



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
5月
第96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

会員感謝イベント いきいきシニア夏まつり

■日 時：令和1年7月24日(水) 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2,000円を納入していただきます(当日、現金での受付はしません)

■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2,000円を振り込んでください。後日聴講券を送付します。

その際通信欄に「夏まつり」と記入してください。

■締め切り：非会員のみ7月12日(金) ※会員の方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

※二部終了後、オスマン・サンコン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ください。希望者多数の場合は抽選となります。

コンサートの部：「以伝」による邦楽演奏

【プロフィール】

「以伝」(いでん=IDEN)は、古い伝統音楽を大事に想う3人がそれぞれの感性を持ち寄って、昔の曲、今の曲を邦楽器で気軽に楽しく皆さんと分かち合いたいということで結成しました。

高橋聴雪さんは尺八の古楽器とも言える「地無尺八」を使い、江戸時代以前から伝わる「古典尺八本曲」を活動の中心に据えています。

今回は古典本曲だけでなく、箏や三味線との合奏曲や皆さんにおなじみの日本のメロディなども気軽にお楽しみいただけます。

箏の氏家紘子さんは生田流宮城社教師として東北を拠点に、さまざまな邦楽コンサートへの出演や、子どもたちへの箏曲指導など、邦楽の普及活動を重ねています。また、氏家桂子さんは仙台市在住で生田流宮城社師範として、中学校で伝統文化の授業および琴部の指導をするなど、地域貢献を目指して研鑽を積んでいます。



講演の部：オスマン・サンコン氏「サンコンの大地の教え」

【プロフィール】

1949年3月11日に西アフリカのギニア共和国に生まれました。1969年コナクリ大学卒業後ソルボンヌ大学に国費留学し1972年にギニア外務省に入省しました。同年大使館開設のため駐日親善大使として来日し、8年間大使館に勤務しました。

1984年に外務省を退職して再来日。2013年に「外務省板倉公館」に於いて外務大臣より表彰を受け、その後2017年4月には、春の叙勲、旭日双光賞を受賞されました。

現在はNPO法人「ギニア日本交流協会」の顧問として、ギニアと日本の文化やスポーツ交流等で、相互の架け橋として活躍されています。テレビ番組やコマーシャルにも多数出演されており、お茶の間でもお馴染みです。

