



SUNSUNわくわくニュース

SUNクラブニュース(サークル・講座・旅行・コンサートお知らせetc)

2018年
9月
第92号

発行 宮城県社会福祉協議会「いきいきSUNクラブ事務局」 〒980-0011 仙台市青葉区上杉1丁目2番3号(宮城県自治会館3階)
TEL 022(223)1171 e-mail g031@miyagi-sfk.net

●個人情報について: 提供いただく個人情報は行事申し込み者への連絡用に利用するほか、行事遂行に必要な諸機関に提供します。受付時間/8時30分から17時(土・日・祝年末年始は休み)

事務局からのお知らせ

- ① 企画参加券には有効期限が記載されていますが、実際には有効期限はありません。
- ② 締切り後の催事のキャンセルは取り扱いませんのでご了承下さい。
- ③ SUNクラブニュースの第4号(2004年3月号)を探しています。お持ちの方は事務局までご一報下さい。
- ④ 東北福祉大学では、認知症の人への理解と対応の基本を学び、誰もが住み慣れた地域で自分らしく生活できる社会を実現するため、全国初となる一般向けネット講座を提供しています。詳しい内容はチラシをご覧ください。

7月19日

いきいきシニア夏まつり

連日の猛暑の中、久し振りの曇り空で気温も昨日までより低いものの湿気が多く蒸し暑い一日になりました。

今回コンサートの部にご参加いただいたのは佐藤ゆきえさんです。佐藤ゆきえさんは白石在住の若手民謡の歌手(兼シンガーソングライター)です。幼い頃から歌謡教室に通い演歌を習い、11歳からは民謡も習い始めました。現在は歌謡ショー、民謡ショーを中心にイベントに参加し、老人福祉施設への慰問活動を行う一方、民謡・演歌に留まらず、yukieとしてオリジナル曲でのLIVEなど活動の幅を広げています。

民謡歌手独特の歌い回しやコブシで大いに会場を盛り上げていただきました。前半は民謡を唄っていただきました。秋田大黒舞で賑やかにステージが始まり、外山節、どんぱん節、会津磐梯山と続き、地元宮城県の大漁唄い込みで大いに盛り上がりしました。

後半は歌謡曲を披露していただきました。コブシをしっかりと効かせたあんこ椿は恋の花で始まり浪速恋しぐれと続き、童神で落ち着いた大人の歌も披露していただき、最後の曲は島津亜矢さんの大器晩成で会場の手拍子と共に締め括りました。

花束贈呈後に南部俵積唄アンコールを披露していただき、お囃子の方々も再登場し賑やかにステージを締め括っていただきました。

※三味線: 庄子美徳さん、尺八: 柴崎枉湖連さん、太鼓: 長谷川栄康さん、囃子: 柴崎光子さん。

講演の部は増田明美さんで演題は「自分という人生の長距離ランナー」です。司会の守屋さんとは第1回仙台ハーフマラソンからの親しい仲だそうで、とてもユニークな紹介をしていただきました。その後増田さんから守屋さんへ応酬があり講演というより、お二人の対談のような雰囲気でした。

子供の頃の様子から陸上競技を始めたきっかけ、そして絶頂期の時のお話をとても楽しく話していただきました。そして女子マラソンが初めて正式種目になった1984年のロサンゼルスオリンピックでのプレッシャーとまさかの途中棄権、そのとき沿道の方に言われた「非国民」という言葉にもすごいショックを受け、その後は暫く外出も出来なくなったそうです。そんな彼女が元気を取り戻したのは全国のファンの皆様方からの手紙でした。「マラソンも長いけど人生も長いよ」、「元気を出して頑張ろう」、「あなたの名前は明美でしょ」、励ましの言葉を掛けてくれる人も厳しい言葉を掛けてくれる人もいます。皆がそれぞれの人生を頑張っている「自分という人生の長距離ランナー」だと思ったそうです。



その後大阪国際女子マラソンでフルマラソンに出場しましたが、沿道から「増田、おまえの時代は終わったんや」の声にショックで足が止まってしまいました。そういう言葉に負けるって、自分は全然成長して無いじゃないかと思いました。歩いている私を何人かのランナー達が抜いていきましたが、皆さん私を励まして一緒に走ろうって言うてくれました。翌年、東京国際女子マラソンに出場し日本人トップでゴールしスポーツ紙には「増田、復活!」の見出しが躍りました。人生は助け合いです。余裕のある人は周りの困っている人を助けてあげる。そういう人生がいいなって思います。

最後は「おれおれ詐欺」の小話で参加者の皆さんに笑いで注意を促していただき、会場を大いに沸かせて締め括っていただきました。

いきいきSUNクラブ 「栗拾いとブドウ食べ放題と温泉の旅」

月日(曜)	行 程	
10月12日 (金)	仙台駅東口—— 8:20 仙台宮城IC—— 8:35 大笹生IC—— 9:40 米沢観光果園麦わらぼうし(栗拾い)—— 10:40 ハイジアパーク(昼食・温泉)—— 11:40 山形蔵王IC—— 12:20 仙台宮城IC—— 13:50 仙台駅東口	南陽ブドウ園紫金園(ブドウ食べ放題)—— 14:05 14:55 15:40 16:35 16:50



10月は味覚の秋を楽しむ旅です。米沢で栗拾いを楽しみます。拾った栗は1kgあたり600円で持ち帰りが出来ます。殻についている棘で怪我をしないようにご注意ください。

