

泉いきいきセンターだより
2021年8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
メール: izuminoie@utopia.ocn.ne.jp
指定管理: 宮城県高齢者生活協同組合



～譲り合い・助け合い・励まし合い・言葉を交わし合い～

ワクチン接種が進みましたが、県内新規陽性者が増えつつあること、オリンピックなどの大規模祭事が開催されること、夏季休暇中に人の流れが活発になること及び全国的に変異株への置き替わりが見られることなどを踏まえ、これまでと同様に以下のような予防対策の徹底を引き続きよろしくお願い申し上げます。

＜入館の際は、以下の項目にご協力ください。＞



①マスクの着用をお願いいたします。

館内の滞在・移動の際は必ずマスクの着用をお願いいたします。

②手洗い・手指のアルコール消毒をお願いいたします。

館内に設置の手洗い場、アルコール消毒剤をご使用ください。

③検温をお願いいたします。

37.5℃以上（高熱）の方は入館をお断りいたします。

平熱が高い方についても 37.5℃以上の場合には入館をお断りいたします。



熱中症のお話-その2

熱中症は、炎天下の屋外で激しい運動や長時間の作業をすることで起こりやすいと思われがちですが、実際は、家の中で起こることが最も多いとされています。家の中で起こる熱中症では、じわじわと時間をかけて体調が悪化していきます。そのため、自身や周囲の人が気づかないうちに危険な状態になってしまうのです。

高齢者は一般的に、暑さや寒さを感じる機能が低下していることが多く、暑さを不快に感じにくくなっています。そのため、自覚症状がないまま熱中症が進行しているというケースが多く見られます。

家の中での熱中症対策は、エアコンを使って涼しい環境を保つことが、最も重要です。また日中だけではなく暑かった日の夜や睡眠中も、積極的に使用しましょう。また水分補給は「のどが乾いたら飲む」のではなく「のどが乾く前にこまめに飲む」ことが重要です。例えば、「起床したとき」「3度の食事のとき」「朝10時と午後3時の休憩のとき」「入浴の前後」「就寝する前」などとすると忘れにくく、お勧めです。（参考文献）：きょうの健康7月号

行政書士による (完全予約制)

無料相談会 8月26日(木) 10:00～12:00 お一人様30分間です

事前(3日前まで)に窓口までお申込みください。 個人情報は厳守いたします。



イベント開催と募集

募集1 「知って安心講座～介護予防講座」

- ① 8/18 (水) 楽しい脳トレ～ゲーム感覚で楽しめます♪
 - ② 9/ 1 (水) 認知症を学ぶ～認知症の基本、医療、支援について
 - ③ 9/15 (水) 認知症サポーター養成講座
- 全3回 午前10時～12時 参加費：無料
8/10まで20名募集



募集2 「臨床美術教室」8月31日(火)

時間：午前10時～12時 場所：小和室
参加費500円 持ち物ありません 先着10名募集
臨床美術(臨床美術)は、芸術的な創作活動やコミュニケーションを通して、脳とこころを活性させ、認知症の予防や改善、心の問題のケアを目的とします。



絵を描いたことない人でも気軽に参加でき誰でも単純にアートを楽しめるように工夫されています。そして楽しく集中して創作することにより、心に、脳に効いてきます

募集3 「いずみ野村歴史散歩」

泉、野村地区の歴史を見て、聞いて、学ぶ、伝える講座です。
8/31・9/28・10/19・11/30 全4回
火曜日10時から12時 参加費400円(保険代)
申し込みは8/15まで 15名募集



地域包括支援センターとは・・・地域の高齢者支援窓口です

健康のこと

最近疲れやすいかな～

介護のこと

母の介護が大変になった

家族のこと

夫がまったく外に出ない!

近所の高齢者のこと

どうやら一人暮らしのようです

お金や財産管理のこと

入院したら貯金がなくなった

その他

振り込め詐欺かな～

8月の休館日：

8月1日(日)・8(日)・9(月)・15(日)・22(日)・29(日)



令和3年8月 日程表

泉中央老人福祉センター
373-1285

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	日	休館日								16	月	六和功愛好会 愛好会3B体操 愛好会						休館日
2	月		編物ゆりの会					休館日	17	火	太極拳サークル	ボランティア 手芸			ペタンク		いずみ郷土 史OB会	
		愛好会3B体操 愛好会										ボランティア 手芸	パソコン愛好会					
3	火					ペタンク			18	水	脳若トレーニング 運動サークル							
4	水		ボランティア手 芸	手作りサークル					19	木	フラダンス教室 モキハナ				ペタンク	畑教室	泉太極拳 愛好会	
		運動サークル																
5	木	フラダンス教室 モキハナ				ペタンク	畑教室	泉太極拳 愛好会	20	金	ラウンドダンス教 室	マジック教室						
											ラウンドダンス愛 好会	マジック愛好会	マジック愛好会					
6	金	ラウンドダンス教 室	マジック教室						21	土	ワンアップクラブ	ひまわり			ペタンク			
		ラウンドダンス愛 好会	マジック愛好会	マジック愛好会														
7	土	ワンアップクラブ	ひまわり			ペタンク			22	日	休館日							
8	日	休館日(山の日)								23	月	六和功愛好会 区老連	編物教室 編物愛好会					休館日
9	月	休館日(山の日振替)								24	火	ボランティア芸能				ペタンク		
													パソコン愛好会					
10	火	フラワー愛好会	ボランティア手 芸			ペタンク		休館日	25	水	水彩画教室 運動サークル							
				パソコン愛好会														
11	水							休館日	26	木	太極拳サークル		無料相談		ペタンク	畑教室	泉太極拳 愛好会	
12	木	太極拳サークル	絵手紙教室 区老連			ペタンク	畑教室		27	金		ボランティア手 芸						
											ラウンドダンス愛 好会		句会さくら					
13	金								28	土	ワンアップクラブ				ペタンク		英語教室	
14	土					ペタンク			29	日	休館日							
15	日	休館日								30	月	六和功愛好会 イスヨガ教室					将監サロン	休館日
									31	火		クリニカル アート			ペタンク	泉野村歴史散 歩①		

※ 上段は午前、下段は午後の活動です。

対象：仙台市内にお住まいの60歳以上の方

センターをご利用のときは...

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)

(注意) 12:00~13:00は入浴時間がお休みとなります。

また、火曜・土曜は浴槽消毒の為14:30までとなります。

コロナ禍により1回の入浴は6名まで40分間となります。