今回はギニアの面白くためになるお話(中にはうそのようなほんとうの話もあります)や、助け合って生きる素晴らしさをお話していただきます。



いきいきSUNクラブ 平成30年度の事業実施報告

月	No.	実施日	イベント名	形態	参加者(人)
4月	1	4月17日	知事公館でお花見しましょう①	講座	25
	2	4月20日	知事公館でお花見しましょう②	講座	25
	3	4月21日	石川綾子ジャンルレスコンサート	催事	2
	4	4月28日～6月24日	東大寺と東北	催事	62
	5	4月29日	ティーナ・カリーナ 一人昭和歌謡祭春の特別公演	催事	4
	6	4月29日	ハローキティ&シュガーバニーズ	催事	0
	7	4月29日	ソング&ダンス65 ①	催事	5
	8	4月30日	ソング&ダンス65 ②	催事	12
	9	4月30日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
9行事 135人					
5月	1	5月2日	小岩井農場の一本桜と農場産牛肉ランチを楽しむ旅	バス旅行	46
	2	5月4日	ハッピー・ジャズ・アワー	催事	1
	3	5月14日	SUNクラブ杯パークゴルフ2018	趣味	52
	4	5月17日	仙台空港見学と開上の記憶を訪れる旅	バス旅行	47
	5	5月17日	五木ひろしビッグステージ	催事	11
	6	5月22日	我が家のファミリー・ヒストリーの読み解き	講座	16
	7	5月26日	トーン・キョウストラー管弦楽団	催事	9
	8	5月28日	捨てないで それってお宝かも	講座	6
	9	5月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
9行事 188人					
6月	1	6月8日	市川九團次の会	催事	3
	2	6月17日	伊勢正三LIVE2018	催事	4
	3	6月18日	アッ!とおどろく夢芝居 ①	催事	54
	4	6月19日	アッ!とおどろく夢芝居 ②	催事	36
	5	6月20日	3サークル合同お話し会	趣味	19
	6	6月22日	北島三郎	催事	19
	7	6月26日	初夏の山形で美味しいものを食べる旅	バス旅行	48
	8	6月27日	市川由紀乃 歌手デビュー25周年コンサート	催事	9
	9	6月27日	SUNクラブのタベ in ケントス	趣味	41
	10	6月27日	ポーセラーツ作成講座	趣味	11
	11	6月30日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
11行事 244人					
7月	1	7月7日	松竹大歌舞伎	催事	25
	2	7月8日	平原綾香	催事	5
	3	7月10日	羽黒山参拝とメロン食べ放題の旅	バス旅行	47
	4	7月18日	鼓童特別公演2018「道」	催事	10
	5	7月19日	いきいきシニア夏まつり	感謝祭	697
	6	7月21日	反田恭平ピアノ・リサイタル	催事	4
	7	7月24日	三山ひろし	催事	16
	8	7月27日～9月30日	古代アンデス文明展	催事	40
	9	7月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	7
9行事 851人					
8月	1	8月7日	桃狩りと福島のご真中を楽しむ旅(中止)	バス旅行	—
	2	8月15日	福川淳二の怪談ナイト	催事	0
	3	8月18日	華麗なるクラシックバレエハイライト	催事	20
	4	8月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
4行事 20人					
9月	1	9月7日	おれおれ詐欺に負けるなⅢ	教養講座	11
	2	9月7日	坂本冬美	催事	3
	3	9月9日	仲道郁代	催事	5
	4	9月10日	普通救命講習会①班	教養講座	10
	5	9月14日～10月21日	ミュシャ展	催事	78
	6	9月21日	普通救命講習会②班(申込少数のため①班に集約)	教養講座	—
	7	9月21日	岩沼のワースポット参拝とはらこめしをいただく旅	バス旅行	29
	8	9月22日	アリス=沙良・オット	催事	5
	9	9月22日	庄司恵子のヘラヘラトーク	催事	14
	10	9月27日	SUNクラブ杯ボウリング大会	趣味	45
	11	9月28日	死神の精度	催事	2
	12	9月30日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	1
12行事 203人					
10月	1	10月5日	いずみオッチェンコール第8回演奏会	催事	16
	2	10月12日	栗拾いとブドウ食べ放題の旅(中止)	バス旅行	—
	3	10月16日	フランシス・レイ・オーケストラ	催事	9
	4	10月17日	人形浄瑠璃「文楽」	催事	11
	5	10月18日	鳥津亜矢	催事	14
	6	10月27日	オペラ座の怪人	催事	17
	7	10月28日	DRUM TAO	催事	8
	8	10月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
8行事 75人					

月	No.	実施日	イベント名	形態	参加者(人)
11月	1	11月3日	沢田研二	催事	8
	2	11月4日	オペラ座の怪人	催事	15
	3	11月7日	仙台市内紅葉巡りとランチバイキングの旅	バス旅行	52
	4	11月7日	オペラ座の怪人	催事	15
	5	11月12日	シニアのための「エンディングノート」の書き方	教養講座	25
	6	11月13日	知事公館の紅葉と山形新蕎麦を楽しむ会①	レクリエーション	31
	7	11月17日	オペラ座の怪人	催事	12
	8	11月20日	知事公館の紅葉と山形新蕎麦を楽しむ会②	レクリエーション	30
	9	11月22日	秋川雅史	催事	25
	10	11月23日	三浦一馬キンテート2018	催事	3
	11	11月24日	ドラゴンクエストの世界	催事	0
	12	11月29日	SUNクラブ杯健康麻雀2018	レクリエーション	20
	13	11月30日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	24
13行事 260人					
12月	1	12月4日	能への誘い 1・2部	催事	6
	2	12月4日	能への誘い 通し	催事	1
	3	12月5日	オペラ座の怪人	催事	8
	4	12月13日	オペラ座の怪人	催事	18
	5	12月14日	オペラ座の怪人	催事	4
	6	12月15日	オペラ座の怪人	催事	18
	7	12月15日	熊谷育美	催事	0
	8	12月18日	フライパンパン	講座	28
	9	12月19日	オペラ座の怪人	催事	17
	10	12月19日	認知症理解講座	講座	32
	11	12月20日	学園合同ダンス交流会	講座	32
	12	12月21日	沖仁	催事	3
	13	12月21日	平清水焼き(中止)	バス旅行	—
	14	12月23日	オペラ座の怪人	催事	10
	15	12月29日	オペラ座の怪人	催事	10
	16	12月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	0
15行事 155人					
1月	1	1月4日	オペラ座の怪人	催事	3
	2	1月6日	及川浩治	催事	4
	3	1月11日	守屋周と見る大相撲名勝負	講座	35
	4	1月12日	オペラ座の怪人	催事	6
	5	1月14日	真知亜@nakama	催事	14
	6	1月20日	綾小路きみまろ	催事	42
	7	1月23日	ハリウッド・フェスティバル・オーケストラ	催事	3
	8	1月23日	三遊亭小遊三・林家たい平二人会	催事	20
	9	1月28日	ポーセラーツ作成講座	講座	21
	10	1月31日	キリンビール工場見学ととうほく蘭展	バス旅行	22
	11	1月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	5
11行事 175人					
2月	1	2月4日	とうほく蘭展	催事	78
	2	2月6日	上杉ミニ修学旅行①	講座	25
	3	2月7日	上杉ミニ修学旅行②	講座	24
	4	2月8日	上杉ミニ修学旅行③	講座	21
	5	2月12日	ドラゴンクエストの世界	催事	1
	6	2月20日	SUNクラブのタベ in ケントス	趣味	31
	7	2月22日	一足早い春を楽しむ会	バス旅行	34
	8	2月23日	ザ・ニュース・ペーパー	催事	18
	9	2月28日	初春のつどい	感謝祭	818
	10	2月28日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	7
10行事 1,057人					
3月	1	3月2日	野村万作・萬斎狂言公演	催事	12
	2	3月7日	夫婦漫才	催事	9
	3	3月9日	みんなでつくる復興コンサート2019	催事	1
	4	3月11日	介護保険勉強会	講座	51
	5	3月15日	酒田雑街道を巡る旅	バス旅行	47
	6	3月22日	新妻聖子	催事	1
	7	3月22日	東芝グランドコンサート	催事	5
	8	3月23日	岩崎宏美	催事	9
	9	3月29日	サラ・オレイン	催事	1
	10	3月31日	ミヤコー観光バスツアー	バス旅行	3
10行事 139人					
平成30年度合計 121行事 3,502人					