お昼はハイジアパークで四つ切箱膳・牛鍋・一口蕎麦のランチをお召し上がりいただき、食後は温泉でお寛ぎ下さい。

午後はブドウ園で食べ放題です。いろいろな種類のブドウを思う存分いただいて下さい。お土産のブドウもいろいろあります。

なお、地面が濡れていることがあるので必ず長靴をお持ち下さい。また、拾った栗を入れる籠か袋や、栗を殻から取り出す火鉢をお持ちになると便利です。

■出発日：10月12日(金) ■参加費：5,800円(会員限定) ■募集人員：47名 ※希望者多数の場合は抽選
■最小催行人員：35名 ■添乗員：全行程同行します。 ■締め切り：10月4日(木)

いきいきSUNクラブ 「仙台市内紅葉巡りとランチバイキングの旅」

月日(曜)	行 程	
11月7日 (水)	仙台駅東口—— 9:00 輪王寺—— 9:15 9:50 東北大学植物園—— 10:05 11:20 ホテルメルパルク(ランチバイキング)—— 11:45 瑞鳳殿—— 13:00 13:20 14:10 仙台駅東口	



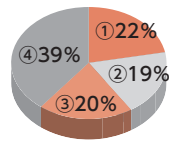
11月は紅葉の季節です。宮城県内には紅葉の名所が沢山ありますが、今回は仙台市内の紅葉スポットを巡ります。最初に訪れるのは輪王寺のお庭です。輪王寺禅庭園は東北有数の名園として知られ、新緑に包まれた春から夏にかけサツキ、アヤメ、アジサイなどが鮮やかに彩りを添え、秋は華やかな紅葉が心を和ませます。回遊式の美しい日本庭園は、四季を通して自然の美しさが異なる趣を放ち、深い安らぎを与えてくれます。続いては東北大学植物園です。昭和33年に東北大学が研究と教育のために設立した自然植物園です(面積約49万㎡)。仙台城後背の御裏林、通称青葉山と呼ばれる丘陵地にあり国指定天然記念物「青葉山」に指定されています。伊達政宗公が仙台城を築いて以来、ほとんど人手が加えられることがなかったため、仙台地方の丘陵地の自然植生であるモミの美林が残されています。ランチはホテルメルパルクでバイキングをお召し上がり下さい。午後は伊達正公の霊廟瑞鳳殿を訪れます。駐車場から62段の石段(伊達62万石にちなんだ?)を登ったところにあり、仙台市内の紅葉スポットとして有名です。

■出発日：11月7日(水) ■参加費：3,500円(会員限定) ■募集人員：49名 ※希望者多数の場合は抽選
■最小催行人員：35名 ■社協随行人員：全行程同行します。 ■利用予定バス会社：仙台泉観光バス
■締め切り：10月11日(木)

いきいきシニア夏まつりアンケート回答結果(回答者数 196名)

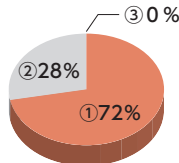
1. いきいきSUNクラブ感謝祭には
今回で何回目?

- ①はじめて……………42名
②3回以上……………36名
③5回以上……………38名
④ほぼ毎回……………75名



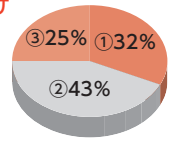
2. 次回も参加したい?

- ①是非……………137名
②出演者による……………53名
③参加したくない……………0名



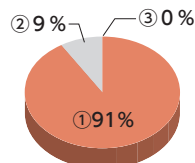
3. SUNクラブの会員になったきっかけ

- ①友人に誘われて……………53名
②勧誘案内をみて……………71名
③その他……………41名



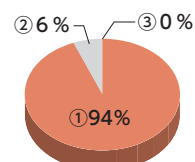
4. 内容について【佐藤ゆきえさん】

- ①良かった……………166名
②まあまあ……………16名
③つまらなかった……………0名



5. 内容について【増田明美さん】

- ①良かった……………154名
②まあまあ……………10名
③つまらなかった……………0名



6. 歌謡ステージ、講演について

- ・ほんとうに楽しいひと時でした。ありがとうございました。(複数回答)
- ・休憩中のPRタイムがとても良かった。もう少し時間を取っても…(複数回答)
- ・久しぶりの民謡に、つられて大きな声で歌ってしまいました。ゆきえさんから元気を頂き感動した日でした。(複数回答)
- ・ゆきえさんのすばらしい美声、是非全国区に！本会に足を運んだ甲斐がありました。
- ・明美さんの失敗談を交えユーモアたっぷりの話がとても良かった。元氣と勇氣を頂きました。(複数回答)
- ・明美さんの講演を聞いて大ファンになりました。「知好楽」勉強になりました。(複数回答)
- ・中継、解説等とても心のこもった嫌味のないお話ぶり。次回も司会者は守屋さんでお願いします。
- ・次回の講演、どなたがいらっしゃるか等早めに知らせて欲しい。
- ・ティナカーリーナの歌謡曲が聞きたい。前に出演した一緒に来た男性の歌手(仙台出身でアメリカにいる)も良い。
- ・方言で話す仙台在住の落語の方(六華亭遊花さんと思う)はいいかですか？楽座が出来たので演芸関係の出し物を企画しても良いのでは？

7. SUNクラブの活動について

- ・秋の文化祭のPRをもっとしっかりやって作品数を多くすると良い。
- ・色々なサークルがあって楽しそうに活動していてうらやましく思います。自分に合うものを見つけて是非参加したい。
- ・自分で求めるのが大変なので、チケット購入が大変ありがたい。
- ・新しいNHKを見学したい。
- ・毎回楽しみに、仙南地区からJR利用で参加しています。会場が駅近だとありがたい。
- ・歴史散策コース政宗シリーズのウォーキング等、近場の散策コースを作ってみてはどうですか？(健康志向のイベント)
- ・何か体験できるものがあるとありがたい。
- ・「男の料理」「ハーモニカ」クラブの設立を要望します。
- ・旅行の募集人員を多くするか、種類を多くして欲しい。(複数回答)
- ・趣味の教室も泉、富谷にあったら良いと思います。

