

泉いきいきセンターだより 2019年5月号

仙台市泉中央老人福祉センター
 仙台市泉区七北田字菅間38
 TEL/FAX 022(373)1285
 izuminoie@utopia.ocn.ne.jp
 指定管理・宮城県高齢者生活協同組合
 (ささえあい生協宮城)



◆血圧は常に注意しましょう!◆

高血圧が続くと血管が障害されて動脈硬化が進行し、脳卒中や心筋梗塞が起きやすくなります。最高血圧が120mmHg未満、拡張期(最低)血圧が80mmHg未満の人に比べて、最高血圧が140mmHg以上・最低血圧が90mmHg以上の人では、脳卒中や心筋梗塞の発症リスクは3倍以上に上昇するという調査結果があります。(HP保険指導リソースガイドより)

～譲り合い・助け合い・励まし合い・言葉を交わし合い～

教室名	期間・回数	時間・曜日	募集人数	備考
ハリネズミのブローチの手作り教室	6/12 6/26 (全2回)	10:00~12:00 (水曜日)	15名 (先着)	5/7 より受付

参加費 お一人500円(1個) 裁縫道具持参(基本的な物)
 全2回で仕上げますので、両日参加出来る方を希望します。
 簡単な裁縫とボンド工作ですので、どなたでも簡単に出来ます。



いきいきお茶会「ゲームであ・そ・ぼ」

6月13日(木) 10:00~12:00

会場 大広間 募集40名 参加無料

単純なゲームだけにおもしろい!

みんなでやるともっとおもしろい!

普段の服装でパターゴルフと輪投げなどで楽しみましょう!

その後はみんなでお話とお茶タイム!

申込みは5月7日(月)より順次受付し、40名になりましたら締切です。



4月17日(水)は素晴らしい天候に恵まれ「いきいきお茶会・里めぐりツアー」が開催されました。桜もきれいに開花した中を散策し、「ふれあいの家」の利用者さんと一緒に作業体験をしました。その後(有)宮城野ゆば本舗でゆばの話を聞き、最後はセンターに戻り会議室でお団子とお茶でゆったりと楽しみ、みんな笑顔でした。



☆南京玉すだれ教室☆

一度始めたらやめられな~い楽しさ!

日程: 7月12日(金)より第2・4金に開催(9月まで)

時間: 10:00~12:00 会議室

受講料: 無料 募集人数: 15名(先着順)

応募: 5/7~受付開始直接窓口にて申込みください。



喫茶「森の泉サロン」

5月24日(金)

12:00~13:00

珈琲 一杯50円

小和室で開催します



カラオケ

開放日

会場 大広間

5月25日(土)

13:00~15:00



ボランティアの集い

5月22日(水)

10:00~12:00 会議室

誰でも参加できます!

誰でも出来ることがあります。

あなたの力と

思いをセンターに

貸してください。



各サークル代表の方へ

9月の会場予約は

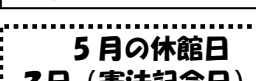
6月1日(土)

9:20より受付番号札

を取り、予約抽選は

9:30より

開始です。



5月の休館日

3日(憲法記念日)

4日(みどりの日)

5日(こどもの日)

6日(振替休日)

12日(日)

19日(日)

26日(日)



福祉用具の杖(つえ)や歩行器をご利用のみなさまへ

外でご使用の杖をそのまま館内で使用の場合は、

各自でご用意の保護キャップや杖カバーなどをご使用ください。

尚、ご用意されていない方はセンターの消毒液にて床に触れる部分の消毒をお願いいたします。



行政書士無料相談会

事前予約が必要です

5月29日(水)

