



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)

2019年
1月
第94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。

2019

初春のつどい

非会員
申込可

■日 時: 平成31年2月28日(木) 13時開演・16時終演

■場 所: 東京エレクトロンホール宮城

■募集人員: 会員1,000名/先着順で会費無料です

非会員200名/先着順で賛助会費1,000円頂戴します

■受付方法: 会 員/電話にて受付022-223-1171

非会員/郵便振替口座「02200-6-37674」、「加入者名いきいきSUNクラブ」にお一人1,000円

を振り込んで下さい。後日聴講券を送付します。

その際通信欄に「初春のつどい」と記入して下さい。

■締め切り: 非会員のみ2月21日(木) ※会員は前日まで受け付けます

■会員の方は会員カードで、非会員の方は後日送付の聴講券で入場していただきます

※講演の部終了後、林家三平さんへ会員の代表の方から花束を贈呈していただきます。希望の方は申込時にお申し出下さい。希望者多数の場合は抽選となります。



コンサートの部: いずみオッチェンコール (男声合唱団)

【プロフィール】

2001年泉区内で発足し、団員は54名。宮城教育大学名誉教授大泉先生の指導のもと歌っている。毎年行われる「男の合唱まつりinみやぎ」の他、泉区内の市民センター等の行事に出演している。昨年10月、第8回演奏会を行った。2016年12月に、二度目のイタリア演奏旅行に行き、シチリアの地元合唱団とコンサートを行った。

主に日本の抒情歌や民謡、合唱曲集にある曲、外国の歌劇の合唱曲等を歌い、重厚な響きを醸し出している。



講演の部: 林家三平師匠「笑いと人生/講演と落語」

【プロフィール】

昭和の爆笑王、初代林家三平の次男として生まれ、平成2年より林家いっ平として落語の修業を始めました。平成5年二ツ目昇進、平成14年9月下席より真打昇進。現在は三平の資料館「ねざし三平堂」堂長を務めています。

「大銀座落語祭2005」および「大銀座落語祭2006」において中国語落語を発表し、その後中国各地で中国語落語を公演してきました。

平成21年3月下席より二代林家三平を襲名し、翌年11月に中国上海「蘭心大劇院」にて二代林家三平襲名披露公演を行いました。

現在は日本テレビの「笑点」のレギュラーとして活躍中で、他にも舞台やラジオドラマにも出演しています。



会員
限定

いきいきSUNクラブ 「一足早い春を楽しむ旅」

月日(曜)	行 程	
2月22日 (金)	仙台駅東口 $\xrightarrow{8:00}$ アクアマリンふくしま.....小名浜美食ホテル(昼食・買物) $\xrightarrow{10:40}$ $\xrightarrow{12:10}$ いわきフラワーセンター $\xrightarrow{13:20}$ 仙台駅東口 $\xrightarrow{14:05}$ $\xrightarrow{15:10}$ $\xrightarrow{18:00}$	

アクアマリンふくしまのテーマは「潮目の海」です。潮目の展示のハイライトは、潮目の海の水槽で、三角形の亚克力トンネルを挟んで、左が親潮水槽、右が黒潮水槽となっていて、それぞれの象徴的な海が再現されています。この水族館は、屋根をすべて透明なトップライトとし、それぞれの水槽にもいい影響を与えています。

お昼は「小名浜美食ホテル」でパスタランチ(サラダ、海鮮パスタ、デザート、ドリンクバー)をいただき、ショッピングもお楽しみいただきます。午後はフラワーセンターで一足早く春の花を楽しんで下さい。紅梅・白梅をはじめパンジーや日本水仙が、熱帯花木室ではハイビスカスやブーゲンビリアが咲いています。

- 出発日：2月22日(金) ■参加費：6,500円(会員限定) ■募集人員：47人 ※希望者多数の場合は抽選
 ■最小催行人員：35名 ■社協随員：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：2月7日(木)