「SUNクラブ杯健康麻雀2018」

健康麻雀とは、麻雀を「スポーツゲーム」と位置付けて、明るく楽しく勝負を競い合うものです。最近「脳トレ」なるゲームが流行っていますが、老化防止という観点からいえば、麻雀の右に出るものはないでしょう。頭を使い、指先を使い、適度な会話をしながらゲームを行います。サークルに加入していないSUNクラブ会員さんも大歓迎ですので、奮ってご参加下さい。

- 実施日：平成30年11月29日(木) 10:00～15:00 (集合9:30)
- ルール：ねんりんピック競技規程を適用する。
- 会場：定禅寺クラブ(仙台市青葉区国分町2-15-16国分町NEビル3階)
- 募集人員：40名 ※応募者多数の場合抽選。
- 参加費：1,300円(会場代、昼食代含む/事前入金)
- 表彰：優勝・準優勝・3位・飛賞・ブービー賞(各男女別)
- 締め切り：10月19日(金)
- 申し込み：電話でSUNクラブ事務局(022-223-1171)までお申し込み下さい。
- その他：入金後にキャンセルされた場合、返金はありません。



「知事公館の紅葉と山形新蕎麦を楽しむ会」

今年もやります。昨年開催して大盛況だった「知事公館の紅葉と山形新蕎麦を楽しむ会」です。知事公館のお庭には、もみじをはじめ様々な広葉樹が植えられており、10月下旬から11月一杯に掛けて紅葉を楽しんでいただけます。

今回も、おくの細道尾花沢そば街道九番所「そば処鶴子」のご主人が、新蕎麦を打って、茹でて、皆さんに召し上がっていただきます。さらに今年は打ち立ての新蕎麦2人前のお土産付です。



また、遊墨アートサークルの三浦先生が今年も体験教室を開いて下さいますので、墨絵の世界を楽しんで下さい。

※おやつや飲物(お酒可)は各自お持ち下さい。

- 開催日：①班11月13日(火) 10:00～14:00 ②班11月20日(火) 10:00～14:00
- 場所：宮城県知事公館(仙台市青葉区広瀬町5-43/仙台市交通局から徒歩約10分)
- 参加費：2,000円(お土産新蕎麦2人分付き)
- 募集人員：各班28名/お申し込みの際は希望のお日にちを決めてからお電話を下さい。
- 締め切り：10月10日(水)

シニアのための『エンディングノート』の書き方

～家族への愛の伝言板～

少子高齢化社会になり高齢者の一人暮らしが当たり前になってきました。自分に万が一の事があった時に家族や周りの方が困らないように書き残すのが「エンディングノート」です。財産、相続をはじめ葬儀や死生観、身辺整理等について記載しておくといふ事がたくさんあります。今回の講座では解り易く具体的にお話していただきます。また会員さん以外の方でもご参加いただけますので、この機会に是非お申込み下さい。

- 実施日：11月12日(月) 時間13:00～15:00
- 会場：仙台市福祉プラザ(地下鉄五橋駅すぐ)
- 受講料：1,000円(エンディングノート代含む)
- 講師：鹿郷健二氏(ヒューマンサポートカキョウ主宰)
- 締め切り：10月24日(水)



～次回いきいきシニア初春のつどい参加予定～

いずみオッチェンコール第8回演奏会 響け歌声！心のハーモニー♪



- 実施日：10月5日(金) 開演14:00～
- 会場：日立システムズホール(仙台市青年文化センター)
- 入場料：全席自由1,000円(会員300円引き)
- 演奏曲目：第1ステージ「懐かしい歌、心の歌」第2ステージ「オペラより」第3ステージ「水のいのち(雨・水たまり・川・海・海よ)」全5曲
- 頒布：各20枚 ※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月1日(月)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：いずみオッチェンコール

SUNクラブ 終活麻雀友の会

「八十路迄良く遊んだメンタンピン」

脳トレに最適!! 競技マージャン!!
アリアルールの四回戦 50分打切

例会／月一回第四日曜日 10時30分開始

会費／2,000円 食事付

参加賞他1位・2位・3位・役満賞有り

会場／グランド麻雀ホール藤

仙台市青葉区一番町二丁目5の5

TEL022-266-6190

高が人生 されど人生



高が麻雀 されど麻雀

4月・阿佐田哲也杯
7月・全日本高段者麻雀大会
8月・七夕杯麻雀大会
9月・キリン杯県民麻雀大会

問い合わせ先／

TEL090-1377-3188

世話人代表(村山)

SUNクラブ 健康麻雀サークル

健康麻雀、頭も心も健康に! 麻雀で脳トレ、サークルで友達を作り、いきいきとした健康な毎日をすごしましょう。



例会／毎木曜日 10時〜17時

会場／万里(青葉区中央2-1-27野村

證券隣ビル4階)

会費(各回)／男性1,450円

女性1,350円

※食事付、食後にコーヒーと15時に飲物付

※希望者は左記まで連絡下さい。

問い合わせは／

事務局022-797-6079(平元)

SUNクラブ ラフターヨガ

ラフターヨガは誰にでもすぐ出来る笑いとヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズです。時にはみんなでランチを囲んでお話を花を咲かせます。笑いの仲間たちがあなたをお待ちしております。

例会／10月23日、11月27日(各火曜)

