

泉いきいきセンターだより

2024年10月

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
指定管理者・宮城県高齢者生活協同組



中秋の名月が過ぎ、朝晩の気温も下がりましたが日中の暑さはまだ厳しいです！
夏が過ぎてそろそろ疲れが出てくるころ！体の手入れをして夏の疲れを回復しましょう。
夏バテ解消には、食事・運動・睡眠のバランスを整えることが大切です。栄養バランスの取れた食事、無理のない適度な運動、十分な睡眠によって自律神経のバランスを整え、
美味しい「食欲の秋」を楽しみましょう♪



🌸 マッサージ体験…10月9日(水) 12:40~14:40

◎受付は9月26日(木)からです。体験はおひとり約15分です。
持ち物：バスタオル1枚・フェイスタオル2枚 お申し込み方法：事前予約制(先着6名)
ご希望の方は電話または看護師までお申し込み下さい。センター(373-1285)まで。



🌸 相続・遺言等行政書士無料相談会は10月10日(木)10:00~11:30

◎受付は9/26(木)からです。
主催はボランティアグループ仙台ライフサポートによるもので、完全予約制です。
“一人約30分となります”
センター(373-1285)までお電話または直接お申し込み下さい。
今回は、11月14日(木)です。個人情報、秘密は厳守いたします。お気軽にご相談下さい。



【森の泉福祉サロン】

★10月はお休みになります。
次回11月11日(月)11:30~13:00になります。



【サークル代表の皆さまへ】 令和7年1月の部屋とりをします。
10月1日(火)~10月8日(火)まで電話、Fax、窓口にて希望を伺います。
センターで調整いたしますので、確定は10月10日以降に直接センターでご確認下さい。

★みて・きいて・まつり実行委員会、反省会を
10月12日(土) 13:00~大広間で行います。

★いずみいきいき会(ボランティア)各部役員会を
11月1日(金) 13:00~大広間で行います。

【なごみカフェ】10月はお休みです。
次回11月18日(月)になります。



【涼み処について】
9月末で終了いたしました。



🔥 10月 お風呂の休業日 2日(水)・3日(木)・4日(金)
※5日のお風呂の受付は12:30~14:00まで 入浴は13:00~14:30となります。

10月の休館日 6日(日)・13日(日)・14日(月)・20日(日)・27日(日)

♥各募集のお知らせ

~応募は電話・直接センターにてお申し込み下さい~

TEL 022(373)1285



①【教室の募集】◎受付 10/7(月)~10/21(月)まで 募集・先着 20名 参加費：無料
※書道教室 開催日：11/13・27・12/11・25・1/8・22・2/12・26・3/12・26(水曜日)



時間：10:00~11:45 全10回 場所：大広間
持ち物：書道道具一式・上履き・外履き入れ用袋をお持ち下さい。
(硯・筆・文鎮・下敷き・墨汁・筆巻き・筆置き・半紙・新聞紙3枚以上・雑巾)

②【講座の募集】◎募集中！ 募集・先着 20名 ・全5回(木曜日) 参加費：無料

※知って安心講座 開催日：・10/17日(エンディング講話) ・10/31日(骨密度のお話)
・11/7日(健康講話) ・11/21日(フレイルのお話) ・12/5日(ツボ押し体)
・時間：10:00~11:30 ・場所：大広間 ・持ち物：上履き・外履き入れ用袋をお持ち下さい。

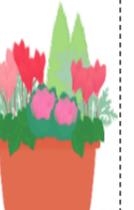
③【冬支度ボランティアの募集】◎受付9月26日(木)から

開催日：11月1日(金)
※作業時間 9:00~9:45 草取りをお願いします。雨天時：窓ふきになります。
◎参加者の入浴希望者の方は10:00~の入浴になります。
一般の方の入浴は10:30~ 受付11:00までとなります午後は通常行います。



④【秋の遠足の募集】◎受付10月7日(月)~10月21日(月)まで 参加費：3,600円

※開催日：11月5日(火) ※先着20名 ※雨天決行 ※当日集金(保険代含む)
※場所：ローズ・ガーデン ※28日以降キャンセル不可
※9:30老福センター第3駐車場、ローズ号で出発 ⇒ 加茂神社(紅葉見学) ⇒ 現地へ
“寄せ植え・お食事付き・買い物” ⇒ 14:00頃 老福センター着(予定)
(詳細は館内ポスターをご覧ください)