会員
限定

いきいきSUNクラブ 「酒田雑街道を巡る旅」

月日(曜)	行 程	
3月15日 (金)	仙台駅東口 $\xrightarrow{8:00}$ 本間美術館 $\xrightarrow{10:55}$ 本間家旧本邸 $\xrightarrow{11:45}$ 山居倉庫(芳香亭の昼食、加藤家のお雛様、買物) $\xrightarrow{12:20}$ 仙台駅東口 $\xrightarrow{13:50}$ $\xrightarrow{17:00}$	



かつて江戸や京都、大坂(現大阪など)との交易で賑わった湊町酒田には、北前船により運ばれてきた、由緒ある雛人形が数多く残され、大切に保管されてきました。酒田の旧家に伝わるお雛様は、非常に贅を尽くしたものが多くといわれており、特に本間家所蔵の雛人形は酒田雑街道を飾るメインディッシュです。

本間美術館では享保雛、古今雛だけではなく、御所人形から、装束人形や歌舞伎などの風俗をテーマにした人形が幅広く、系統だてて展示されています。また山居倉庫には加藤家のお雛様が飾られており、その巨大さや個性的な表情に驚かされます。昼食の竹かごいづめこ膳はかつて農家が農作業の間に赤子を入れていたいづめこを模った容器に地元の食材を生かしたお料理を盛ったものです。

- 出発日：3月15日(金) ■参加費：6,200円(会員限定) ■募集人員：47人 ※希望者多数の場合は抽選
 ■最小催行人員：35名 ■社協随員：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：2月20日(水)

第26回宮城シニア美術展(報告)

第26回宮城シニア美術展は平成30年11月29日(木)～12月2日(日)の4日間に渡り宮城県美術館の県民ギャラリーで開催されました。来場者数は619人で例年よりは若干少なめでしたが、いきいきSUNクラブの会員さんからも作品が展示されましたので、一部の作品をご紹介します。



高橋由美子さん(「遊びましょ!」幸せな人形たちと)



千葉弘さん(妹・隙間を狙って)



内生宏嗣さん(一目千本桜)



矢野ますみさん(街角)



樋口富子さん(百合)



会員
限定

上杉ミ二修学旅行 パートⅡ

宮城県行政の中心地である上杉周辺を歩いて見学する「上杉ミ二修学旅行」パートⅡの参加者を募集します。新しくなったNHK仙台放送局をはじめ県庁や県議会議事堂を見学してみませんか。ランチは県庁18階ラウンジにある「レストランぴあ」でスペシャルランチをいただきます。同じフロアには県政広報展示室がありますので、食後に見学してみましょう。

■実施日：①班／2月6日(水) ②班／2月7日(木)

③班／2月8日(金)

■集合：NHK仙台放送局 10:15

■行程：NHK仙台放送局 (10:30～11:50)

県庁18階レストランぴあ (12:05～12:50)

県政広報展示室 (12:50～13:00)

宮城県議会 (13:10～14:00) 解散

■募集人員：各班20名 ※申込多数の場合は抽選

■締め切り：1月31日(木)

■参加費：700円(レストランぴあスペシャルランチ付)

■その他：全行程徒歩で見学しますので履きなれた靴でご参加下さい。
(雨天決行)

希望日を決めてお申し込み下さい。第1希望のみ承ります。



※ 季節により内容が変わる事があります



ダイハツ キュリオス 仙台公演

シルク・ドゥ・ソレイユ30年の集大成「ダイハツ キュリオス」仙台公演
珠玉のサーカス・エンターテインメント！

非会員
申込可

2014年の開幕以来、モントリオール、シカゴ、ニューヨークなど20都市以上を巡り、350万人を超える観客を魅了してきた、まさにシルク30周年にふさわしいサーカス・エンターテインメント！『キュリオス』とは「好奇心」「骨董品」という意味を持つ言葉。

大道芸からスタートしたシルク・ドゥ・ソレイユが、30年かけて、その好奇心と独自の想像力で進化させた、究極の技の数々を披露します。

あなたが、想像力を信じて自分の心を解き放つ時、不思議の世界へと通じる扉を開けることになるかもしれません。さあ、好奇心を持って『キュリオス』の世界へ飛び込んでみませんか。