13時30分〜15時

会場／青葉区中央市民センター3階音楽室

会費／各回500円

募集人員／10名

講師／黒澤八重子

その他／動きやすい服装

でご参加ください。笑うと汗をかきます。タオル、飲み物も忘れずに。

問合せ先／

SUNクラブ事務局

TEL022-266-6190



SUNクラブ 下学塾

詩吟をやって漢詩もね

気軽に学ぼう詩吟と漢詩。

例会／10月8日・22日、11月12日・26日

13時〜15時

会場／県民共済ビル八乙女プラザ2階

(地下鉄八乙女駅近く)

会費(月額)／

詩吟1,000円

漢詩1,000円

両方2,000円

指導／進藤侑風

(岳風流)



SUN 手づくり友の会



10月は9月21日に作ったものに絵の具をぬり持ち手には金色を重ね仕上げには全体にニスをぬります。11月は赤いバラの花とひいらぎの葉をアレンジ土台にはまつかさの実をゴールドに。

例会／10月19日、11月16日

14時〜16時

会場／仙台市市民活動サポートセンター

3階第2研修室

会費／各回1,500円(材料費込み)

募集人員／若干名

講師／木村文子

SUN 健康ふぎやサークル

「ふぎや」は楽しく簡単に誰にでもすぐになれて、健康維持にコミュニケーションに最適です。お気軽にご参加ください。

例会日・会場

★中山サークル／中山北サークル

毎月第1・第3金曜日

13時〜15時30分

★黒松サークル／黒松生協または黒松市市民センター

毎週木曜日

14時〜16時

★荒井サークル／荒井生協または七郷市民センター

毎週木曜日

10時〜12時

※多々会場の変更がありますので、特に新しい方やしばらくお休みの時などは、必ず平さんまでお問い合わせください。

参加費(各回)／会費500円、非会員550円(中山北のみ1,000円) ただし初回入会金1,000円、マウスピース代300円必要です。

指導／たいがせう oooooon@nsoo

Email:finamo_1@docomo.ne.jp



SUN Y ボウリング 愛好会



西友の富谷店2階のボウル・サンシャインで楽しくプレイしております。活動は午前の2時間です。新規会員募集中! 始めてみたい方はどうぞお気軽にお越しください。

例会／毎週木曜日(祝日の場合は休会)

10時〜12時

会場／ボウル・サンシャイン富谷店

※富谷町ひより台2丁目・西友富谷ショッピングセンター2階

参加費／1,000円(貸靴300円各回)

TEL022-266-6190

TEL022-266-6190

SUN ボウリング 愛好会



西多賀で楽しくボウリングをしております。内容は20分間の練習ボウリング後に、2ゲームの交流戦を実施します。只今、新規会員を募集中です。どうぞお気軽にお越しください。

例会／毎月第2・第4木曜日

13時30分から開始

会場／タイトーレーション仙台ベガロ

ポリス店(太白区西多賀5-24-1)

参加費／1,000円

(貸靴300円各回)

いきいきSUNクラブ 「及川亮」 絵手紙教室



1クール(3ヶ月)、全6回の教室となりますが途中入会も可能です。また、継続参加も可能です。初心者の方へも丁寧に指導しておりますので、お気軽に参加ください。

※及川先生は4月からは月に1回出席して指導予定です。

例会／10月1日・15日、11月5日・19日
各月曜日 9時30分～12時30分

会場／宮城県管工事会館9階会議室
(NHK仙台放送局斜向かい)

会費／全6回(3ヶ月)で4,000円
(途中入会の方は別途規定あり)

募集人員／若干名
指導／及川亮(奇数月のみ)

SUN 民謡サークル 秋の会

民謡日本一の佐藤勇さんが、初心者やベテランを問わず懇切丁寧に指導いたします。宮城の民謡「さんさ時雨」から始まり日本各地の民謡へとレパートリーを広げていきたいと考えております。初心者大歓迎！ご参加お待ちしております。



例会／10月10日・24日、11月14日・28日(毎水曜)

13時～15時

会場／宮城野区中央市民センター和室

会費／月2,000円(年会費1,000円)

募集人員／10名

指導／民謡日本一 佐藤勇

問合せ／事務局 080-5556-9206
(柴田利雄)

SUN トールペイントサークル



トールペイント
(講師作品)

身近な生活小物(木、布、紙、硝子素材)に用意してある図案を写し、主に花などを描いて楽しめます。初心者の方は簡単な物から始めますので、安心してお越しください。いつでもお気軽に体験できます。

例会／10月12日・26日、11月9日・30日
10時～12時

会場／仙台市市民活動サポートセンター
研修室2(青葉区一番町4丁目)

会費／月2回で2,000円(絵の具込み)
※別途材料費要

定員／先着10名
指導／八島てい子

SUN うたごえ喫茶

毎月第3火曜日、昔の若者(60代～70代)が30人くらい集まりなつかしの歌を歌っております。時間がありません。時間がありましたらぜひお出掛け下さい。



例会／10月16日、11月20日(各火曜)

会場／ホテルサンプラザ6階けやきの間
(13時30分～15時30分)

会費／各回1,500円(ワンドリンク付)

連絡・問い合わせは／世話人 伊藤しもこ
080-6016-9219

SUN いきいき太極拳

ゆったりとした深い呼吸と流れるような全身運動は体幹を鍛え、健康な体をつくれます。まずは硬くなった体をほぐしにいらつしやいませんか？やさしい先生と楽しい仲間が待っています。