【10月5日(土)】“みて・きいて・まつり”

10:00~「丘けい子・シャンソン」生ピアノ演奏
11:00~「千葉貴利・ピアノライブ」

♥ 館内ポスターご覧ください。

【10月 ロビーイベント】

時間：10:30~11:00

★9日(水) お休み

★16日(水) マジックショー

★23日(水) お話会

★30日(水) 二胡演奏 お待ちしております。



※10月2日(水)14:00~17:30まで、水道工事の為水が使えませんが、ご了承下さい。

※予告！ 11月29日は“音楽イベント&感謝祭”(Tomuteバンド)を予定しております。
詳細はセンター便り11月号でお知らせいたします。

令和6年10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	グラウンド	野外	その他	日	曜日	大広間	小和室	会議室	ロビー	グラウンド	野外	その他			
1	火	みて・きいて・まつり 準備	みて・きいて・まつり 準備	みて・きいて・まつり 準備		ペタンク			16	水	太極拳サークル	個人利用	手作りサークル	マジック	ゲートボール					
		みて・きいて・まつり 準備	みて・きいて・まつり 準備	みて・きいて・まつり 準備							運動サークル	個人利用								
2	水	みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約	みて・きいて・まつりの為 センター予約				17	木	知って安心講座	個人利用			ペタンク		ボラ(手芸)			
		みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約										モキハナ	個人利用					
3	木	みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約								18	金	嬉楽嬉楽さくら	個人利用	カラオケ愛好会		ゲートボール		ボラ(手芸)
		みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約											個人利用	かたつむり				
4	金	みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約								19	土	カラオケ新生会	個人利用	ひまわり		ペタンク		
		みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約											個人利用	東南西北				
5	土	みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約	休館日															
		みて・きいて・まつり	センター予約	センター予約																
6	日	休館日							21	月	ピラティス星	編物ゆりの会	民謡愛好会		ゲートボール		ボラ(手芸)			
											区老連	個人利用	編物愛好会							
7	月	ピラティス月	編物ゆりの会	民謡愛好会		ゲートボール		ボラ(手芸)	22	火	健康教室	個人利用			ペタンク	ボラ(環境)				
			個人利用	編物愛好会							個人利用	パソコン愛好会								
8	火	カラオケ愛好会	個人利用			ペタンク			23	水	元気体操①②	個人利用	仙台看護専門学校 実習	お話し会	ゲートボール					
			個人利用	パソコン愛好会							太極拳サークル	個人利用	仙台看護専門学校 実習							
9	水	太極拳サークル	個人利用	絵画サークル「つぼみ」		ゲートボール			24	木	雀の子サークル	個人利用	仙台看護専門学校 実習		ペタンク	ボラ(環境)	ボラ(手芸)			
		運動サークル	個人利用	マッサージ体験							平和会	個人利用	仙台看護専門学校 実習							
10	木	雀の子サークル	絵画同好会 椿	無料相談		ペタンク	ボラ(環境)	ボラ(手芸)	25	金	カラオケ愛好会	個人利用	かたつむり		ゲートボール		ボラ(手芸)			
			個人利用	平和会							泉マジック愛好会	個人利用								
11	金	嬉楽嬉楽すみれ	個人利用	ボラ(手芸)反省会		ゲートボール			26	土		個人利用			ペタンク		英語教室(社協)			
		泉マジック愛好会	個人利用	かたつむり								個人利用	東南西北							
12	土	カラオケ新生会	個人利用			ペタンク			27	日	休館日									
		みて・きいて・まつり 反省会	個人利用	東南西北																
13	日	休館日							28	月	六和功愛好会	個人利用			ゲートボール		ボラ(手芸)			
												個人利用								
14	月	休館日 (スポーツの日)							29	火	健康教室	個人利用	カラオケ新生会		ペタンク					
												個人利用								
15	火	いずみ郷土史OB会	個人利用			ペタンク			30	水	元気体操①②	個人利用	仙台看護専門学校 実習	二胡	ゲートボール					
			個人利用	パソコン愛好会							運動サークル	個人利用	仙台看護専門学校 実習							
									31	木	知って安心講座	個人利用	仙台看護専門学校 実習	ペタンク		ボラ(手芸)				
												個人利用	仙台看護専門学校 実習							

※ 上段は午前、下段は午後の活動です。

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
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。
また土曜は浴槽消毒の為14:30までとなります。