■実施日：2019年4月19日(金)～5月29日(水) 全58公演

■会場：仙台ビッグトップ (あすと長町)／JR長町駅より徒歩4分／地下鉄長町駅より徒歩5分

■頒布：各公演SS席のみ15枚 会員1名につき2枚まで購入いただけます。

※座席位置はお任せ願います。※子供券は3歳から小学生までとなります。3歳未満は保護者1名につき1名までひざ上に限り無料。3歳未満のお子様でも座席が必要な場合は子供券をお求めください。

■公演日・入場料：下記一覧表参照 ■締め切り：3月15日(金)



Photos: Martin Girard, Pierre Manning / shootstudio.ca © 2014 Cirque du Soleil

公演日程・料金一覧

4月												5月											
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3	4	5	6	7					
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火					
11:30		C	休演日			休演日					A	休演日	11:30							11:30			
12:00		C			A			C	B	C			12:00		A	C	B	B		A	12:00		
15:00													15:00								15:00		
15:30				B									×								15:30		
16:00		B							B	B	B					×	B	B	B		16:00		
19:00	×			A	A		×						19:00						19:00				

5月																							
8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29		
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水		
11:30	休演日	休演日		C		A	A	休演日		C		A	A	休演日			C		A	A	A	11:30	
12:00				C																	12:00		
15:00							A														15:00		
15:30					B						B							B			15:30		
16:00					B		A					B	A						B	A	A	16:00	
19:00			×				×		A				A		A					19:00			

公演タイプ				A				B				C			
大人／子供				大人		子供		大人		子供		大人		子供	
一般価格				12,500		8,500		13,500		9,500		13,500		9,500	
会員価格				9,000		6,500		11,000		7,500		11,500		8,100	

※演出機材により舞台の一部が見づらい席があります。
※都合により演目の一部を変更する場合があります。
※SS席のみの取り扱いとなります。
※車椅子席の取り扱いはありません。

SUN ABC 英語 愛好クラブ DEF

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）



SUN 花あそび・いけばな サークル

身近な暮らしにいか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。お稽古を積み重ねると、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。お気軽にどうぞご参加ください。男性の方も歓迎です。



- 参加ください。男性の方も歓迎です。
- 例会／Aコース 2月5日・19日、3月5日・19日 Bコース 2月12日・26日、3月12日・26日
- それぞれ11時～17時の間で1時間程度、時間は自由です。
- 会場／太正園おけいこ教室（青葉区中央1丁目）
- 会費／月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 樋口富子

SUN ボウリング 愛好会



西多賀で楽しくボウリングをしています。内容は20分間の練習ボウル後に、2ゲームの交流戦を実施します。只今、新規会員の募集中です。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／タイトーステ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360円各目）

SUN Y Y ボウリング 愛好会



西友の富合店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・サンシャイン富合店
- ※富合町より台2丁目・西友富合ショップ・ピングセンター2階
- 参加費／1,000円（貸靴300円各目）

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／2月12日・26日、3月12日・26日
- 詩吟 13時～15時 漢詩 15時～17時
- 会場／イズミティ21（地下鉄泉中央駅近く）

- 会費（月額）／詩吟1,000円 漢詩1,000円 両方2,000円
- 指導／進藤眺岳（岳風流）



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／2月7日・21日、3月14日・28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 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／2月8日・22日、3月8日・22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／八巻てい子

SUN 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舞で、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／2月4日・18日、3月4日・18日
- 会場／咲久紗内（南町通り／有楽館ビル4階）
- 会費月／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

いきいきSUN 蔵蔵 パークゴルフ同好会



今年の例会は3月8日（金）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。一緒にパークゴルフを楽しんでみませんか？

■例会／3月12日・24日
受付8時30分から組み合わせ、9時からスタート
■会場／12日万葉パークゴルフ場、24日加護坊パークゴルフ場
■参加費／各回600円
■問い合わせ／沼倉携帯090-12988-7537

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／3月1日・15日
毎月第1・第3金曜日 9時30分集合、10時スタート
■会場／仙台海浜公園
■参加費／各回600円
■問い合わせ／井上宅 022-137216338

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／2月5日・19日、3月5日・26日
各火曜 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 民謡サークル 萩の会

