



沖野老人福祉センター ご利用案内  
開館時間：9:30～16:30  
(お風呂の利用は10:00～15:30)  
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)。

介護保険に関するお問い合わせは  
沖野居宅介護支援センターへ  
TEL 282-0537  
担当：渡邊、大湊 まで  
お気軽にご相談ください

### 『高血圧に注意する』 衛生講話

日時：2月26日(日) 13:30～14:30  
場所：娯楽会議室

- ① 高血圧とは
- ② 生活習慣の見直しと危険症状の発見・対応

～運動により血圧安定を図る～

※ 脳卒中・心不全といった合併症をひきおこす要因となる高血圧。(意外と軽視されがちな)高血圧を生活習慣から見直してみましよう。  
なお、当日は軽い運動を行いますので、タオルをご持参下さい。



### 【防災訓練】

日時：2月28日(火) 13:30～  
※ 東日本大震災より復興の途を歩み間もなく1年になります。  
日頃より防災を意識し、訓練に参加しましょう。今回は、市民センターとの合同により防災訓練及び、初期消火訓練を行います。



### 【居宅介護支援センター】より

※介護保険のサービスを受けるには要介護認定の申請が必要です。当センターでは、ご本人様やご家族様に代わり介護認定の申請手続きや更新手続きの代行をしております。お気軽にご相談下さい。  
☎ 282-0537  
担当 渡邊、大湊

### 平成23年度 第四回 管理運営委員会

日時：2月29日(水) 13:30～14:30  
場所：娯楽会議室

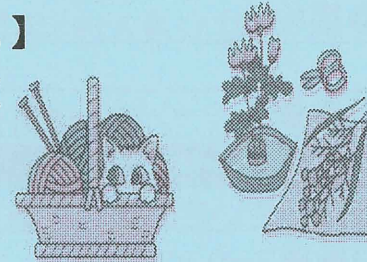
※1月の臨時管理運営委員会において管理運営委員の方々が決まりました。宜しくお願いいたします。

### 趣味の教室より

※現在開講中の趣味の教室も3月で閉講となります。  
当センターでは4月より新受講生を迎える準備をし3月1日から新受講生の受付を開始致します。詳しくは市政だより3月号(3/1付け)・センターだより3月号をご覧下さい。

【現在開講中の教室です。】

- ※詩吟・ホールルームダンス・抹茶・華道  
民謡・俳句・煎茶・アート組ひも  
ちぎり絵・舞踊・編物・六和功



### ★脳いきいきクラブ★

日にち：2月16日(木)・28日(火)  
時間：13:30～14:30  
場所：娯楽会議室

#### ◆頭の体操◆

※秘密を持っている人がしている仕事は何  
①歌手 ②銀行員 ③小説家  
(答えは、裏面にあります。)

### 新職員の紹介

12月16日より看護師として勤務しています。

名前：苦米地 トシ子  
(トマベチ)

