



老人福祉センターだより

令和6年11月号 10月25日発行

No. 392

営業時間: 9:30~16:30

休館日: 月曜日、祝日の翌日、及び12/28~1/4

※仙台市内にお住まいで60歳以上の方が
ご利用できます(無料)。

寒い季節に合わせた運動

~寒い時期にむけた運動をみんなで楽しく~

日時: 11月27日(水) 13:30~14:30

場所: 機能回復訓練室 定員: 20名(先着)

講師: リハビリテーション nagomi 齋藤直喜施設長

※動きやすい服装、上履き持参でお越し下さい。



おきらくカフェ

日時: 11月28日(木) 13:30~15:00

場所: 娯楽会議室

参加費: 100円

認知症の方、その家族、地域の方々と
専門職と一緒に集います。

交流の輪を広げてみませんか。

ご不明点は、
事務所まで



健康講話 免疫アップ術

~乳酸菌と免疫について~

日時: 11月14日(木) 13:30~14:30

場所: 機能回復訓練室 定員: 20名(先着)

講師: 宮城中央ヤクルト販売株式会社

※筆記用具、上履き持参でお越し下さい。



施設周辺環境整備

日時: 11月15日(金) 10:00~10:30

場所: 沖野老人福祉センター玄関前
今年最後となります。皆様のご協力をお待ちしております。作業着等汚れても良い服装でお出掛け下さい。



映画上映会

「ラストレター」

白石、仙台
でロケ

姉の死を知らせるために行った同窓会で、学校のヒロインだった姉と勘違いされてしまう。そしてその場で、初恋の相手と再会することに。

出演: 松たか子、広瀬すず、福山雅治他

日時: 11月17日(日) 10:00~121分

場所: 娯楽会議室

※作品は予告なく変更する場合がございます。



無料行政手続相談会

宮城県行政書士会 若林支部主催

日時: 11月16日(土) 10:00~12:00

場所: 娯楽会議室 予約不要(先着順)

遺言、相続、許認可、補助金、官公署手続きなどご相談下さい。



脳いきいきクラブ

日: 11月12日(火)、11月30日(土)

時間: 13:30~15:00

場所: 娯楽会議室

沖野わくわくサロン

日: 11月20日(水)

時間: 13:30~15:00

場所: 機能回復訓練室

内容: クリスマス飾りを作ります。



心身スッキリ体操

日: 11月9日(土)、13日(水)、22日(金)

時間: 13:30~15:00 イス使用体操日有

場所: 機能回復訓練室又は和室



老人福祉センター11月行事予定

センター予定表は10月23日現在です。行事や教室などは変更の場合もありますのでご了承下さい。

●=趣味の教室 ○一般団体 ◎=センター主催の行事 となっております。

日	曜日	午前(10:00~12:00)	午後(13:00~15:00)
1	金	◎市民まつり会場準備	
2	土	◎沖野市民まつり(展示)	
3	日	◎沖野市民まつり(展示・ステージ発表)	
4	月	休館日	
5	火	休館日	
6	水	休館日	
7	木	◎沖野市民まつり会場後片付け	
8	金	●俳句○スーパーギターアンサンブル ○パソコン学習会○ニコニコ卓球会(AM)	●舞踊●編物②○ニコニコ卓球会(PM)
9	土	●六和功○沖野五丁目卓球会(AM) ○若林区老人クラブ連合会	◎心身スッキリ体操○沖野五丁目卓球会(PM) ○カラオケなでしこ会○沖野将棋愛好会
10	日	○卓球愛好会(AM)	○卓球愛好会(PM)
11	月	休館日	
12	火	◎管理運営委員会○絵手紙の会 ○卓聖会(AM)	◎脳いきいきクラブ○卓聖会(PM)
13	水	●抹茶○三ツ橋卓球愛好会(AM)	◎心身スッキリ体操○三ツ橋卓球愛好会(PM)
14	木	●アート組ひも(振替)○OOKI ハーモニカ ○ローズマリー○仲良し卓球会(AM)	◎健康講話○仲良し卓球会(PM)○一藝クラブ ○ひまわりの会
15	金	○パソコン友の会○元気卓球会(AM)	●舞踊●編物①○元気卓球会(PM)
16	土	◎無料行政手続相談会○オンリースマイル ○老福卓球会(AM)	○老福卓球会(PM)○カラオケ愛唱会
17	日	◎映画上映会○六郷卓球会(AM)	○六郷卓球会(PM)
18	月	休館日	
19	火	○桂書道会○沖野二丁目卓球会(AM)	●民謡○沖野二丁目卓球会(PM)
20	水	●華道	◎沖野わくわくサロン
21	木	●アート組ひも○ダンスサークル	○練功十八法
22	金	○スーパーギターアンサンブル ○パソコンクラブ	◎心身スッキリ体操●舞踊(振替)●編物②
23	土	●六和功	○沖野将棋愛好会○カラオケなでしこ会
24	日	休館日	
25	月	休館日	
26	火	○桂書道会	
27	水	●抹茶	◎介護保険教室
28	木	○OOKI ハーモニカ○ローズマリー	◎おきらくカフェ○練功十八法○一藝クラブ
29	金	○パソコン愛好会	●編物①(振替)
30	土		◎脳いきいきクラブ○カラオケ愛唱会

※休館日・市民まつり準備に重なる教室の日程変更について

舞踊教室 11月1日から11月22日に変更になります。

華道教室 11月6日は市民まつりに替えさせていただきます。

編物①教室 11月1日から11月29日に変更になります。

アート組ひも教室 11月7日から11月14日に変更になります。