スペシャルチャンス 今なら あのSUNクラブに お得に入会できます!

6月30日までにご入会いただいた方に、
「年会費相当分の企画参加券」をプレゼントいたします。

明るく元気なシニア世代を送る秘訣は何と言っても遊びが一番です。現代は世界中の様々な情報を自宅に居ながら目の当たりにすることができます。目や耳からの刺激的な情報も多く、シニア世代とはいえ個人で様々な情報を捕らえ、自分なりの世界に没頭することが出来ます。そんな楽しみとは別に同世代のお友達と楽しい時間を共有することが出来るのが「いきいきSUNクラブ」です。年間たったの3,000円で100以上のお楽しみ会が皆さんをお待ちしています。

年に2回会員のための感謝祭（7月の夏まつりと1月の初春のつどい）が開催されます。主に東北を中心に活躍されているアーティストによるコンサートと、全国の著名人をお招きした講演会を開催しております。

毎年、秋には会員の皆様の演技や作品を発表する文化祭が開催されます。SUNクラブの28のサークルの皆さんや会員個人で制作した作品を、一般の方々に鑑賞していただいております。

毎月1回日帰りのバス旅行では季節ごとの自然を楽しんだ

り、名所旧跡や美術館・博物館等を楽しんでいます。また、それぞれの地域の食材を活かした昼食も楽しみの一つです。

シニア世代の大きな関心事として「健康」があげられます。SUNクラブのサークルにはパークゴルフ・ボウリングや社交ダンスのサークルや、健康麻雀のサークルもあります。これらのサークルを中心にした大会や交流会も開催しており、サークルに入っていない会員さんや宮城いきいき学園の在校生・OBも一緒に楽しんでいただいております。

また認知症理解講座や救急救命講習会、介護保険勉強会等シニアのための教養講座も随時開催しております。

その他に知事公館での春のお花見会（お弁当付き）や、秋の紅葉狩り（山形新蕎麦付き）の開催、各種コンサート（演歌・歌謡曲・クラシック・落語・伝統芸能等）や美術館・博物館で開催される展示会のチケットを割引で提供しております。

こんなにたくさんのお楽しみが満載のいきいきSUNクラブで、あなたの人生をもっと充実したものにしてみませんか。

SUNクラブ決算・予算報告

1. 平成30年度 SUNクラブ特別会計収支決算書

(単位:千円)

