



虹の丘 シニアクラブだより



2022年9月

発行 虹の丘シニアクラブ

シニアクラブで楽しい充実した時間を！！

虹の丘シニアクラブ会長 斉藤 芳美

仲秋の候となりましたが、町内の皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
日頃より当シニアクラブの活動にご理解・ご協力を賜わり厚く御礼申し上げます。

今年も、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、外出機会や人との交流が少なくなっていますが、当クラブでは一部のサークルを除いては感染対策を講じながら憩の家を中心に活動をしております。

会員数は9月末日現在112名、「健康」「友愛」「奉仕」の三大運動を中心とした活動を通して健康づくり社会参加を行っています。（最後のページの写真による活動報告をご参照ください）

また、地域の関係団体と共催で虹の丘の皆様との交流・親睦の行事（下記のとおり）も計画しておりますので、是非ご参加ください。

次頁のサークル紹介をご覧になり、興味のあるサークルがありましたら是非見学・体験参加をお勧めいたします。趣味を通じての親睦・交流はフレイル（虚弱）予防にもなると言われています。

シニアクラブは仲間のつながりを大切に、シニアライフを楽しむ会です。皆様のご入会をお待ちしております。
お問い合わせは、斉藤まで

町内交流・親睦会の催しについて

シニアクラブでは虹の丘の皆様との交流・親睦の場として下記の行事を計画しておりますが、新型コロナウイルス感染対策には充分注意して実施しますので是非ご参加ください。

① 町内グラウンドゴルフ大会

日 時：10月29日（土）9：30～12：00

場 所：虹の丘小学校校庭

② 町内麻雀大会

日 時：11月3日（木）9：30～16：00

場 所：虹の丘コミュニティセンター

③ 町内会対抗歌合戦

新型コロナ蔓延により延期、2023年1月22日（日）の予定です。（新型コロナウイルスの感染が広がった場合、中止することもあります。ご了承ください。）

④ 憩の家開放日について

原則毎月第1金曜日13：30～15：30に憩の家を開放し、町内の皆様に集いの場を提供しております。おしゃべりサロン、出前講座、フラダンス、新聞紙ちぎり絵、布遊び等を行っています。

⑤ 文化祭の開催 憩の家

12月3日（土）～4（日）10：00～15：00

※ 町内囲碁大会は6月25日に終了しました。

ジャズ愛好会

活動日：第4土曜日

13:30~15:30

場 所：憩の家

会員数：10名

代表者：栗野 健



サークル紹介

見学・体験参加歓迎！！

麻雀クラブ

活動日：毎週木曜日

9:30~17:00

場 所：憩の家

会員数：15名

代表者：熊谷 祐治



勝負は時の運任せ
4人で会話しながら楽しく過ごしませんか！

歌謡クラブ



活動日：第2日曜日

12:30~16:00

第2, 4火曜日

9:30~12:00

場 所：第2日曜日、憩の家

会員数：19名

代表者：村上多栄子

歌謡曲を楽しんでいます。
歌いに来ませんか！

園芸クラブ

活動日：随時

場所：憩の家花壇

会員数：15名

代表者：斉藤 芳美



憩の家花壇の花植え、
年数回の園芸教室を行っています。
花の好きな方お待ちしております

太極拳

活動日：毎週火曜日

13:30~15:00

場 所：憩の家

会員数：12名

代表者：土屋 玲子



心と体のゆとりを育む健康法で
無理なくできる有酸素運動です。
楽しく体力作りをしましょう！

囲碁クラブ

活動日：毎週水曜日

13:00~17:00

場 所：憩の家

会員数：13名

代表者：庄司 芳次



心身共に健康で競い合いながら
もみんな仲の良いサークルです。

ペタンククラブ

活動日：毎週金曜日

9:30~12:00

場 所：憩の家

会員数：9名

代表者：熊倉 忠英



ルールは簡単すぐにゲームに参加
できます。しかし、思うように
いかない所が面白い！

カメラ愛好会

活動日：随時

場 所：仙台近郊等

会員数：8名

代表者：佐々木幸夫



仙台近郊の景色や思い出のシー
ンをアングルを考え写真にプリン
トして残しませんか！

ナツメロクラブ

活動日：第1, 2, 3月曜日

13:00~15:00

場 所：憩の家

会員数：11名

代表者：蜂屋けい子



声を出すことは咀嚼のみこみ健
口第一！昔懐かしい唄で心暖かく
皆で唄えば怖くない。

ゴルフ愛好会

活動日：随時

場 所：仙台周辺ゴルフ場

会員数：20名

代表者：松田 孝



みんな楽しくプレーしていま
す。待っているよ！！

スマホ・パソコン教室

活動日：最終金曜日 14:00~16:00

場 所：憩の家

会員数：7名

代表者：片上 尚男

「スマホでハッピーライフ」を合い言葉にIT時代、情報社会、キャッシュレス社会に対応した学びに取り組む。



男の料理教室

活動日：年4回

場 所：コミセン調理室

会員数：定数7名

代表者：鈴木 勝二



得意な料理をつくってみませんか！

グラウンド ゴルフクラブ

活動日：毎月第1・第3土曜日

9:30~12:00

場 所：虹小グラウンドほか

会員数：35名

代表者：佐々木幸夫



高度な技術がなくてもプレーができ、始めたその日から気軽に参加してゲームが楽しめます！

美食会

活動日：年2回

場 所：仙台市内

飲食店

会員数：28名

代表者：菅野 榮輔



目的は、外出しての食事会・親睦・健康維持・脳の活性化・新たな出会い。

楽・楽体操クラブ

活動日：月曜日

(第4週のみ金曜日)

10:00~12:00

場 所：憩の家

会員数：8名

代表者：蜂屋けい子



一人で体操続かない人集まれ！
楽しく自分のペースでムリなく体を動かしましょう。

書道同好会

活動日：第2・第4水曜日

10:00~12:00

場 所：憩の家

会員数：19名

代表者：菊地 銀子



精神を集中して書いています。先生に褒められると嬉しいです。お茶の時間のコミュニケーションが楽しみです。
(笑)

DVDで唄おう会

活動日：第1日曜日

10:00~12:00

場 所：憩の家

会員数：8名

代表者：佐藤はるよ



フォレストのDVDを見ながら合唱し楽しく唄っています。一緒に唄いませんか！

カラオケ同好会

活動日：第1、3火曜日

9:30~12:00

場 所：憩の家

会員数：13名

代表者：佐藤はるよ



カラオケを楽しむ会です。
一緒に唄いましょう。

N-POPくらぶ

活動日：第3土曜日

14:00~17:00

場 所：憩の家

会員数：10名

代表者：三澤 吉雄



懐かしのJ-POP、フォーク、ポピュラー等を唄う会です。一緒に唄いましょう！

クラシック愛好会

活動日：第3金曜日

13:30~17:00

場 所：憩の家

会員数：7名

代表者：柊澤真規子



午後のひと時 コーヒーでも飲みながら好きな音楽を聴きませんか！

歴史探訪愛好会

活動日：年約4回

場 所 仙台市内 名所旧跡

会員数：9名

代表者：庄司 芳次



毎回参加者を募り、仙台市内等の名所旧跡を訪ねて郷土の歴史を再認識するサークルです。

ボランティア活動



2021/11 グラウンドゴルフ虹の丘児童センター



2021/10 サツマイモ掘り



2022/5 サツマイモ苗植え



2022/6/ 児童たちと五目並べ
コミュニティセンター



2022/6 町内下枝刈り

シニアクラブの活動



2021/12 シニアクラブ文化祭



2022/5 憩の家の花植え

