



芙蓉の会だより

第 36 号
平成 28 年 5 月 17 日発行
代表 堀越 良子

～介護予防は生きがづくりから～

新緑が目にもまぶしい、さわやかな季節となりました。みなさまお変わりございませんか？東日本大震災から5年、今度は4月14日に熊本地震が起きてしまいました。繰り返しの悲惨な状況に心が痛みます。皆さまのお家は地震に対する備えは大丈夫ですか？家具の転倒の恐れはないですか？まず身の安全を第一に考え、今一度、家の中を見直しましょう。



3月15日 だるまのかべ飾り作り



蛙の夜まわりの手遊び



折紙で折っただるまを色紙にはって完成です

4月19日 お花見気分を楽しみましょう



いつもの指体操



じゃんけん遊び



大正琴で“さくら”等を



手話で ふるさと

今後の予定

6月21日 タワーホール 307
7月19日 タワーホール 403
8月は夏休みです
9月20日 タワーホール 402

毎月 第3火曜日 13時～15時
会費 300円(材料費は別途)

タワーホールの部屋が毎月変わります。ご注意ください。

長寿の心得

人生は山坂多い旅の道 (作者、年代不詳)

還暦 六十才でお迎いの来た時は 只今留守と云へ
古希 七十才でお迎いの来た時は まだまだ早いと云へ
喜寿 七十七才でお迎いの来た時は せくな老楽これからよと云へ
米寿 八十八才でお迎いの来た時は もう少しお米を食べてからと云へ
卒寿 九十才でお迎いの来た時は そう急がずともよいと云へ
白寿 九十九才でお迎いの来た時は 頃をみてこちらからボチボチ行く
と云へ