科目	小科目	当初 予算額	決算額	差異	
収入の部	会費収入	6,500	6,024	476	
	個人会員(年平均2,410人)	6,500	6,024	476	
	法人会員(7社)	210	210	0	
	諸収入	6,724	6,575	149	
	参加負担金(企画参加料)	6,724	6,575	149	
	広告収入(SUNニュース)	97	97	0	
	諸収入	0	0	0	
収入小計		13,531	12,906	625	
前期繰越		2,754	2,212	542	
収入計		16,285	15,118	1,167	
支出の部	消耗品費	900	533	367	
	水道光熱費	18	11	7	
	保険料	20	14	6	
	賃借料	2,200	1,782	418	
	車両費	4	5	▲1	
	租税公課・渉外費・会議費	20	25	▲5	
	報償費	2,200	1,961	239	
	旅費交通費	162	116	46	
	通信運搬費	1,220	1,150	70	
	広報費	725	763	▲38	
	業務委託費	28	22	6	
	手数料	210	261	▲51	
	助成金	280	245	35	
	負担金	5,944	6,428	▲484	
	支出計		13,931	13,316	615
	次期繰越			2,344	

2. 令和1年度 SUNクラブ特別会計収支予算書

(単位:千円)

科目	小科目	本年度 予算額	前年当初 予算額	差異	
収入の部	会費収入	6,100	6,500	▲400	
	個人会員(年平均2,440人)	6,100	6,500	▲400	
	法人会員(7社)	210	210	0	
	諸収入	6,724	6,724	0	
	参加負担金(企画参加料)	6,724	6,724	0	
	広告収入(SUNニュース)	97	97	0	
	諸収入	0	0	0	
収入小計		13,131	13,531	▲400	
前期繰越		2,344	2,754	▲410	
収入計		15,475	16,285	▲1,210	
支出の部	消耗品費	850	900	▲50	
	水道光熱費	0	18	▲18	
	保険料	20	20	0	
	賃借料	2,000	2,200	▲200	
	車両費	7	4	3	
	租税公課・渉外費・会議費	36	20	16	
	報償費	2,100	2,200	▲100	
	旅費交通費	150	162	▲12	
	通信運搬費	1,220	1,220	0	
	広報費	720	725	▲5	
	業務委託費	28	28	0	
	手数料	200	210	▲10	
	助成金	280	280	0	
	負担金	5,900	5,944	▲44	
	支出計		13,511	13,931	▲420
	次期繰越		1,964	2,354	

☆大好評により第2弾を実施します!!
ローカル鉄道シリーズ第2弾の2 いきいきSUNクラブ 「新生三陸鉄道で陸中海岸を楽しむ旅」

月日(曜)	行 程
6月18日(火)	仙台駅東口 7:30 仙台宮城IC 7:45 東北道・釜石道 10:45 釜石IC 10:55 釜石駅 12:15 (現地ガイドさんの案内で巡る三陸海岸) ホテルはまぎく(海鮮ランチ) 浪板海岸駅 13:20 13:25 三陸鉄道リアス線 13:53 釜石駅 14:00 シープラザ釜石(買い物) 釜石IC 14:40 東北道・釜石道 17:40 仙台宮城IC 18:00 仙台駅東口

東日本大震災以降不通になっていたJR山田線の宮古・釜石間が三陸鉄道に移管され、この3月に開業します。また釜石道も花巻から釜石までつながり内陸と三陸沿岸が身近になりました。今回は初夏の陸中を三陸鉄道に乗ってお楽しみいただきます。ランチは「三陸花ホテルはまぎく」で海鮮ランチをいただきます。このホテルは震災前は浪板観光ホテルの名前で営業しており、天皇皇后両陛下がかつて豊かな海づくり大会にご出席された際にお泊まりになったホテルです。昼食後に三陸鉄道に乗車していただき、釜石駅前のシープラザ釜石で買い物を楽しんでいただきます。
 ■出発日：6月18日(火) ■参加費：6,000円(会員限定) ■募集人員：47人 ※希望者多数の場合は抽選
 ■最少催行人員：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：6月4日(火)※前回当選された方の申し込みはご遠慮願います。



いきいきSUNクラブ 「福島で桃狩りとヤクルト工場見学を楽しむ旅」

月日(曜)	行 程
7月30日(火)	古川駅 9:00 仙台駅東口 10:00 仙台宮城IC 福島飯坂IC あづま果樹園(桃30分食べ放題) 11:20 12:10 四季の里(昼食・散策・買物) 12:30 14:00 ヤクルト福島工場(見学・試飲) 14:30 15:30 福島西IC 仙台宮城IC 仙台駅東口 17:30 古川駅 18:30