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／2月13日・27日、3月13日・27日（各水曜日）
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 080-15556-9206（柴田利雄）

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大歓迎。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／2月1日・15日、3月8日・15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3,000円
■入会教材費／2,000円
■指導・問い合わせ／田村春人 022-124818988／070-5323-9887

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あります。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／2月19日、3月19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／世話人 伊藤しほ 080-6016-9219

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。

■例会／2月4日・18日、3月4日・11日
各月曜日 9時30分～12時30分
■会場／宮城県管工事会館8階会議室（旧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／及川亮先生（奇数月のみ）

女声コーラス SUNハーモニー

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／2月7日・21日、2月28日、3月7日・14日・28日の13時～15時
■会場／エルパーク仙台音楽スタジオ1、3月は音楽スタジオ2
■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 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／2月20日・27日
3月13日・27日(各水曜)
日13時～16時

■会場／エルパーク仙台5階・和室1(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／090-1397-4316

SUN 健康ふきやサークル



「ふきや」は楽しく簡単に誰にでもすべにできて、健康維持と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民センター
毎週水曜日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下さい。

■参加費(各回)／会員500円、非会員550円(中山北のみ1,000円)ただし初回入金金1,000円、マウスピース代3000円必要です。

■指導／たいらみえ 090-5803-70580
Email:finamolunsun@yahoo.ne.jp

SUN 俳句会



2025年に大阪万博の開催が報道されました。56年振りの記憶が甦り当時の感動が思い出されます。再びの賑わいに身を置き吟行をしてみたいと思います。一緒に句会を楽しみませんか。気軽に声をかけて下さい。

■例会／2月22日(金)、3月22日(金) 13時～17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／月会費1,500円(別途入金金500円)
■指導／浪山克彦 022-276-2366
■問い合わせ／阿部

【会員作品】

・工事夫の月を残して帰りけり 昭子
・数風つけ飼猫の目の野生 恵子
・湖底へと逆さに紅葉沈みゆく 千代子

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

(※別途入金金4,000円要)

■募集人員／各コース若干名

■指導／村上満

いきいきSUNクラブ カラオケ交流会

歌うことがなによりも好き！そんな仲間達の集まりです。ご一緒しませんか？

■例会／2月13日・27日、3月13日・27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ワラブ(東京エレクトロ
ンホール向かい)

■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／近澤富造
(022-376-5963)



SUN 手づくりの会

2月はドイツトヒの実を使ってスノーマンや造花の枝などをアレンジした壁掛けを作ります。

3月は2月と同じドイツトヒの実を使ってネンドで作るまつかさ枝や木の実をアレンジしてリースを作ります。

■例会／2月15日、3月15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 遊藝部

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めます。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

090-2364-3663



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氣を流し、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／2月5日・19日、3月5日・19日
各火曜日 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



SUNクラブ 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に体を動かす中国式の体操です。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も参加できます。ぜひ体験してみてください。



- 例会／2月5日・19日・26日、3月12日・19日・26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(022-1171-3117)または長沼羊香(070-06953117)

SUNクラブ ラフタリーヨガ

ラフタリ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るのを待ちしております。



- 例会／2月26日、3月26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

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送りましょう。



- 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。
- 問い合わせ先／事務局022-1797-6079(平元)

サンクラブ 終活麻雀友の会

人に優しく、自分に厳しく、一にマナー二に点棒をモットーに楽しく遊びましょう。

ご高齢の方は往復送迎いたします。

- 例会／(毎月第四日曜日) 10時30分受付・四回戦
- 会場／藤ブランドホール
- 会費(各回)／2,000円
- (別途入会金1,000円)
- ※参加賞、他各賞有り。
- 問い合わせ先／



山は雲に覆って
天に遊び
人は神を持って
家で遊ぶ

世話人代表村山健太郎、
伊藤純一(副会長)
TEL 090-1377-3188
FAX 022-171-0073

非会員
申込可

「介護保険勉強会」



介護保険制度とは介護が必要になった高齢者を社会全体で支える仕組みです。今回は介護保険で受けられるサービスや、加入者の条件、申請方法などをわかりやすく説明します。皆さんは既に保険料を納めておりサービスの対象者です。そこでどのような状態になったらサービスを受けられるのか、サービスの内容等についてこの機会に勉強してみませんか？

