長寿苑だより　11月

2026

No.556

やればやるほど、知りたくなる!!
何度でも、学べる！

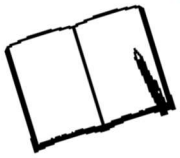
【長寿苑シルバー大学】

「最近、もの忘れが気になる」「顔はわかるのに名前が出てこない」など、
記憶力に不安を感じている方は、ぜひご参加ください！
シルバー大学4回目は、『記憶力』について学びます！

＼記憶力を鍛える！／



12/16（水）13:30～15:00



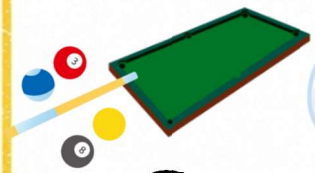
京都府立大学 ／ 社会科学部福祉社会学科
※共催（令和８年度京都府立大学 地域文化セミナー連携事業）
もりした　まさなお
森下　正修　教授

シルバー大学は随時受付しています。
単発参加も可能ですが定員50名を超えた場合は、
複数回受講の方を優先いたします。電話での申込みも可能

町長杯

【ビリヤード大会】

長寿苑主催のビリヤード大会を開催いたします
ビリヤードの好きな方♪興味のある方♪
ぜひ、ご参加ください



初心者、経験者の方も
大会までに長寿苑で練
習ができます♪
事務所までお気軽に、
お問い合わせください

12/3（木）10:00～15:00

※9:30集合

・町内在住65歳以上
・32名（参加者受付中、定員になり次第終了）
・参加希望の方は長寿苑事務所まで
（電話でも受付可）
・ローテーションでプレーします
協力：ビリヤードサークル

令和8年度

♪長寿苑サークル紹介♪

【らくらくピアノサークル】

♭楽譜がよめなくても OK!
指慣らしから始まって合奏曲の合同練習、各人の弾きたい曲のレベルに合わせて個人指導、音楽お喋りや歌を歌ったり、時には音当てやリズム聞き取りクイズ。楽しいサークルです。一度見学を。

第1・3 火曜日　午前・午後
第2・4水曜日　午前

【大正琴サークル】

大正琴は数字譜のとおりにボタンを押す演奏法なので楽譜が読めない方でも簡単に弾けます。左手でボタンを押さえ、右手でピックを使って弦をひくので脳に刺激を与えて活性化にも役立ちます。貸琴もあります。ぜひ見学を。

毎週月曜日　一日

長寿苑月間予定　令和8年11月

日	曜	午　前	午　後	一　日	行　事
1	日	休　館　日			
2	月			麻雀　楽健の会 大正琴	
3	火	休　館　日（文化の日）			
4	水	キリ絵	呼吸法教室　囲碁	陶芸　ビリヤード	
5	木	バスピンポン　陶芸	カルタ会	陶芸　ビリヤード	カラオケを楽しむ会 13:00～15:00
6	金		カラオケ　囲碁	陶芸　絵画	
7	土	休　館　日			
8	日	休　館　日			
9	月			麻雀　楽健の会 大正琴	
10	火	公式ワナゲ らくらくピアノ	舞踊　将棋	陶芸　ビリヤード	
11	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	
12	木	フラダンス　手芸	イスdeヨガ	陶芸　ビリヤード	秋の歩こう会 （服部緑地公園）
13	金		カラオケ　囲碁	陶芸　絵画	
14	土	休　館　日			
15	日	休　館　日			
16	月			麻雀　楽健の会 大正琴	
17	火	書道	舞踊　将棋 らくらくピアノ	陶芸　ビリヤード	
18	水	フラダンス	囲碁	陶芸　ビリヤード	
19	木	バスピンポン	カルタ会	陶芸　ビリヤード	クリスマスリース作り 13:30～15:30
20	金		カラオケ　囲碁	陶芸　絵画	
21	土	休　館　日			
22	日	休　館　日			
23	月	休　館　日（勤労感謝の日）			
24	火	公式ワナゲ らくらくピアノ	舞踊　将棋	陶芸　ビリヤード	
25	水	らくらくピアノ	囲碁	陶芸　お抹茶の会 ビリヤード	クリスマスリース作り 13:30～15:30
26	木	フラダンス　手芸	イスdeヨガ	陶芸　ビリヤード	
27	金		カラオケ　囲碁	陶芸　絵画	
28	土	休　館　日			
29	日	休　館　日			
30	月		らくらくピアノ		

大広間でピアノが弾ける
ピアノFree演奏日
11/10
（11:30～12:30）
11/4・12・26
（15:00～16:00）

カラオケを楽しむ会
11/5（木）
13:00～15:00
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

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

京都府乙訓郡大山崎町字円明寺小字百々10番地2
大山崎町立老人福祉センター　長寿苑
Tel　075-957-1860