

仙台市

仙台七夕まつり

街中を鮮やかに彩る

長さ10m以上の巨大な竹に施された七夕飾り。
豪華絢爛かつ趣向の凝らされた様子を観ようと
多くの見物客で賑わいます。



Modalità ABITARE



2022 AUGUST

月	火	水	木	金	土	
<p>1 立秋の葉月 仏滅・五黄土星</p> <p>○音楽倶楽部 ○手芸教室</p> <p>ご昼食 葉月御膳</p> <p>○パステル教室 ○パソコン教室 ○中国気功体操 ○フラダンス教室 ○華道教室 ○指ヨガ</p>	<p>2 ハーブの日 大安・四緑木星</p> <p>○エコクラフト</p> <p>ご昼食 香りもご馳走</p> <p>○籐細工 ○書道教室 ○ニッキーの音楽倶楽部 ○山形プロのビリヤード講座</p>	<p>3 ハチミツの日 赤口・三碧木星</p> <p>○手芸教室 ○編み物教室 ○エコクラフト</p> <p>ご昼食 免疫力アップ 若鶏のハチミツ焼</p> <p>○華道 ○陶芸 ○絵手紙教室 ○パソコン教室 ○中国気功体操 ○フラワーアレンジメント</p>	<p>4 ゆかたの日 先勝・二黒土星</p> <p>○陶芸教室 ○ドーナツ倶楽部 ○手芸教室</p> <p>ご昼食 夏の風物詩 涼風御膳</p> <p>○スタンドグラス ○英会話 ○ウクレレ ○エコクラフト ○ロッキー&玲子先生の音楽院 ○絵画教室</p>	<p>5 世界ビールデー 友引・一白水星</p> <p>○陶芸 ○手芸 ○パソコン教室 ○指ヨガ</p> <p>ご昼食 美味しい! 牛肉炙り焼き御膳</p> <p>○書道 ○パソコン教室 ○山形プロのビリヤード講座 ○ニッキーの音楽倶楽部 ○DJトニーのステップ講座 ○編み物 ○指ヨガ</p>	<p>6 ハムの日 先負・九紫火星</p> <p>○ちぎり絵 ○パソコン教室</p> <p>ご昼食 北海道ファイターズ 夏の恵み御膳</p> <p>○陶芸 ○パソコン教室 ○卓球教室 ○民謡教室</p>	
<p>7 七夕の日 仏滅・八白土星</p> <p>○ハーモニカ倶楽部 ○書道 ○手芸</p> <p>ご昼食 ザ・納涼</p>	<p>8 笑いの日 大安・七赤金星</p> <p>○音楽倶楽部 ○手芸教室</p> <p>ご昼食 タレが自慢 冷し中華</p> <p>○パステル教室 ○パソコン教室 ○中国気功体操 ○フラダンス教室 ○華道教室 ○指ヨガ</p>	<p>9 野球の日 赤口・六白金星</p> <p>○エコクラフト</p> <p>ご昼食 味の甲子園 お楽しみ御膳</p> <p>○歌声喫茶 ○書道教室 ○山形プロのビリヤード講座 ○市丸ダンススクール</p>	<p>10 健康ハートの日 先勝・五黄土星</p> <p>○手芸教室 ○編み物教室 ○エコクラフト</p> <p>ご昼食 愛 おもてなし御膳</p> <p>○中国気功体操 ○華道教室 ○陶芸教室 ○絵手紙教室 ○パソコン教室</p>	<p>11 山の日 友引・四緑木星</p> <p>○陶芸教室 ○ドーナツ倶楽部 ○手芸教室</p> <p>ご昼食 豊富な山のミネラル 山海御膳</p> <p>○ハワイアンフラ ○エコクラフト ○ウクレレ</p>	<p>12 君が代記念日 先負・三碧木星</p> <p>○陶芸 ○手芸 ○パソコン教室 ○指ヨガ</p> <p>ご昼食 日本の四季 海鮮陶板焼</p> <p>○書道 ○パソコン教室 ○山形プロのビリヤード講座 ○ピアノ教室 ○ジャズダンス教室 ○編み物 ○指ヨガ</p>	<p>13 函館夜景の日 仏滅・二黒土星</p> <p>○ちぎり絵 ○パソコン教室</p> <p>ご昼食 素敵な美彩丼</p> <p>○陶芸 ○パソコン教室 ○卓球教室 ○カラオケ友の会</p>



HAPPY SUMMER 思い出いっぱいの夏に

日 月 火 水 木 金 土

ともに働く仲間を募集

- シニア・子育て世代の方大歓迎。
- 食事準備やお掃除など、介護補助のお仕事です。
- 週1回や1時間など、ご希望の勤務が可能

お気軽にお問い合わせください



15 水天の縁日
赤口・九紫火星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 こだわりの天婦羅
清流御膳