今回お話をいただくのは、仙台市宮城野区で「自分の足で出歩くためのデイサービス 旅ゆかば」を運営しておられる理学療法士の大友伸太郎先生です。

- 実施日：3月11日(月) 開始13:30～
- 会場：仙台市福祉プラザ10階「第2研修室」
- 受講料：会員様は無料です。(非会員の方は500円)
- 募集人数：50名 ※申込み多数の場合は抽選
- 講師：(株)福祉旅行社 大友伸太郎氏
理学療法士／フットケアトレーナーAライセンス認定講師
- 締め切り：2月21日(木)



サークル紹介

「トールペイント」

トールペイントとはヨーロッパの伝統的装飾技法を土台にして、木、ブリキ、ガラス、陶器、布などあらゆる素材に絵を描くことを総称してこう呼んでいます。

お邪魔したのは平成30年10月12日、仙台市民活動サポートセンターでの例会でした。当日は八島先生をはじめ4人の生徒さんがボックス等に絵の具で絵を描いていました。皆さんの経験年数は3～5年で思い思いに八島先生からアドバイスをもらいながら作品に取り組んでいました。去る9月13日に開催されたSUNクラブ文化祭にも多数出展していただき、訪れた方々の目を楽しませてくれました。

※詳細はP4のサークルの案内を参照願います。



第23回 SUNクラブのタベin ライブハウスケントス

非会員
申込可

懐かしの1950～60年代のアメリカンポップスやダンスナンバーを生演奏で聞きながら、飲んで、踊って楽しんでみませんか？
お一人でもOK、仲間がいればもっと楽しい時間を過ごせますよ。



- ① 時間内飲み放題(ビール、ウイスキー、焼酎、カクテル、ソフトドリンク)
- ② お料理1品(指定のメニューから選択) ラストオーダー**19:00**
※追加料金は個人清算となります。
- ③ スケジュール **17:30** 会場 (**19:30**まで貸切)
18:30 バンドステージ (1回目)
19:30 バンドステージ (2回目) 一般のお客様入場

- **2月20日(水) 17:30～20:00**
- ライブハウス・ケントス(国分町2丁目10-23丸伊プラザビル6F)
- 参加費: 会員**3,200**円/非会員**3,700**円
- 募集人員: **40**名 ※申込者多数の場合は抽選(会員優先)
- 締め切り: **2月13日(水)**

SUNクラブ杯健康麻雀大会2018 (報告)

今年度の「SUNクラブ杯健康麻雀大会」は平成30年11月29日(木)に、グランド麻雀ホール藤にて開催され、24名の方々が日頃鍛えた腕を競いました。

ガチャガチャと牌をかき混ぜる音に混じって「ポン」「チー」「ロン」との声飛び交い、賑やかな雰囲気の中で終始和やかに戦いは進められました。

ねんりんぴっくルールに従い正々堂々と戦った結果、以下の方々が優秀な成績を修め皆さんの前で表彰されました。

女性: 優勝/熊谷 正子さん、準優勝/庄子 清子さん、3位/渋谷東亜子さん
男性: 優勝/工藤 一雄さん、準優勝/岩淵 勝彦さん、3位/佐藤 潮さん



非会員
申込可

笑いの芸術

「野村万作・萬斎 狂言公演」

- 実施日：3月2日(土) 開演13:00～
 ■会場：東京エレクトロンホール宮城
 ■入場料：S席5,000円(会員800円引き)
 ■頒布：12枚 ※申込み多数の場合は抽選
 ■締め切り：2月15日(金)
 ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■番組：解説
 小舞「貝尽し」、「風車」
 狂言「鈍太郎」、「武恵」
 ■協力：(公財)宮城県文化振興財団