フルーツ王国福島で桃狩りを楽しみましょう。旬はあかつきという福島を代表する品種で甘みが強く皇室に献上されています。30分食べ放題で思う存分桃狩りをお楽しみ下さい。ランチは四季の里でスペシャルジューズをお楽しみいただけます。食後はお庭の散策や工芸館をお楽しみ下さい。また農村いちばでは福島の特産品の販売が行われていますので併せてお楽しみ下さい。午後はヤクルトの福島工場を見学していただけます。こちらではヤクルト原料液を生産しており他の工場へ出荷しています。またソフルとミルミルを生産していますので生産工程を見学していただけます。(都合により見学できない場合もあります)
 ■出発日：7月30日(火) ■参加費：5,500円(会員限定) ■募集人員：47人 ※希望者多数の場合は抽選
 ■最少催行人員：35名 ■社協随員：全行程同行します。 ■利用予定バス会社：東原観光バス ■締め切り：6月14日(金)



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)

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円必要)
 ■募集人員／各コース若干名
 ■指導／村上満

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ぐできて、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) ただし初回入会金1,000円、マウスピース代300円必要です。
 ■指導／たいらみさ子 060-5837-0580
 Email: finamounsun@yahoo.ne.jp

SUN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／6月25日、7月23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

いきいきSUNクラブ 「及川亮」 線手紙教室



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／6月3日・17日、7月1日・22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 (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(奇数月のみ)

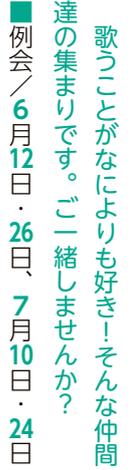
SUNクラブ 若月会 歌謡舞踊教室



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／6月3日・17日、7月1日・8日 10時～12時
- 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／6月12日・26日、7月10日・24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 手づくり友の会

6月は5月に作ったバラの花を円すい形のスタイロフォームに白い羽やオーガンジのリボンをアレンジします。7月は粘土にストライプ模様を貼って花の形のブローチを作ります。

- 例会／6月21日、7月19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／木村文字



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分間の練習ボウル後に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円各自)

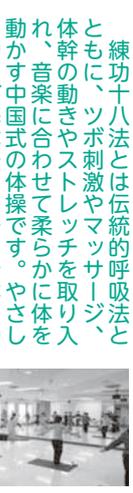
SUN Y Y ボウリング 愛好会



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
- ※富合町ひより台2丁目・西友富合ショッピングセンター2階
- 参加費／1,000円(貸靴300円各自)

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、ツボ刺激やマツサージ、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よ。ぜひ体験してみてください。

- 例会／6月4日・11日・25日、7月9日・16日・30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。
- 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(022-222-3117)または長沼羊香(070-1695-318885)

SUN 着物着付け教室



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／6月12日・26日、7月17日・29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／090-1397-14316

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、健康な体をつくります。まずは硬くなつ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／6月4日・18日、7月9日・23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
- 入会費／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
- 見学・おためし体験は無料。動きやすい服装で、上靴と飲み物をご持参ください。



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／6月14日・28日、7月12日・26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ます。時間がありまします。どうぞお出掛け下さい。



- 例会／6月18日、7月16日(各火曜日)
- 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
- 0800-60016-99219

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／6月13日・27日、7月11日・25日(各木曜日) 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 手品教室

ご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ながらかしこく練習しています。初心者大歓迎です。1度見学にお越しください。



- 例会／6月7日・21日、7月5日・19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 022-2248-8988 / 070-15323-9887

SUN 宮城クラブ



4月から会場を、より広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／6月7日・21日、7月5日・19日
- 毎月第1・第3金曜日 9時30分集合、10時スタート
- 会場／やくらいパークゴルフ場またはおおひら万葉パークゴルフ場
- 参加費／各回600円
- 問い合わせ／井上
- 0900-13129-5522

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？玄關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／6月4日・18日、7月2日・16日
- Aコース 6月11日・25日、7月9日・23日
- Bコース 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／大正園おけいこ教室(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 樋口寛子

いきいきSUN 緑蔵パークゴルフ同好会



今年の例会は3月12日(火)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／5月14日・26日、6月11日・23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
- 5月26日は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 0900-12988-7537

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／6月11日・25日、7月9日・23日
13時～15時

■会場／イズミテイ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
リンパストレッチ
(らくらくストレッチ&骨盤調整)
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。不調の緩和にお役に立てください。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／6月11日・25日、7月9日・23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 ■指導／佐々木恵美子
動きやすい服装でご参加ください

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です。ごまじまじよう。



■例会／6月6日・20日、7月4日・18日
(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
※希望者は左記までご連絡下さい。

■問い合わせは／
事務局022-797-6079(金平元)

SUN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。

■問い合わせは／
世話人代表(村山健太郎)、
伊藤純一(副会長)

TEL090-1377-3188
FAX022-271-0073



SUN
遊墨女一と娯楽部

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

090-12364-3663

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「さんざ時雨」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／6月12日・26日、
7月10日・24日(各水曜日)