例会／10月9日・23日、11月6日・20日
各火曜日 13時～14時30分

会場／エルパーク仙台
5Fフィットネススタジオ

会費／月2回で3,000円
入会金1,000円

指導／全日本太極拳協会本部 上級総合コーチ 田崎眞喜子

その他／水分補給のため飲み物をご持参ください。



SUN 健康呼吸体操・練功十八法

練功十八法とは伝統的呼吸法とともに、ツボ刺激やマッサージ、体幹の動きやストレッチを取り入れ、音楽に合わせて柔らかく体を動かす音楽式の体操です。やさしい動きが基本ですので、身体を動かすのが苦手な方での参加できます。ぜひ体験してみてください。



例会／10月9日・16日・30日、11月6日・13日・27日(各火曜)
10時30分～11時45分

会場／エルパーク仙台5階和室またはフィットネススタジオ

会費／月3回5,000円

募集人員／10名
その他／動きやすい服装でタオル飲み物も忘れずに

指導／中国上海練功十八法協会認定公認指導員 長沼羊香
問合せ先／SUNクラブ事務局(022-2122-3117)または長沼羊香(070-0695-318885)

いきいきSUNクラブ カラオケ交流台

歌うことがなによりも好き！そんな仲間達の集まりです。一緒にしませんか？

例会／10月10日・24日、11月14日・28日
13時～16時(受付は12時30分から)

会場／カラオケ・シダックス定禅寺通クラブ(東京エレクトロニホール向かい)

会費／
各回会員700円
(ワンドリンク付)

入会金／1,000円

世話人代表／近澤寛造
(022-3761-5963)



SUN 英語 愛好クラブ

身の回りの英会話を中心に、楽しく学んでいます。いつでも見学にお越しください。

例会／

月曜コース…毎週月曜日

14時～16時

火曜コース…毎週火曜日

14時～16時

会場／仙台市市民活動サポートセンター3階研修室
(青葉区一番町)

会費／月会費3,000円

講師／谷津秀治

連絡先／080-5220-8905
(事務局)



女声コーラス

SUNハーモニ

和やかな雰囲気の中、童謡をはじめ誰でも知っている懐かしい日本の歌、抒情歌などを歌っております。初心者の方も募集しておりますのでお気軽にお越しください。



■例会／10月4日・11日・25日、11月1日 13時～15時 11月の日程が一部未定ですので高橋先生にご確認願います

■会場／エルパーク仙台音楽スタジオ1

■会費／各月3,000円
(他に必要に応じて負担あり)

※見学参加の場合1,000円となります。

■指導／高橋京子
090-11375-4577

SUN 手品教室

一緒にミラクルを体験してみませんか？周りの注目を集めたい方、手先が器用になりたい方を歓迎。毎回レパートリーを増やし楽しく練習しています。初心者大歓迎です。1度見学にお越しください。



■例会／10月5日・19日
11月2日・16日 毎月第1・3金曜日
13時30分～16時

■会場／三本松市民センター
通町コミュニティセンター

■会費／各月2,000円
入会教材費／2,000円

■指導・問い合わせ／田村春人 022-248-8988 070-5323-9887

SUN クラブ 若月会 歌謡舞踊教室



昔懐かしい唱歌や歌謡曲に合わせて身体を動かしてみましよう。日舞の動きを取り入れた振りで、気軽に楽しく踊っていただけます。2時間のお稽古は結構な運動になりますよ。ご参加お待ちしております。

■例会／10月1日・15日、11月5日・12日

10時～12時

■会場／咲久紗内(南町通り／有楽町ビル4階)
※県民会館の地下和室が使用出来ないため。

■会費／2,000円 ■募集人員／5名

■服装／ゆかた、半巾帯(着れない方には指導いたします。動きやすい服装であれば大丈夫です)

■指導／若月会 若月松美代

SUN 筆ペン字・ペン字サークル

自分の上達したい字を、正しい筆順や姿勢を覚えながら、マイペースで練習しています。見学の方大歓迎です!!



■例会日／10月11日・25日、11月8日・22日(毎木曜日) 13時～15時

■会場／仙台市市民活動サポートセンター3階研修室2(青葉区一番町4丁目)

■会費／各回1,000円

■持参いただくもの／毛筆(太筆で書く方)、小筆の方は筆ペンで可、ペン字の方はボールペン、新聞紙 ※書道用具をお持ちの方はご持参ください

■講師／八巻はつひ

SUN 宮城野 社交ダンス 普及クラブ



何時でも気軽に楽しく踊れ、社交ダンスの正しい基本とマナーを学べる教室を目指しています。初めての方もお気軽にお越しください。(上履き持参)

■例会／
総合初級：毎週水曜日10時～12時
毎週木曜日13時～15時
総合中級：毎週木曜日10時～12時

■会場／宮城野区中央市民センター(仙石線原ノ町駅裏 ※南側)

■月会費／3,500円
(※別途入会金4,000円要)

■募集人員／各コース若干名

■指導／村上満

SUN 花あそび・いけばなサークル



身近な暮らしにいけばなを取り入れてみませんか？玄関や食卓に小さなお花があるだけで、素敵な空間が生まれます。お稽古を積んでいくと、池坊の伝統的なお花も生けることが出来るようになります。体験もできます。お気軽にどうぞご参加ください。男性の方も歓迎です。

■例会日／
Aコース 10月2日・16日、11月6日・20日
Bコース 10月9日・23日、11月13日・27日
各火曜日12時～18時の間で1時間程度、時間は自由です。

■会場／大正園おけいこ教室(青葉区中央1丁目)

■会費／2回2,000円
(別途花代、各回1,200円)