非会員
申込可岩崎宏美コンサートツアー
PRESENT ~for you*for me~

- 実施日：3月23日(土) 開演17:30～
 ■会場：東京エレクトロンホール宮城
 ※未就学児入場不可
 ■入場料：全席指定6,300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：2月15日(金)
 ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■協力：ノースロードミュージック

非会員
申込可春風亭昇太さんとブルースカイオーケストラさん
あるようでなかった落語と音楽のミックスショーケース

- 実施日：4月12日(金)
 開演：昼公演13:30～
 夜公演18:30～
 ■会場：東京エレクトロンホール宮城
 ■入場料：S席6,400円
 (会員1,000円引き)
 ■頒布：各20枚
 ※申込み多数の場合は抽選
 ■締め切り：2月22日(金)
 ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■協力：(公財)宮城県文化振興財団

非会員
申込可

「新妻聖子」concert tour2019

- 実施日：3月22日(金) 開演19:00～
 ■会場：日立システムズホール仙台・シアターホール
 ■入場料：全席指定6,800円(会員1,000円引き)
 ※未就学児童入場不可
 (ご入場されるお客様すべてにチケット必要)
 ■頒布：30枚
 ※申込み多数の場合は抽選
 ■締め切り：2月4日(月)
 ※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

非会員
申込可『サラ・オレイン』
SARAH ALAINN CONCERT 2019

- 実施日：3月29日(金) 開演18:30～
 ■会場：仙台電力ホール
 ■入場料：全席指定6,500円(会員1,000円引き)
 ■頒布：各20枚
 ※申込み多数の場合は抽選
 ■締め切り：2月19日(火)
 ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■協力：キョードー東北

非会員
申込可～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IV」導かれし者たち

- 実施日：2月21日(木)
 開演18:30～
 ■会場：東京エレクトロンホール宮城
 ■入場料：S席4,200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：2月13日(水)
 ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■協力：宮城県文化振興財団

非会員
申込可

特別展

「いつだって猫展」

- 開催期間：4月19日(金)～6月9日(日)
 開場9:00～16:45(入館は16:15まで)
 休館日：毎週月曜日／5月7日(火)
 ※但し4/29(月)・5/6(月)は開館します。
 ■会場：仙台市博物館
 ■入場料：前売券1,100円(会員300円引き)
 会員お1人様につき2枚まで購入いただけます。
 ■頒布：200枚 ※申込み多数の場合は抽選
 ■締め切り：3月29日(金) ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
 ■協力：ミヤギテレビ

江戸時代後期に起きた「猫ブーム」の諸相を、歌川国芳らの浮世絵や本、招き猫など約200点を集め紹介します。「おもちゃ絵」の体験など、お楽しみコーナーもあります。



なよし地球

宮交観光サービスがおすすめする

旬なバスの柙

●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・相馬市

「潮風を感じながら松川浦ロードウォーク」
再開通した松川浦大橋と大洲海岸を歩こう(ほっきめし付き)

■ 出発日 2月9日(土)

■ 旅行代金 6,900円(会員500円引き)

※乗車地が岩沼、逢隈は500円引き。河南、石巻、矢本は500円増となります。

■ 最少催行人員 各乗車コース15名

◆約4.5km・約2時間 標高差約40m ◆難易度 ★



■ 行程

①～③県内各地＝大洲海岸
【10:00頃】<スタート>…鵜
の尾岬灯台…遊歩道…鵜の尾
岬トンネル…松川浦大橋…松
川港近辺…たこ八【12:00～
14:00頃】<ゴール・昼食>＝
①～③県内各地(仙台駅着予
定15:30頃)

■ 乗車コース

①吉岡【7:35】＝宮交【7:55】＝
泉署【8:05】＝台原【8:20】＝
北仙台【8:25】＝仙台駅【8:40】
②河南【7:25】＝石巻【7:35】＝
矢本【8:00】＝塩釜【8:40】＝
多賀城【8:50】
③長町【7:40】＝南仙台【8:00】
＝名取【8:15】＝岩沼【8:35】
＝逢隈【8:55】

■ 宮城県・松島市

「春探し、日本三景松島」宮城の代表的な景勝地を改めて歩く

■ 出発日 3月30日(土)

■ 旅行代金 4,980円(会員500円引き)

