「はちこおバス」試験運行中！「はちこおバス」を使ってのご来館をお待ちしております。



運行ルート



11月1日より、地域交通バス「はちこおバス」が月・水・金の週3回試験運行中です。
 運賃は大人300円（70歳以上または障害者の方は100円、小学生は150円）です。
 交通の便が悪くてなかなか当センターを利用できなかったみなさま、ぜひ「はちこおバス」を使ってご来館下さい。

(利用例)

9:29 籠ノ瀬バス停から復路(飯田団地行)に乗車
 9:37 郡山老人福祉センター到着

入浴や教室や愛好会参加、ご休憩等

12:45 郡山老人福祉センター往路(市立病院行)乗車
 12:53 籠ノ瀬バス停到着

地域交通「はちこおバス」の乗り方、時刻表がまとまったリーフレットを当センターで配布中

～うたと音楽に合わせて～
 はなまる体操



音楽健康指導士の指導による「うたと音楽」を使った、無理なくできる楽しい体操により、運動・口腔・認知機能の維持・向上を図ることを目的とした教室です。
 是非、ご参加下さい!!!

日時 1月21日(火)
 14:00~15:30
 会場 東郡山コミュニティーセンター多目的ホール
 申込み 窓口か電話で
 定員 30名
 1/13名切
 (多数時抽選)



いずれも、八本松市民センター・長町駅から送迎します。

こおりやまはつらつ広場
 太白保健福祉センター
 「健康講座」

○「歯と口の健康」
 ～嚥下機能やオーラルフレイル予防の話～
 講師 太白区保健福祉センター 歯科医師 田所大典氏
 ○「食生活と栄養」
 ～フレイル予防を意識した食事バランスと調理の工夫～
 講師 太白区保健福祉センター 栄養指導員 竹内倫氏

日時 2月4日(火) 14:00~15:30
 会場 集会室
 定員・申込み 定員 25名
 窓口か電話で(1/28名切)
 (多数時抽選)

こおりやまつどいの部屋
 シニアコンサート

& コーヒーマスターの美味しいコーヒーでおしゃべり

あすと長町体操クラブトリオの皆さんによる「ハワイアン」「ウクレレ弾き語り」「ハーモニカ演奏」「演歌の歌唱」をお楽しみください。
 コーヒーマスターが淹れる美味しいコーヒーもお楽しみに

日時 1月22日(水) 14:00~15:00
 会場 集会室
 定員・申込み 定員 25名
 窓口か電話で(1/15名切)
 (多数時抽選)

税理士無料相談

・日時 1月24日(金)
 13:00~15:00
 ・場所 和室

行政書士無料相談

・日時 1月22日(水)
 13:00~15:00
 ・場所 和室

しもさんの健康相談

・日時 1月17日(金)
 14:00~15:00
 ・場所 健康相談室

事前申込不要・先着順にご案内します。

11/29 「こおりやま4センターまつり」たくさんのご来場ありがとうございました



※左:フラダンス教室の皆さん 中央:あぐり郡山の皆さん 右上:芋煮 右下:はちこおバスで帰宅

郡山老人福祉センター 1月の予定表

日		月		火		水		木		金		土	
午前						1		2		3		4	
午後						休館日		休館日		休館日		休館日	
5		6		7		8		9		10		11	
午前		休館日		(洋) 絵手紙愛好会 (集) ヨーガ教室		(集) ヨーガ愛好会 (訓) デイサービス事業		(洋) 絵手紙愛好会 (訓) デイサービス事業 (集) フラダンス教室		(洋) 頭の健康教室 (訓) 郡山体操クラブ		(和) 将棋個人利用	
午後				(洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用		(和) 将棋愛好会		(洋) 仙台カラオケクラブ		(洋) 郡山マージャンクラブ		(洋) 麻雀教室福祉会 (和) 将棋個人利用	
12		13		14		15		16		17		18	
午前		休館日		休館日		休館日 (訓) デイサービス事業		(洋) 編み物愛好会 (訓) デイサービス事業		17 しもさんの健康相談 (洋) 頭の健康教室		(和) 将棋個人利用	
午後								(洋) 元気マージャンクラブ (和) 将棋個人利用		(洋) 編み物教室 (集) 健康太極拳教室		(洋) 絵手紙教室	
19		20		21		22		23		24		25	
午前		休館日		21 はなまる体操 (集) ヨーガ教室		22 つどいの部屋 (集) ヨーガ愛好会 (訓) デイサービス事業		(集) フラダンス教室 (訓) デイサービス事業		(洋) 頭の健康教室 (訓) 郡山体操クラブ		(和) 将棋個人利用	
午後				(洋) カラオケ個人利用 (和) 将棋個人利用		(洋) 郡山マージャンクラブ 入浴休止		(和) 将棋愛好会 (洋) 行政書士無料相談		(洋) 仙台カラオケクラブ		(洋) 健康マージャンクラブ (和) 税理士無料相談	
26		27		28		29		30		31			
午前		休館日		(集) 恵風会 (太極拳)		(訓) デイサービス事業		(洋) 編み物愛好会 (訓) デイサービス事業		(洋) 頭の健康教室			
午後				(洋) 元気マージャンクラブ (和) 将棋個人利用						(洋) 編み物教室		(洋) 健康マージャンクラブ	