ひとこと：

利用者の方々のお名前とお顔を早く覚えて コミュニケーションをとれたらと思っています。皆様、どうぞ宜しくお願いします。



### 心身スッキリ体操

日にち：2月5日(日)・17日(金)・24日(金)  
時間：13:30～14:30  
場所：機能回復訓練室

※ 寒さに負けず、ストレッチで体を、ほぐしましょう。



### 映画 ◆ 上映会

日にち：2月19日(日)  
場所：娯楽会議室  
時間

午前の部：10:00～  
『銀座の恋の物語』  
午後の部：1:30～  
『釣りバカ日誌 4』

※都合により上映作品が変更となる場合がございます。ご了承ください。



老人福祉センター 2月の行事予定

日	曜日	午前 (10:00~12:00)	午後 (1:00~3:00)
1	水	●華道 ●抹茶	●民謡
2	木	●組ひも	
3	金	○カラオケ同好会	●舞踊
4	土		○健康麻雀愛好会 ◎手芸クラブ
5	日	○カラオケ愛唱会 ◎マージャン開放日	○健康マージャンクラブ◎心身スッキリ体操
6	月	沖野老人福祉センター休館日	
7	火	○社交ダンス愛好会	●詩吟 ◎健康マージャン教室
8	水	●俳句	◎レッツ手作り教室
9	木	●煎茶	●ちぎり絵
10	金		●編物 ●舞踊
11	土	◎カラオケ開放日	○カラオケ愛唱会
12	日	沖野老人福祉センター休館日	
13	月	沖野老人福祉センター休館日	
14	火	●ホールルームダンス	●詩吟 ◎健康マージャン教室
15	水	●華道 ●抹茶 ○パソコン友の会	●民謡
16	木	●組ひも	◎脳いきいきクラブ
17	金	○カラオケ同好会	◎心身スッキリ体操
18	土	●六和功(振替)	○カラオケ愛唱会 ○健康麻雀愛好会
19	日	◎マージャン開放日 ◎映画上映会(午前・午後)	○健康マージャンクラブ
20	月	沖野老人福祉センター休館日	
21	火		●詩吟 ◎健康マージャン教室
22	水	●俳句	○一藝クラブ ◎カラオケ開放日
23	木	●煎茶	●ちぎり絵
24	金		●編物 ◎心身スッキリ体操
25	土	●六和功	
26	日	○カラオケ愛唱会	○健康マージャンクラブ◎衛生講話
27	月	沖野老人福祉センター休館日	
28	火	●ホールルームダンス	◎脳いきいきクラブ ◎防災訓練
			◎健康マージャン教室
29	水		◎管理運営委員会

1)センター予定表は1月24日現在です。行事や教室などは変更の場合もございますのでご了承下さい。

2)●=趣味の教室、○=一般の団体、◎=センター主催の行事、となっております。

3)「看護師不在の日」に関しましては、館内掲示をご参照下さい。

※予定表・センターだよりはセンターのホームページ【表面のクイズの答え③小説家】  
http://www.fukushi-sendai.or.jp/からもどうぞ。 書く仕事-隠し事



おきの  
デイサービス  
だより

2月号

TEL282-0539



初詣に行ってきました

今年も、竹駒神社に初詣に行ってきました。神様に新年の挨拶をし、健康・長寿等を願ってお参りをしました。

また、外での食事もおいしく頂き、会話が弾み笑顔いっぱいの楽しい時間を過ごしました。

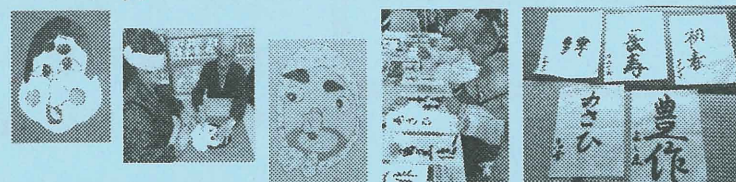


新春書初め&福笑い

新年の始まりに、書初めと福笑いを行いました。書初めでは「長寿」「夢」「絆」等の文字を書いておられました。

また、福笑いでは、「右！もっと上！そこー!!!」と、真剣にやったものの、出来上がった顔は吹き出すほどおもしろい顔のオカメとヒョットコで、みんなで大笑いして楽しみました。

書初めの作品は、センターに飾らせて頂いておりますので、どうぞご覧になっていただければとおもいます。



行事予定

- ★民謡教室  
1日(水)・15日(水)
- ★豆まき  
3日(金)
- ★調髪サービス  
13日(月)~17日(金)
- ★絵手紙教室  
14日(火)
- ★誕生会  
20日(月)~25日(土)
- ★朗読ボランティア  
23日(木)~25日(土)

お誕生日

おめでとうございます

- ❀上野さん ❀渡邊Hさん
- ❀丹野さん ❀大友さん
- ❀佐藤Fさん ❀笠井さん
- ❀中田さん ❀四釜さん

介護相談員の来訪日

1日(水)です

—アンケートのご協力ありがとうございました—

昨年末に、ご利用者皆様に行事等に対するご要望及びご意見のアンケートをお願い致しておりましたが、多数の皆様からご回答をいただき大変ありがとうございました。①紅葉狩り②工作(粘土細工)③ホームセンター(園芸コーナー)での買い物ツアー等々の要望がございましたので、今後、皆様のご要望及びご意見を考慮させて頂きまして、平成24年度の行事に反映して行きたいと思っております。