

## 平成27年 4月号 NO 419

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27年度のスタートです!今年度も長寿苑では、季節の行事や健康講座などさまざまな事業を 企画して、皆さまのご参加をお待ちしております。 『**健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり**』 の場として、これからも長寿苑を是非ご利用ください。

### 

4月春の歩こう会

盆踊り大会

12月 もちつき大会

年末大掃除

**5月** ヨーガ教室①~②

9月 苑内草取り ヨーガ教室⑥~8

り かるた大会

(H28)

6月 苑内草取り ヨーガ教室③~⑤

10月 秋の運動会

2月 カラオケ大会

7 🗐 ペン習字講座(2回) おおやまざき音頭講習会

文化祭・秋の歩こう会 ビリヤード大会

ヨーガ教室<br/>
9~10

3月 教養講座(未定) サークル代表者会議



今回の「春の歩こう会」は、西山天王山駅から電車を使って嵐山へ行きます。 松尾大社~中ノ島公園を散策するコースです。春を感じながら一緒に歩きませ んか?皆様お誘い合わせの上、多数ご参加ください。

★行 先: 嵐山方面(阪急松尾大社駅下車)

<u>
↑: 雨天中止の場合:9時に長寿苑に掲示いたします。</u>

**★**日 時: **4月 9日(木)** 9時30分 長寿苑集合

\*阪急天王山駅待合せの場合:10時15分東口改札前

★参加費:100円(保険料·写真代) ★持ち物: お弁当・お茶・雨具・交通費

★申込み: 長寿会会員の方 ⇒ **各長寿会役員**まで

会員以外の方 ⇒ 長寿苑事務室まで

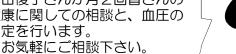
※4月3日(金)締切り



# 健康相談

- ★ 4月 2日(木) 午後 13:00~15:00
- ★ 4月17日(金) 午前 9:30~11:30

今年度も引き続き、看護師の 山田俊子さんが月2回皆さんの 健康に関しての相談と、血圧の 測定を行います。





## 5月行事 の 予告です!

昨年大変好評でした、「ヨーガ教室」を今年も開講致します。 今回は、前期5回・後期5回で行います。

❖日 程(前期):5/20 5/27 6/3 6/17 6/24

◆講 師:しらかし ゆうこ さん

❖参加費:1、000円

◆定員:30人(受付順\*5/1より)

◆申 込:長寿苑事務室