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ

16 女子大生の日
先勝・八白土星

- ゲームDEトレーニング

ご昼食 道産桜姫鶏
花舞御膳

- 書道教室
- ニッキーの音楽倶楽部
- 筆絵会
- 山形プロのピリヤード講座
- 藤細工

17 パイナップルの日
友引・七赤金星

- 手芸教室
- 編み物教室

ご昼食 トロピカルな
修ちゃんカレー

- 華道 ○陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラワーアレンジメント

18 米の日
先負・六白金星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 逸品「ゆめびりか」
ちらし寿司

- ウクレレ
- スタンドグラス
- 絵画教室
- 英会話
- ロッキー先生の音楽院

19 俳句の日
仏滅・五黄土星

- 陶芸 ○手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

ご昼食 味一番
ジンギスカン

- 書道 ○パソコン教室
- 山形プロのピリヤード講座
- ニッキーの音楽倶楽部
- DJトニーのステップ講座
- 編み物 ○指ヨガ

20 NHK創立記念日
大安・四緑木星

- ちぎり絵
- パソコン教室

ご昼食 今日の料理から
鯖の味噌煮

- 陶芸教室
- パソコン教室
- 卓球教室
- 民謡教室

「新アビターレスタイル」安心宣言

- 乗車前に検温を行い体調管理します。
- マスク着用を徹底します。
- 手洗い・手指消毒を徹底します。
- 館内の換気・消毒を行います。
- ソーシャルディスタンスを確保します。
- バランスの取れた食事を提供します。



22 チンチン電車の日
先勝・二黒土星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 奏でる美味しさ
オムライス

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ

23 ウクレレの日
友引・一白木星

- エコクラフト

ご昼食 ハワイアン
ロコモコ丼

- 書道教室
- 歌声喫茶
- 山形プロのピリヤード講座
- 市丸ダンススクール
- ソフト粘土

24 ラクビー発祥の日
先負・九紫火星

- エコクラフト
- 手芸教室
- 編み物教室

ご昼食 「旨味」のスクラム
残暑の焼八寸

- 華道 ○陶芸
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操

25 カキ氷の日
仏滅・八白土星

- 陶芸教室
- ドーナツ倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 花氷点心膳

- ハワイアンフラ
- エコクラフト
- 絵画教室
- ウクレレ

26 ユースホステルの日
大安・七赤金星

- 陶芸 ○手芸
- パソコン教室
- 指ヨガ

ご昼食 絆が広がる
美彩丼

- 書道 ○パソコン教室
- 山形プロのピリヤード講座
- ピアノ教室
- ジャズダンス教室
- 編み物 ○指ヨガ

27 男はつらいよの日
友引・六白金星

- ちぎり絵
- パソコン教室



特別食について

下記マークのメニュー(特別食)は、特別料金となります。

- ご昼食** 特別料金 1,020円
- ご昼食** 特別料金 1,380円
- ご昼食** 特別料金 1,530円
- ご昼食** 特別料金 2,550円

29 焼肉の日
仏滅・四緑木星

- 音楽倶楽部
- 手芸教室

ご昼食 ミックスグリル

- パステル教室
- パソコン教室
- 中国気功体操
- フラダンス教室
- 華道教室 ○指ヨガ

30 ハッピーサンシャインデー
大安・三碧木星

- エコクラフト

ご昼食 笑顔になる
料理長おまかせ御膳

- 藤細工 ○筆絵会
- 書道教室
- 歌声喫茶
- 山形プロのピリヤード講座
- ソフト粘土

31 野菜の日
赤口・二黒土星

- エコクラフト
- 手芸教室
- 編み物教室

ご昼食 心が和む
味の追求

- 華道教室
- 陶芸教室
- 絵手紙教室
- パソコン教室
- 中国気功体操

熱中症・脱水症にご注意を

- 熱中症 湿気が多い時期、日中だけでなく夜間、屋内でも起こる可能性があります。
- 脱水症 体液が汗で失われ、その補給ができない場合に生じます。

こまめな「水分補給」など予防対策を忘れずに

- こまめな水分補給。
※緑茶やウーロン茶はカフェインが含まれ、利尿作用があるため要注意です。
- 涼しい風通しの良い場所へ移動する。
- 安静にして体を冷やす。
- 睡眠を取って休息する
- 水分、塩分、糖分を補給する。
- 無理な節電をしない




暑さをぶっ飛ばせ!

夏の大歌謡祭

2020/8/27 Sat. BEAUTIFUL SATURDAY

ジャズダンス教室

第2・第4金曜日午後開催

椅子に座ったまま、ストレッチを交えながら振り付けを覚えて楽しく踊ります。

音楽に合わせて、自由な感性で感じたことを身体全体で表現していくジャズダンスをご一緒にいかがですか？



Let's Try!!
レッツ・トライ!

ポールウォーキング

上半身を積極的に動かす全身運動。自然と背筋が伸び、通常のウォーキングよりも高い運動効果が期待できます。



ポイント

- 背筋を伸ばし、あごをひいてやや遠くを見る。
- 踏み出した足と反対のポールを前に出す。
- 腕は自然に振り、リラックスして歩く。

トレーニングジム室にポールがあります。

足腰に自信がない方でも、気軽にスタッフへ声をかけてください!!