

長寿苑だより

6月
2026
No.551



受付中

【ポーセラーツ教室】

【日時】 6/17(水) 7/2(木)

*両日 13:15~15:00

【対象】 町内在住 65歳以上の方 (ご本人限る)

【申込】 参加費 1,000円を添えて

【定員】 各日 10名ずつ (計 20名)

*申込時、希望の日程を選んでください

*定員になり次第、キャンセル待ちで受付

【講師】 原田 加代子さん
(自宅教室ポーセラーツらら主催)



令和8年度

♪長寿苑サークル紹介♪

【公式ワナゲサークル】



健康面でもバランス能力・集中力の向上とされる、誰にでもできる軽スポーツ。サークルでは親睦を図りながら楽しく活動しています。新会員の方歓迎です。いつでも見学へ。

第2・4火曜日 午前中

【バス・ピンポンサークル】

認知症リスクの要因の一つに運動不足があるそうです。バスピンポンはどなたでも出来るので、その効果があると思います。毎回10名程度参加しています。

一度見学にきてください。



第1・3木曜日 午前中

【カラオケを楽しむ会】

【日時】 6/10(水) 10:00~12:00

定員20名 / 申込不要

※歌唱サークルに入られていない方

町内在住 65歳以上の方



第1回

【シルバー大学】

受付中

【日時】 6/30(火) 14:00~15:00

『開校式+自転車の交通違反について』

~身近だけど知らない!

事故防止のための交通ルールを学ぶ~

講師:京都府向日町警察署交通課

船井 巡查部長

対象:65歳以上の町内在住者、最大50名まで

申込:電話(957-1860)または事務所まで

【呼吸法教室サークル】



生命力を高める丹田呼吸法を練習。自律神経が活性化し、免疫力・治癒力がたかまり健康寿命が伸びます。100歳を超えても医者いらずの人生を楽しんでください。西野流呼吸法を40年間練習、体得した指導員が教授します。

第1水曜日 午後

※サークルの活動日時、ご見学は事務所まで♪

長寿苑月間予定 令和8年6月

日	曜	午 前	午 後	一 日	行 事
1	月			麻雀 楽健の会 大正琴	
2	火	書道	ナツメロ 将棋	陶芸 らくらくピアノ ビリヤード	
3	水	キリ絵	呼吸法教室 囲碁	陶芸 ビリヤード	
4	木	バスピンポン 陶芸	カルタ会	陶芸 ビリヤード	
5	金		カラオケ 囲碁	陶芸 絵画	
6	土	休 館 日			
7	日	休 館 日			
8	月			麻雀 楽健の会 大正琴	
9	火	公式ワナゲ	舞踊 将棋	陶芸 ビリヤード	
10	水	らくらくピアノ	ナツメロ 囲碁	陶芸 お抹茶の会 ビリヤード	カラオケを楽しむ会 10:00~12:00
11	木	フラダンス 手芸	イスdeヨガ	陶芸 ビリヤード	
12	金		カラオケ 囲碁	陶芸 絵画	
13	土	休 館 日			
14	日	休 館 日			
15	月			麻雀 楽健の会 大正琴	
16	火	書道	舞踊 将棋	陶芸 らくらくピアノ ビリヤード	
17	水	フラダンス	囲碁	陶芸 ビリヤード	ポーセラーツ教室 13:15~15:00
18	木	バスピンポン	カルタ会	陶芸 ビリヤード	
19	金		カラオケ 囲碁	陶芸 絵画	
20	土	休 館 日			
21	日	休 館 日			
22	月			麻雀 楽健の会 大正琴	
23	火	公式ワナゲ	舞踊 将棋	陶芸 ビリヤード	
24	水	らくらくピアノ	囲碁	陶芸 ビリヤード	
25	木	フラダンス 手芸	イスdeヨガ	陶芸 ビリヤード	
26	金		カラオケ 囲碁	陶芸 絵画	
27	土	休 館 日			
28	日	休 館 日			
29	月			麻雀 楽健の会 大正琴	
30	火				シルバー大学 14:00~15:00

※詳細はチラシで
ご確認ください

**大広間でピアノが弾ける
ピアノ/Free 演奏日**
6/4・9・18・23
 (11:30~12:30)
6/3・11・25
 (15:00~16:00)

予定は変更になる場合があります、あらかじめご了承ください