10:00~12:00

ご相談は、お一人30

分間となります。

※4月23日現在の状況です。変更になる場合もあります。

令和元年5月 日程表

泉中央老人福祉センター

日	曜日	大広間	小和室	会議室	ロビー	グランド	野外	泉社会福祉センター	日	曜日	大広間	小和室	会議室	ロビー	グランド	野外	泉社会福祉センター	
1	水	カラオケ愛好会 運動サークル	個人利用	手作りサークル サポート会		ゲートボール			16	木	フラダンス教室 モキハナ	個人利用	カラオケ楽唱会 米粉学習会		ベタンク		太極拳愛好会 太極拳二期会	
2	木	カラオケ楽唱会 モキハナ	個人利用	映画)クレーマークレーマー 映画)ねこタクシー		ベタンク		太極拳愛好会 太極拳二期会	17	金	嬉楽嬉楽(月) ラウンドダンス教室	個人利用	マジック教室 マジック愛好会		ゲートボール			
3	金	休館日(憲法記念日)								18	土	カラオケ21 カラオケ分校いずみ	ひまわり 個人利用	麻雀サークル		ベタンク		
4	土	休館日(みどりの日)								19	日	休館日						
5	日	休館日(子どもの日)								20	月	3B体操教室 3B体操愛好会	個人利用	区老連		ゲートボール		休館日
6	月	休館日(振替日)								21	火	囲碁研究会 雀遊会	個人利用	切り絵教室② パソコン愛好会		ベタンク教室 ベタンク		郷土史研究会
7	火	フラワーアレンジ 雀遊会	個人利用	パソコン愛好会		ベタンク		休館日	22	水	カラオケ愛好会 運動サークル	個人利用	ボランティア会議 マッサージ体験会		ゲートボール			
8	水	ヨガ教室 3B体操愛好会	個人利用	カラオケ愛好会 マッサージ体験会		ゲートボール		休館日	23	木	省の子サークル 太極拳五期会	個人利用	カラオケ愛好会 平和会		ベタンク教室 ベタンク		太極拳愛好会 太極拳二期会	
9	木	省の子サークル 太極拳五期会	個人利用	カラオケ楽唱会 平和会		ベタンク		休館日	24	金	嬉楽嬉楽(星) 詩吟同好会	森の泉サロン 個人利用	森の泉サロン 句会さくら	森の泉 サロン	ゲートボール		ラウンドダンス	
10	金	嬉楽嬉楽(星) 詩吟同好会	個人利用	区老連 GCS		ゲートボール		ラウンドダンス	25	土	カラオケ分校いずみ カラオケ開放	囲碁愛好会 個人利用	麻雀サークル		ベタンク		英語教室	
11	土	カラオケ分校いずみ 春香会	囲碁愛好会 個人利用	麻雀サークル		ベタンク			26	日	休館日							
12	日	休館日								27	月	民謡サークル 月影会	個人利用	編物教室 編物愛好会		ゲートボール		休館日
13	月	フラワーアレンジ 六和功	個人利用	編物教室 編物愛好会		ゲートボール		休館日	28	火	カラオケ楽唱会 雀遊会	個人利用	切り絵教室③ パソコン愛好会		ベタンク教室 ベタンク			
14	火	囲碁研究会 雀遊会	個人利用	切り絵教室① パソコン愛好会		ベタンク			29	水	カラオケ愛好会 運動サークル	個人利用	無料相談会		ゲートボール			
15	水	カラオケ愛好会 運動サークル	個人利用	いきいきお茶会 こけ玉作り GCS		ゲートボール			30	木	太極拳五期会 省の子サークル	個人利用	平和会 GCS		ベタンク教室 ベタンク		太極拳愛好会 太極拳二期会	
※ 上段は午前、下段は午後の活動です。									31	金	嬉楽嬉楽(月) ラウンドダンス教室	個人利用	マジック教室 マジック愛好会		ゲートボール			

センターをご利用のときは・・・

- 対象: 仙台市内にお住まいの60歳以上の方
- 1) 利用時間 9:30~16:30
 - 2) 入浴時間 10:00~15:00
火曜日・土曜日は14:30まで(配管清掃の為)
 - 3) 休館日 日曜・祝日・年末年始

- 4) 施設内での飲酒はできません
- 5) 敷地内は全面禁煙です。
- 6) 飲酒後の入館も御遠慮願います。
- 7) 節電・節水にご協力ください。
- 8) 靴入れの袋をお持ち下さい。(地震対策)

いきいきお茶会: 5/15こけ玉作り