■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)

新サークル結成
SUNいきいき
ストレッチフラダンスサークル

元気の秘訣は笑顔と足腰です。姿勢も良くなり自然に足腰が丈夫になります。初めての方に向けて親切にご指導いたしますのでお気軽にお越し下さい。

■例会／クブナクラス(女性)
毎月第1・3火曜日 11時30分～13時30分
カインクラス(男性)
毎月第2・4火曜日 11時30分～13時30分

■会場／熱海店ビル3階P
MKスタジオ(青葉区通町2-5-14)

■会費／月3,000円

■持ち物／タオル・動きやすい服装でご参加下さい。

■募集人員／男女とも6名程度
■講師／石川泰子
(Tel.090-33600-6903)



女声コーラス
SUNハーモニー

本年4月末

をもって

休会

いたします。



長い間

ありがとうございました。

「トースターで焼くおうちパン教室」

おうちパン教室の第2弾を開催いたします。今回作るのはオリーブと岩塩で仕上げる「ドデカフォカッチャ」です。トースターで焼く今大人気のおうちパンです。ご家庭で簡単に焼けてお食事や、子供のおやつにもぴったりです。

出来上がったパンはお好みのジャムや紅茶と一緒に、ティーパーティーでお召し上がりいただきます。

生地はお持ち帰りの分も作りますので帰ってからおうちでも作れます。焼きたてのパンのある生活を楽しみましょう。＼(^0^)/

- 実施日：6月25日(火) 午前の部10:00～ 午後の部14:00～
- 会場：仙台市福祉プラザ9階調理室(地下鉄南北線五橋駅すぐ)
- 参加費：1,500円(会員限定)
- 講師：香川桂子氏(アトリエシエル主宰・シニアおうちパンマスター)
- 持ち物：エプロン・三角巾・ハンドタオル
- 募集人員：各16名 ※申込多数の場合は抽選
- 締め切り：6月6日(木)

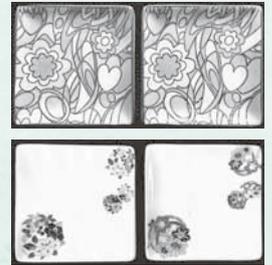


第10回 ポーセラーツ作成講座

おしゃれな習い事として人気を集める「ポーセラーツ」陶器に自由にデザインできるクラフト！誰でも簡単に手作りで完成度の高い作品に仕上がります。お好きなデザインで「世界にひとつ」のオリジナル作品を作りましょう！

今回作るのは四角いお皿です(13cm×13cm)。作成枚数は1枚ですが1枚800円で追加作成出来ます。追加される方はお申込みの際に枚数をお知らせ願います。(最大3枚まで可)

- 実施日：6月24日(月) 13:30～15:00
- 会場：仙台福祉プラザ10階 第2研修室(地下鉄南北線「五橋駅」すぐ)
- 参加費：1,000円(会員限定)
- 募集人員：25名 ※申込多数の場合は抽選
- 講師：内ヶ崎淳子氏(ポーセラーツインストラクター)
- 締め切り：6月7日(金)
- 作品受取：①7月24日感謝祭会場で受取 ②SUNクラブ事務局で受取 ③着払いで受取
※当日確認させていただきます。



「蔵蔵パークゴルフ同好会」

天気晴朗なれど波高し、陽は照っているけど気温も上がり風も強い日でしたが、強い風に上手く乗ってホールインワンがたくさん出たし、スコアを伸ばした方もたくさんいたようです。

今回は万葉パークゴルフ場で行われた「蔵蔵パークゴルフ同好会」の例会にお邪魔しました。登録会員数は200名ほどいますが、今回参加されたのは40名でした。今回は総会も兼ねており、開始前に新年度の案内等について代表の沼倉さんからお話がありました。年に2回の記録会を含め年間30回近い例会が予定されております。

最後の成績発表の場を借りて事務局より来月21日の大会の案内をさせていただき、今年一年怪我をしないで良いプレーが出来ます様にご祈念申し上げます。



介護保険勉強会 (報告)



この度「介護保険勉強会」を開催しました。初めての講座でしたが皆さん大変関心をもっていただき、定員を越える申し込みをいただきました。

講師は(株)福祉旅行社の友友伸太郎氏です。理学療法士でフィットケアトレーナーAライセンス認定講師でもあります。

講座では介護保険の成り立ちから制度全般について解説していただきました。介護保険を利用する条件や手続きの仕方・介護のメニューについて、また在宅介護や施設での介護等多岐にわたる内容でしたが、参加された皆さんは熱心に勉強していました。