■その他／ハサミ・花器などは準備しております。エプロン、お持ち帰り用花袋はご持参下さい。

■講師／華道家元池坊いけばな教授 樋口電子

SUN 着物着付け教室 桜会



着物での外出に良い季節になりました。初心者の方や以前に習ったがもう一度習いたい方、是非見学にいらして下さい。

■例会日／10月3日・24日、11月21日・28日(毎水曜日) 13時～16時

■会場／エルパーク仙台5階・和室1または2(三越となり)

■会費／1回1,000円(要維持費)

■持参いただくもの／着物・帯・小物類など一式(不明な点はご連絡下さい)

■講師／伊藤眞知子

■連絡先／090-11397-4316

SUN 遊楽部



絵のような書道を体験してみませんか。その独特な筆遣いと色付けで、自分を表現する書体を見つけます。初めての方へも丁寧に指導しております。興味のある方は一度お越しください。

■例会／毎月第1第3火・水・木
各コース共 11時～16時30分

■会場／春日神社集会所(仙台メディアテーク裏)

■会費／各コース月2回で3,000円

■定員／各コース先着10名

■指導／三浦利道
090-12364-13663

SUN 俳句会



句会に先立ち八月の兼題(宿題は「夕焼」「腹」なので俳句の種類はないかと? 現場や事柄を探している。例えば裏腹とか業腹とか片腹とかインスピレーションは? とかいろいろ。目的がはっきりしてくれば「やれやれ」や「徳助」の気持ちが消えて足も軽く吟行したくなるのです。ご一緒に句会を楽しみませんか。新会員募集中です。

●例会／10月26日(金)、11月23日(金) 13時～17時
●会場／パル長町1F会議室(太白区長町1-3-5)
●会費／月会費1,500円(別途入会金500円)
●指導／浪山克彦
●問い合わせ／阿部022-27612366

【会員作品】
・弟よくらやみの胸蟬時雨 千代子
・憧れは泥にほふ川水中花 裕子
・一斉に夜を揺さぶる藤の花 昭子

SUN リンパストレッチ サークル

ツボとツボを結ぶ「経路」をタイ式ストレッチで刺激して気を流し、若々しく、そして健康に。不調の緩和にお役立てください。運動の苦手な方、身体が硬いという方に特にお勧めです。どうぞお気軽にお越しください。



●例会日／10月2日・23日、11月13日・20日(各火曜) 14時～15時30分
●会場／エルパーク仙台5階 和室2
●会費／月会費2,500円(下見参加の方は1,200円)
●定員／先着10名 ●動きやすい服装でご参加ください ●指導／佐々木恵美子

いきいきSUN 蔵蔵 パークゴルフ同好会



本年の例会は3月8日(木)に万葉パークゴルフ場で再開しました。本格的なパークゴルフシーズンの開始です。ご一緒にパークゴルフを楽しんでみませんか?

●例会／10月9日・20日・28日、11月13日・25日
●受付 8時30分から組み合わせ、9時からスタート
●会場／万葉パークゴルフ場
●参加費／各回600円
●問い合わせ／沼倉携帯090-1298817537

SUN 宮城クラブ



4月から会場を、よくらいパークゴルフ場に変更して実施します。新規会員も常時受付しております。初心者の方も大歓迎です。どうぞお気軽にお越しください。

●例会／10月5日(やくらい) 22・23日(ジュネ) 16日(石巻かなん) 11月2日(やくらい) 16日(石巻かなん)
●毎月第1・第3金曜日 9時30分集合、10時スタート
●参加費／各回600円
●問い合わせ／井上宅 022-137216338

サークル紹介

「女声コーラス SUNハーモニー」

6月14日、仙台市民会館に「女声コーラスSUNハーモニー」の練習にお邪魔させていただきました。メンバーは全員で10名程いらっしゃるそうで、一月に3回練習しています。懐かしい日本の歌や抒情歌を歌っています。昨年9月にはここでミニコンサートを開きお客様と和やかな時間を共有しましたが、最近は全員が揃う機会が少なくご苦労されているようです。興味のある方はSUNクラブ事務局までご連絡をおねがいいたします。

ちなみに皆さんが得意としているレパートリーは「ふるさと」「学生時代」「カチューシャ」などです。

※詳細はP6のサークル案内を参照願います。



第26回 宮城シニア美術展作品募集

シニア世代の方の創作による作品を募集します。応募規定に合えば原則すべてを展示します。

- 部門：日本画・洋画・書・写真・工芸
- テーマ：自由
- 応募条件：県内在住60歳以上のアマチュアの方
- 応募方法：7月1日(日)～10月31日(水)に応募用紙に必要事項を記入し持参(平日)または郵送
- 出展申込料：1作品500円(作品搬入日に現金で徴収)
- 展示：宮城県美術館県民ギャラリーで11月29日(木)から12月2日(日)まで
- その他：優秀作品は平成31年開催予定のねんりんピック紀の国わかやま大会美術部門へ出展します
- 問い合わせ：県社会福祉協議会いきがい健康課 電話 022-223-1171



第25回工芸の部最優秀賞
阿達とし子「春暁」

劇団四季

いきいき SUN クラブのみなさまへ
『オペラ座の怪人』仙台公演チケット予約のご案内

劇団四季の
オペラ座の怪人
は凄いらしい。

ミュージカル
オペラ座の怪人
©1986 RUG Ltd.

