

# 壁がある。だから、塗る。

ふらっと行って塗る、あなたのひと塗りが長寿苑になる

一人ひとりには  
それぞれの想いがある。

行ったことはないけど・・・、行ききっか  
けがなかった・・・などなんでもいい  
一人でも行ける、いられる場になる

大丈夫。  
きれいに塗れなくてもいい。

一度してみたかったけど・・・、  
きれいに塗る自信がない・・・  
そんなのは関係ない  
あなたが塗ることに意味がある

塗ったことがなくても大丈夫

・ 塗るコツの分かりやすい資料あります  
・ 道具などは自由にお使いいただけますが、  
事前の養生や後片付けは各自でお願いします

あなたが塗らなきゃ、誰が塗る

・ 対象は、町内在住の60歳以上の方  
・ 9時から16時までのお好きな時間に  
・ 塗料で汚れてもよい服装で

見たことのない  
長寿苑が、いま  
ここから始まる



リメイク計画、始まる  
chojuen

# 令和3年 7 月の月間予定

1

## 体を動かす

適度な全身運動で  
楽しく体力づくり

2

## 手を動かす

手指を動かしながら  
会話でリフレッシュ

3

## 脳の活性化

作戦や目標を立て  
楽しく脳を活発化

<b>1</b> ゲートボール 毎週火・水・木（午前）	<b>1</b> 舞踊 毎週火（午後）	<b>2</b> 絵画 毎週金（午前・午後）	<b>3</b> 麻雀 毎週月（午前）
<b>1</b> バスピンポン 第1・3木（午前）	<b>2</b> 書道 第1・3火（午前）	<b>2</b> 陶芸 毎週水・木（午前・午後）	<b>3</b> 囲碁 毎週水・金（午後）
<b>1</b> 公式ワナゲ 第2・4火（午前）	<b>2</b> らくらくピアノ 1・3火 2・4水（午前）	<b>2</b> 茶道と着物遊び 第2・4水（午前）	<b>3</b> 将棋 毎週火・水（午後）
<b>1</b> フラダンス 第2・4木（午前）	<b>2</b> 切り絵 第2水（午前）	<b>3</b> カラオケ 毎週金（午後）	<b>3</b> かるた会 第1・3木（午後）
<b>1</b> リズムダンス 第1・3木（午後）	<b>2</b> 大正琴 1・3月（午後）4金（午前）	<b>3</b> ナツメロ 第1火（午後）	<b>3</b> ビリヤード 毎週火・水・木 日常生活とは違う景色や 環境で心も体もリフレッシュ
<b>1</b> 気功体操 第2・4木（午後）	<b>2</b> 編み物 第1・3木（午前）	<b>2</b> 手芸 第2木（午後）	

## 楽筆講座

お申し込みは **受付延長**

**7/6**（火）まで

**延期** **8/5**（木）午後1時～

7/12（月）の日程は変わりません

## カラオケを楽しむ会

**7/21**（水）

午後1時～ 20名（予約不要）

ロマンカフェ 懐かしの映画

**7/28**（水）

午後1時15分～

「アニーよ  
銃をとれ」

## 行事予定はこちら

年間行事予定は長寿苑ホーム  
ページでお知らせします。  
ぜひ、ご覧ください。



年間行事予定

新型コロナウイルス感染症の拡大状況などで、休館や行事日程変更・中止になる場合があります

発行・編集 老人福祉センター長寿苑

〒618-0091 京都府乙訓郡大山崎町字円明寺小字百々10番地2 電話 075（957）1860