

# 長寿苑だより

平成29年 10月号 NO. 449  
大山崎町立老人福祉センター  
「長寿苑」発行 ☎ 075 ( 957 ) 1860  
京都府乙訓郡大山崎町字円明寺小字百々10-2

平成29年度 高齢者生きがい対策事業

## 秋の運動会



どなたでも参加できる楽しい種目もりだくさんです。さわやかな秋、健康づくりのために運動を楽しみましょう。

**日時: 10月24日(火) 9時45分~12時**

**場所: 高齢者ふれあい広場(雨天↑の場合: 長寿苑大広間)**

**10月13日(金)までにお申し込み下さい**

- ★長寿会会員の方⇒各長寿会役員へ
- ★一般の方⇒長寿苑事務室へ

※必ず事前にお申込みください。当日参加の場合、景品・軽食はありません。

- 事前申込者に限り、運動会終了後、大広間にて軽食をお配りします。
- 動きやすい服装でお越しください。
- 会場へは「うぐいす号」をご利用ください。
- 秋の運動会を前に、**10月5日(木)9:30~10:30に苑内とふれあい広場の草取りをします。**多数ご参加ください。



### 「カラオケを楽しむ会」

**日時: 10月25日(水) 午後1時~3時**  
**場所: 長寿苑大広間(通信カラオケ使用)**  
**対象: 町内在住の60歳以上の方**

♪事前申し込みは不要です  
♪見学の方もお気軽にお越しください



### 健康相談

(うぐいすの間前にて)

健康に関する相談と血圧測定を行います。  
お気軽にご相談ください。



- ★10月 6日(金) 午前9時半~11時半
- ★10月19日(木) 午後1時~2時45分

### 苑内の草取りをします

**10月5日(木) 9:30~10:30**  
雨天の場合は、**10月12日(木)に延期します**



### 気功体操教室



★10月 4日  
(水)

午前10時~11時半  
大広間にて  
★講師: 山田 典江 さん

### 囲碁サークル

活動日時 毎週水・金曜日 午後1時~4時

- 長寿苑資格者ならどなたでも入会できます
- 年会費 1,500円
- 現在会員は九段から七級(苑のみのランク)で37名
- 年3回、総当たりリーグ戦(ハンデ有)を実施、3位まで表彰
- その他①乙訓地区での親睦交流会  
②サークル内での年数回の親睦大会
- 楽しく、ボケ防止そして思考力向上に最適です  
~ご入会をお待ちしております~



### 今月のサークル紹介

### 編み物サークル

活動日時

第1・第3木曜日 午前9時~午後4時

各自の好きな作品を、ワイワイおしゃべりしながら楽しく編んでいます。