STORY 荘厳な響きに誘われれば、そこは19世紀のパリ、豪華絢爛たるオペラ座。ミュージカル史上に燦然と輝く名作が、あなたを陶酔の極みへと連れ去ります。これまで、世界35か国164もの都市で上演され、1億4000万人以上。世界が愛してやまない不朽のミュージカルが、仙台で17年ぶりに上演。ぜひ、大切なお友達や愛する人と、特別なひとときをお楽しみください。

仙台公演 10月22日(日)開幕

★SUNクラブ会員★限定販売

お申込み先：SUN クラブ事務局 ☎022 (223) 1171 締切：10月22日(月)

会 場

東京エレクトロンホール宮城(宮城県民会館)
〒980-0803 仙台市青葉区国分町 3-3-7

上演時間

約2時間40分(休憩20分含む)

対象公演

①2018年12月29日(土) 13:00開演 ②2019年1月4日(金) 13:00開演
③2019年1月12日(土) 13:00開演

対象席種
料金(税込)

全席指定S席のみ S席 10,800円(税込)(会員1,500円引き)
※A席8,640円、B席6,480円、C席3,240円は取扱い外となります。

頒 布

各公演10枚 会員1名につき3枚まで購入できます。申込者多数の場合は抽選

注意事項

- ・座席位置は劇団四季にお任せください。 ・3歳以上のお子様は必ず席をお求めください。
- ・締切後のお取消し、日程・座席の変更はお受けできませんのでご注意ください。
- ・お席確保のご連絡は10月22日締切以降となりますのでご了承ください。

【小さなお子様をお連れのお客様へ】

公演当日2歳以下のお子様につきましては、劇場内への入場をお控えいただいております。
3歳以上のお客様はお席をお求めください(膝の上にお子さまを抱いての観劇はご遠慮ください)。
(託児サービスあり)

ドラゴンクエストの世界

すぎやまこういち 交響組曲
「ドラゴンクエストⅢ」そして伝説へ…
指揮：角田鋼亮／管弦楽：山形交響楽団

- 実施日：11月24日(土) 開演15:00～
- 会場：多賀城市民会館大ホール (多賀城市文化センター内)
- 入場料：全席指定4,900円 (会員900円引き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月18日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：多賀城市文化センター



三浦一馬(バンドネオン五重奏)

キンテート2018
「タンゴ & ピアソラ」

- 実施日：11月23日(金・祝) 開演15:00～
- 会場：多賀城市民会館大ホール (多賀城市文化センター内)
- 入場料：全席指定2,500円 (会員800円引き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月18日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：多賀城市文化センター



© 井村重人

「熊谷育美」

10th Anniversary "193 ism"

- 実施日：12月15日(土) 開演17:00～
- 会場：宮城野区文化センター パトナホール
- 入場料：全席指定4,000円(会員600円引き)
※未就学児入場不可
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月5日(金)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：ニュース・プロモーション



沖 仁 CONCERT TOUR 2018



- 実施日：12月21日(金) 開演19:00～
- 会場：電力ホール
- 入場料：全席指定6,800円 (会員1,000円引き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月25日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：仙台放送

ハリウッド・フェスティバル・オーケストラ HOLLYWOOD FESTIVAL ORCHESTRA

あの名曲、あの名シーンがよみがえる…映画音楽コンサートの決定版！
本場アメリカからお届けする極上のニューイヤーコンサート

- 実施日：1月23日(水) 開演19:00～
- 会場：イズミティ21
- 入場料：S席7,500円(会員1,100円引き)
- 頒布：各20枚 ※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月24日(水)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 演奏曲目：
風と共に去りぬ、カサブランカ、
グリーンマイル物語、シェルブールの雨傘他
- 協力：ミヤギテレビ



及川浩治ピアノリサイタル

「名曲の花束」～ニューイヤースペシャル～

- 実施日：1月6日(日) 開演14:00～
- 会場：電力ホール
- 入場料：S席3,800円 (会員600円引き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月18日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：東北放送



© Yuji Hori

能への誘い《喜多流》

今から650年前に出来た日本の伝統芸能である能。見せるのが主流な公演とは違い、初めて能を観る方にも能を身近に感じて頂くために「能の解説」・「囃子の解説」に加え、普段は舞台上では見せることの無い「能装束の着付け」のある公演となっています。今回は「東北(とうほく)」と「橋弁慶(はしべんけい)」の二曲を御覧頂きたいと思います。

- 実施日：12月4日(火) 1部/開演14:00～ 2部/開演18:30～
- 会場：日立システムズホール(仙台市青年文化センター)
- 入場料：1部・2部：各全席自由3,500円(会員700円引き)
1部・2部通し券：各全席自由6,000円(会員1,500円引き)
- 演目：1部「東北」/2部「橋弁慶」
- 演者名：喜多流能楽師(重要無形文化財総合指定保持者) 佐藤章雄
喜多流能楽師 佐藤寛泰
- 頒布：各20枚 ※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：10月17日(水) ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：仙台喜草会



東北



橋弁慶

なよし地球

宮交観光サービスがおすすめする

旬なバスの柵

●お問い合わせ・お申し込みは
なよし地球予約センター
TEL022(298)7765電話受付時間 9時20分～17時40分
土・日・祝日はお休みいたします。■旅行企画・実施／観光庁長官登録旅行業第1975号 宮交観光サービス(株) 仙台市宮城野区小田原1-2-19
TEL 022(298)7765 総合旅行業務取扱管理者 佐藤隆幸 ■詳しい旅行条件書は 旅行会社へご請求ください。

みやぎ歩け歩け大会

■ 福島県・北塩原村

「気軽に歩ける五色沼探勝路」

ファミリー参加大歓迎!!五色沼の絶景を楽しめる人気のコース

■ 出発日 10月20日(土)

■ 旅行代金 7,300円(会員500円引き)

■ 最少催行人員 各乗車コース15名

◆約4km・約1時間30分 標高差約40m ◆難易度 ★



■ 行程

仙台市内=裏磐梯ビジターセンター【10:30頃】<スタート>…毘沙門沼…竜沼…弁天沼…柳沼…松原湖<ゴール・自由昼食>【12:00～14:00頃】=仙台市内(仙台駅着予定16:30頃)