※当日利用した資料をご希望の方は92円切手を貼った返信用封筒を同封のうえ郵便で事務局までお申込み下さい。

スグテツ15周年記念ツアー

「まだまだ続くよ!クラシックで遊ぶ音楽実験室」

～仙台フィル弦楽メンバーを迎えて～

- 実施日：7月7日(日) 15:00～
- 会場：仙台市市民活動サポートセンター B1シアター
仙台市青葉区一番町4-1-3
- 入場料：全席自由席4,000円
(会員800円引き)
当日4,500円
(入場整理券番号付)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：6月14日(金)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：トップアート



渡辺貞夫クインテット 2019

- 実施日：6月2日(日) 開演17:00～
- 会場：仙台 retro Back Page
仙台市青葉区国分町3-3-1 定禅寺ヒルズ8階
TEL/022-264-1084
- ※この公演のチケットは当日会場入口で
16:00～16:20の間にお渡しいたします。
1ドリンク¥500別途
- 入場料：全席自由席8,500円(会員
1,300円引き/入場整理番号付き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：5月29日(水)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：トップアート



2019年度 松竹大歌舞伎

- 実施日：7月11日(木) 昼の部13:30～ 夜の部18:00～
- 会場：東京エレクトロンホール宮城
- 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：6月18日(火) ※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
- 出演：松本白鸚、
松本幸四郎、市川猿之助、他
- 演目：
一、襲名披露「口上」
二、双蝶々曲輪日記「引窓」
三、色彩間苺豆「かさね」



小椋佳「歌談の会」

- 実施日：7月7日(日) 開演17:00～
- 会場：東京エレクトロンホール宮城
- 入場料：全席指定6,000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：6月12日(水)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：(株)ノースロード・ミュージック



沢田研二 LIVE 2019 「SHOUT!」

- 実施日：10月11日(金) 開演18:30～
- 会場：東京エレクトロンホール宮城
- 入場料：全席指定8,000円(会員1,200円引き)
- 頒布：20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：6月20日(木)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：(株)ジー・アイ・ピー



雪月花 ～新演歌三姉妹コンサート～

- 実施日：9月10日(火)
昼の部14:00～ 夜の部18:00～
- 会場：東京エレクトロンホール宮城
- 入場料：S席6,500円
(会員1,000円引き)
- 出演者：市川由紀乃・
丘みどり・杜このみ
- 頒布：各20枚
※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：6月17日(月)
※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：世界芸能(株)



三山ひろし コンサート

- 実施日：7月3日(水) 開演/昼の部14:00～、夜の部18:00～
栗原文化会館(アプロプラザ)
- 7月4日(木) 開演/昼の部14:00～、夜の部18:00～
東京エレクトロンホール宮城
- 入場料：S席6,000円(会員900円引き)
- 頒布：栗原各10枚、仙台各20枚 ※申込み多数の場合は抽選
- 締め切り：6月13日(木) ※締め切り後のキャンセルは出来ません。
- 協力：世界芸能(株)



なほし地球

宮交観光サービスがおすすめする
旬なバスの杯●お問い合わせ・お申し込みは
なか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

■宮城県・気仙沼市

宮城オルレを体験 ニッコウキスゲ咲く頃、気仙沼・唐桑コースを歩こう！
～太平洋を望む絶景スポット～

- 出発日 6月8日(土)
 - 旅行代金 6,800円(会員500円引き)
※乗車地が石巻・河南は 500円引き
 - 最少催行人員 各乗車コース 15名
- ◆約5km・約2時間30分 標高差約100m ◆難易度 ★★★



■行程

仙台市内＝大日神社【10:30頃】<スタート>…弥右衛門坂…神の倉の津波石…御崎岬…御崎神社…唐桑半島ビジターセンター<ゴール：自由昼食>＝仙台市内(仙台駅着予定 17:30頃)

■乗車コース

宮交【6:30】＝泉署【6:40】＝台原【6:55】＝北仙台【7:00】＝仙台駅【7:15】＝石巻駅【8:15】＝河南【8:30】(復路は逆コースとなります)

■宮城県・岩沼市

花と緑の岩沼ウオーク ～ハナトピア岩沼からグリーンピア岩沼へ～

- 出発日 6月22日(土)
 - 旅行代金 5,600円(会員500円引き)
入浴料込み ※乗車地が岩沼、逢隈、白石は 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4.4km・約2時間 標高差約120m ◆難易度 ★★



