

令和7年(2025)4月号

# 大野田センターだより 4月

〒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 3/20(木・祝)9:30~

### 《 音楽療法 》

定員:40名

4月3日(木) 10:00 ~ 11:15

講師:音楽療法士 白木 沙織 氏

ゆったりとした音楽にあわせてストレッチをしたり、唱歌・童謡を歌ったりします

### 《 フィットネスフラ 》

定員:各20名

4月6日(日)・4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

### NEW 《美Bodyメイキングトレーニング 》

定員:20名

4月6日(日) 13:00 ~ 14:30

~ペットボトルをダンベルにして楽しく筋トレしましょう!~

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 3/30(日)9:30~

### 《 いきいきサロン~フレイル予防のリズム体操 》

定員:各30名

① 4月8日(火) ② 15日(火) 13:00 ~ 14:15

①か②どちらか1日のみお選びください

映像で楽しむお花見会&春の歌&脳トレストレッチ!

### 《 映画上映会 「男はつらいよ~寅次郎夕焼け小焼け~」 》

4月13日(日) 10:00 ~ 12:00

定員:40名

悲観にくれる訳ありな女性をみると、放っておけない寅さんの面目躍如!

## 申込み開始 4/13(日)9:30~

### 《 簡単ピラティス&ボディメンテナンス 》

定員:20名

4月27日(日) 10:00 ~ 12:00

体幹を鍛えて日常生活をしやすく!

講師:AFAA認定ピラティスインストラクター 黒田 千雪 氏

### 《 みんなで歌おう 🎵 》

定員:40名

4月29日(火・祝) 10:00 ~ 12:00

昭和のヒット曲をみんなで一緒に歌います

\*リクエストがあればどうぞ~(^^♪

2/21(金)・22(土)趣味の教室/愛好会 発表会がありました



どのステージも迫力満載!!



展示品もどれも売り物のようで素敵でした

催しや講座の様子を写真撮影して館内に掲示させていただく場合があります。ご了承願います。

# 4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	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		・ピアノの会		16	水	午前			・卓球愛好会	◎フラワー教室午前			・パタンク	
		午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会							午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会	◎フラワー教室午後				
2	水	午前			・卓球愛好会	・大野田元気塾	・大野田吟詠		・パタンク	17	木	午前			//	・健康歌謡愛好会				
		午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会		・虹の会					午後			//		・ひつじの会	☆行政書士相談		
3	木	午前			//	★音楽療法				18	金	午前			//	・日本の歌愛唱会			・カトレア	
		午後			・囲碁将棋	//	・すずめ&レク	・ひつじの会				午後			・囲碁将棋	//	・凜りん			
4	金	午前			//	・日本の歌愛唱会		・ふきのとう	・カトレア	19	土	午前			//	・手話ソング	・暖			
		午後			・囲碁将棋	//	・ガーベラ	・凜りん				午後			・囲碁将棋	//	・ダンス愛好会	・虹の会		
5	土	午前			//	・ダンス愛好会	・暖			20	日	午前			//	★フィットネスフラ				
		午後			・囲碁将棋	//	・手話ソング					午後			・囲碁将棋	//	・すずめ&レク			
6	日	午前			//	★フィットネスフラ				21	月	午前	休館日							
		午後			・囲碁将棋	//	★美Body					午後								
7	月	午前	休館日								22	火	午前				・いちごの会		・ピアノの会	
		午後										午後			・囲碁将棋					
8	火	午前				・健康歌謡愛好会		・ピアノの会		23	水	午前			・卓球愛好会	・大野田元気塾	・大野田吟詠		・パタンク	
		午後				★いきいきサロン					午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会		・椿				
9	水	午前			・卓球愛好会	◎絵手紙教室午前			・パタンク	24	木	午前	◎謡曲教室	//	・すこやかヨガ午前					
		午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会	◎絵手紙教室午後	・椿	☆税理士相談			午後	・囲碁将棋	//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会				
10	木	午前	◎謡曲教室	//	・すこやかヨガ午前					25	金	午前			//	◎六和功教室金曜			・カトレア	
		午後	・囲碁将棋	//	・すこやかヨガ午後	・藤華会	・折紙愛好会				午後	・囲碁将棋	★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ					
11	金	午前			//	◎六和功教室金曜			・カトレア	26	土	午前			//	◎民謡教室				
		午後	・囲碁将棋	★マッサージ	・ガーベラ	★マッサージ					午後	・囲碁将棋	//							
12	土	午前			//	◎民謡教室	◎茶道①			27	日	午前			//	★ピラティス				
		午後	・囲碁将棋	//	☆区老連	◎茶道②					午後	・囲碁将棋	//							
13	日	午前			・卓球愛好会	★映画上映会				28	月	午前	休館日							
		午後			・囲碁将棋 ・卓球愛好会						午後									
14	月	午前	休館日								29	火	午前			//	★みんなで歌おう		・ピアノの会	
		午後										午後	・囲碁将棋	//						
15	火	午前				◎六和功教室火曜		・ピアノの会		30	水	午前	休館日							
		午後			・囲碁将棋	★いきいきサロン					午後									
備考	富沢地域包括支援センター相談日:4月11日(金)10:00~12:00 税理士による無料相談日:4月9日(水)13:00~14:30 行政書士による無料相談日:4月17日(木)13:00~14:30																			