■ 乗車コース

①宮交【7:25】=泉署【7:35】=台原【7:50】=北仙台【7:55】=仙台駅【8:10】

■ 宮城県・大崎市

「伊達家ゆかりの岩出山」学問の道とバルーンフェスティバル

～世界かんがい施設遺産内川を散策～

■ 出発日 11月23日(金・祝)

■ 旅行代金 5,800円(会員500円引き) 見学科込み

■ 最少催行人員 各乗車コース15名

◆約4.7km・約1時間30分 標高差約0m ◆難易度 ★



■ 行程

①～③県内各地=有備館の森公園【10:00頃】<スタート>…江合川…感覚ミュージアム…遊歩道…有備館の森公園【11:30頃】<ゴール・有備館見学>=あ・ら伊達な道の駅(自由昼食)=①～③県内各地(仙台駅着予定15:30頃)

■ 乗車コース

①仙台駅【8:00】=北仙台【8:15】=台原【8:20】=泉署【8:35】=宮交【8:45】=吉岡【9:10】
②河南【7:25】=石巻【7:35】=矢本【8:00】=塩釜【8:40】=多賀城【8:50】
③白石【6:55】=逢隈【7:40】=岩沼【7:55】=名取【8:15】=南仙台【8:25】=長町【8:40】

■ 宮城県・石巻市

「平成最後の金華山へ!」観光船で渡る絶景のスポット

■ 出発日 12月8日(土)

■ 旅行代金 8,800円(会員500円引き) 乗船料込み

※乗車地が矢本、石巻、河南は1,000円引き

■ 最少催行人員 各乗車コース15名

◆約5km・約2時間 標高差約300m ◆難易度 ★★★



■ 行程

①～②県内各地=女川港【10:00頃】～金華山港棧橋【10:40頃】<スタート>…黄金山神社…水神社…山頂大海神社…水神社…黄金山神社<ゴール・自由昼食>=金華山港棧橋【14:00】～女川港【14:40】=ハマテラス【14:50～15:30】=①～③県内各地(仙台駅着予定18:05頃)

■ 乗車コース

①宮交【6:40】=泉署【6:50】=台原【7:05】=北仙台【7:10】=仙台駅【7:25】=多賀城【7:55】=塩釜【8:05】=矢本【8:45】
②逢隈【6:55】=岩沼【7:15】=名取【7:35】=南仙台【7:45】=長町【8:00】=河南【9:00】=石巻【9:10】

■ 島根県・出雲市

出雲大社参拝と宍道湖夕日ウォーキング

■ 出発日 11月11日(日)

■ 旅行代金 99,800円(会員1,500円引き)

2泊目宿泊については、2名1室利用はおひとり様5,400円増し、3名1室利用はおひとり様3,600円増し

■ 最少催行人員 20名

◆約1時間30分 ◆難易度 ★ ◆食事条件/朝2、昼3、夕2

◆宿泊施設/1日目: ツインリープス出雲(洋室シングル)、2日目: ホテル一畑(和室4～5名)



■ 行程

1日目 各地=仙台空港【12:30発】→<FDA703>→出雲空港=出雲大社(かたりべのガイドの案内で参拝)=出雲市(泊) 昼食・夕食
2日目 ホテル=安来・足立美術館(見学)=松江城(見学)=堀川地ビール館(昼食)=ぐるっと松江堀川めぐり=宍道湖温泉(荷物・着替え他)=宍道湖夕日ウォーキング【しんじこボウリング=県立美術館～宍道湖大橋～宍道湖温泉(泊) 朝食・昼食・夕食
3日目 宍道湖温泉=出雲まがたまの里伝承館(見学・買物)=出雲空港【10:30発】→<FDA702>→仙台空港【12:00着】=各地

旬を楽しむバスツアー

全コース添乗員同行します

■ 宮城県・大崎市

風っご湯けむり号又はリゾートみのりに乗って鳴子の秋の絶景を訪ねる

「秋の鳴子峡と中山平温泉@うなぎの湯」

琢秀で湯めぐり

■ 出発日 10月28日(日)・11月4日(日)

■ 旅行代金 9,700円(会員500円引き)

■ 食事条件 昼食弁当1回 ■ 最少催行人員 21名



■ 行程

仙台8:00発=旧有備館周辺(列車のお時間まで自由散策/約1時間)…有備館駅 〰 <10/28はリゾートみのり乗車・11/4は風っご湯けむり号乗車> 〰 中山平温泉駅=名湯秘湯うなぎ湯の宿・琢秀(源泉かけ流しのとろりとした温泉での湯めぐりをどうぞ。昼食弁当/約2時間のご滞在)=鳴子峡(ご散策/約1時間)=あ・ら伊達な道の駅(買い物)=仙台17:30～18:00頃

■ 福島県・会津若松市他

「秋の会津を巡る旅」

会津若松・鶴ヶ城天守閣と大内宿&塔のへつり

■ 出発日 10月27日(土)・31日(水)、11月4日(日)

■ 旅行代金 7,900円(会員500円引き)

■ 食事条件 なし ■ 最少催行人員 35名



■ 行程

泉中央7:30=仙台8:00=長町8:30=鶴ヶ城(天守閣見学後、自由散策・自由昼食/約2時間のご滞在)=塔のへつり(散策/約40分)=大内宿(自由散策/約1時間のご滞在)=長町19:00=仙台19:30=泉中央20:00

他にあわせて曜日をいれさせていただきます。