※乗車地が名取、岩沼、逢隈は500円増。
白石は1,000円増となります。

■ 最少催行人員 各乗車コース15名

◆約5.5km・約2時間 標高差約80m ◆難易度 ★



■ 行程

①～③県内各地＝西行戻しの松
公園【11:00頃】<スタート>…
五大堂…福浦橋…見晴台…松
島観光物産館【13:00～15:00
頃】<ゴール/自由昼食>＝
①～③県内各地(仙台駅着予定
16:00頃)

■ 乗車コース

①吉岡【8:55】＝宮交【9:15】＝泉署
【9:25】＝台原【9:35】＝北仙台
【9:40】＝仙台駅【10:00】＝多賀
城【10:30】＝塩釜【10:40】
②河南【10:10】＝石巻【10:25】＝
矢本【10:35】
③白石【8:25】＝逢隈【9:15】＝岩
沼【9:30】＝名取【9:50】＝南仙
台【10:00】＝長町【10:15】

■ 栃木県・栃木市

「小江戸とちぎ 蔵の街散策」

■ 出発日 3月17日(日)

■ 旅行代金 34,800円(会員1,000円引き)

2名様1室は、おひとり様1,700円増/3名様1室は、おひとり様1,100円増

■ 最少催行人員 25名

◆約2時間 ◆難易度 ★ ◆食事条件/朝1、昼2、夕1

◆宿泊施設/益子館里山リゾートホテル ◆運行バス会社/宮城交通(株)または契約バス会社



■ 行程

3/17 県内各地＝栃木市内(昼
食・地元の食材で作る、江戸料
理)＝蔵の街(散策・船下り)＝岩
下新生姜ミュージアム(見学)＝
益子温泉(泊) 図図
3/18 ホテル＝笠間稲荷(参拝)＝
めんたいパーク大洗(見学)＝那
珂湊(昼食)＝県内各地 図図

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、塩竈市

昨年好評につき今年も設定しました! 今年は選べる食べ放題

「一ノ蔵酒蔵見学 & どっちを選ぶ?

カンカン蒸し牡蠣か新鮮生まぐろ食べ放題」

■ 出発日 1月26日、2月16日、3月2日・30日

■ 旅行代金 7,500円(会員500円引き)

■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 35名



■ 行程

仙台駅東口(9:00発)＝一ノ蔵本社蔵(蔵見学・
試飲)＝華の蔵(買い物)＝木の屋石巻水産美里
町工場(缶詰の試食・買い物)＝塩釜市内(ご昼
食はカンカン蒸し牡蠣又は新鮮生まぐろ食べ
放題! お申込み時にお申し出下さい。当日変更
不可。2種類とも会場が離れますのでグルー
プ様は1種類となります)＝鹽竈神社自由参拝・門
前町散策など＝仙台駅東口(17:00頃)

■ 岩手県・雫石町

「下町かぶき組劇団夢の旅

ホテル森の風鶯宿 特別公演」

■ 出発日 2月10日・16日・26日

■ 旅行代金 10,800円(会員500円引き)

■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 35名



■ 行程

仙台駅東口(8:00発)＝鶯宿温泉
ホテル森の風鶯宿(昼食・観劇・
入浴)＝仙台駅東口(19:00頃)
※毎週土曜日に演目が変わります。

■ 宮城県・蔵王町

専属ガイドの軽快なトークと共に広大な樹氷原の自然美をご堪能下さい!

雪上車「ワイルドモンスター号」に乗って宮城蔵王樹氷めぐり

■ 出発日 2月19日、3月1日

■ 旅行代金 2月19日 11,500円(会員500円引き)

3月1日 10,900円(会員500円引き)

■ 食事条件 昼1回 ■ 最少催行人員 35名



■ 行程

仙台駅東口(10:00発)＝みやぎ
蔵王こけし館(見学)＝蔵王町内
(昼食)＝みやぎ蔵王すみかわス
ノーパーク++>暖房付乗用雪上
車に乗って宮城蔵王樹氷めぐり
をお楽しみ下さい>+>降車後出
発＝仙台駅東口(17:30頃)