■行程

①～③県内各地＝ハナトピア岩沼【10:30頃】<スタート>…金蛇水神社…ひむろの道…野鳥の道…こもれびの道…グリーンピア岩沼 第一駐車場【12:30～14:00】<ゴール：入浴・自由昼食>＝①～③県内各地(仙台駅着予定 15:00頃)

■乗車コース

①吉岡【8:30】＝宮交【8:50】＝泉署【9:00】＝台原【9:15】＝北仙台【9:20】＝仙台駅【9:35】＝長町【9:50】
②河南【8:05】＝石巻駅【8:20】＝矢本【8:45】＝塩釜【9:25】＝多賀城【9:40】
③白石【8:30】＝逢隈【9:10】＝岩沼【9:30】＝名取【9:30】＝南仙台駅【9:55】

■岩手県・奥州市

宮沢賢治を魅了した景勝地、種山ヶ原森林公園を歩く
イーハトーブの大自然を満喫

- 出発日 7月27日(土)
 - 旅行代金 6,500円(会員500円引き)
 - 最少催行人員 各乗車コース 15名
- ◆約5.6km・約2時間 標高差約120m ◆難易度 ★★



■行程

仙台市内＝種山高原星座の森【10:00頃】<スタート>…イリスの広場…カタクリの広場…アザリア広場…物見山山頂…種山高原星座の森【12:00～13:30】<ゴール：自由昼食>＝道の駅種山ヶ原＝仙台市内(仙台駅着予定 17:30頃)

■乗車コース

宮交【6:55】＝仙台駅【7:30】＝北仙台【7:45】＝台原【7:50】＝泉署【8:05】

旬を楽しむバスツアー

全コース添乗員同行します

■岩手県・八幡平市

青く透き通った水面が「龍の目」のように姿を現す。限られた期間にだけ見ることのできる神秘
是非見てみたい奇跡の絶景！八幡平ドラゴンアイ(鏡沼)・八幡平ハイキング

- 出発日 5月19日・30日、6月5日・9日
- 旅行代金 10,800円(会員500円引き)
- 食事条件 昼1回(弁当)
- 最少催行人員 35名



■行程

仙台 7:00＝八幡平山頂レストハウス…11:00 八幡平ドラゴンアイ(鏡沼)…八幡平山頂…八幡平山頂レストハウス(昼食弁当付) 13:20＝14:00 八幡平温泉郷(温泉入浴・休憩) 15:00＝仙台 18:40～19:00頃

■東京都

一度は訪れてみたい！迎賓館赤坂離宮と豊洲市場
ベイエリアで過ごす TOKYO 2day

- 出発日 5月26日、6月30日
 - 旅行代金 23,500円(会員1,000円引き)
 - 最少催行人員 35名
- ◆食事条件/朝1回・昼1回(内弁当1回)・夕0回 ◆宿泊利用施設/東京ベイ有明ワシントンホテル



■行程

1日目 仙台 8:00＝東京都区内(泊) 14:30頃 ホテル到着後はフリータイムとなります。
2日目 ホテル早朝…有明駅⇄市場前駅…豊洲市場(自由見学/5:30頃からセリが始まります。見学デッキからご覧下さい)…市場前駅⇄有明駅…ホテル(到着後、朝食・チェックアウトとなります)＝迎賓館赤坂離宮(本館・庭園をご見学下さい/約1時間)＝浅草界限(自由昼食・自由散策/約2時間の滞留)＝仙台 20:30頃

■秋田県・仙北市・男鹿市

死ぬまでに行きたい！世界の絶景「日本の絶景編2017」ベストアの寺院を訪ねます
絶景のアジサイ寺「雲昌寺」となまはげの里・男鹿半島

- 出発日 6月29日(土)
 - 旅行代金 24,500円(会員1,000円引き)
 - 最少催行人員 35名
- ◆食事条件/朝1回・昼1回・夕1回 ◆宿泊利用施設/セイコーブランドホテル(または同等)



■行程

1日目 仙台 8:00＝11:30 秋田の小京都・角館(自由昼食・自由散策/約2時間の滞留) 13:30＝15:30 なまはげ館・真山神社(見学) 17:00＝男鹿温泉郷(泊) 17:20頃
2日目 ホテル＝9:00 雲昌寺(副住職さんが15年の歳月を費やし手塩にかけた境内一面に青く咲き誇る約12,000株のアジサイの絶景をご堪能下さい) 10:00＝10:30 道の駅おが「オガレ」(2018年7月1日にオープンした道の駅で買い物どうぞ) 11:15＝12:30 秋田市内(昼食・買い物) 13:30＝仙台 17:30頃