

# ようこそ「陽和苑」へ！

こちらのコーナーでは、「陽和苑」の事業予定を下記の様にお知らせ致しております。

●02月「陽和苑」事業活動予定表

- ・2/26 (水) 13:30~15:00 「骨密度測定」案内

●03月「陽和苑」事業活動予定表

- ・3/02 (月) 10:50~13:00 「青谷梅林梅まつり観光」案内
- ・3/04 (水) 10:00~11:00 ふれあい「お別れ会」案内

何か分からない事がありましたらお気軽に「陽和苑」事務室 (TEL52-9670) までお問い合わせください。なお、「陽和苑」には駐車場がありません。徒歩、自転車、バイクに





# 講演「骨の年齢について」 骨密度測定



骨は目に見えず、骨量が減少し始めても自覚症状がありません。知らないうちに骨の密度が減少すると、骨粗しょう症になり骨折しやすくなります。骨がもろくなる前に、きちんと骨量を測り自分で骨の健康維持に努めましょう！



- 日時 令和2年2月26日(水) 13:30~15:00
- 場所 陽和苑1階 健康相談室
- 講師 心身障害者福祉センター  
付属リハビリテーション病院  
技師長(医学博士)吉良保彦 先生

先着40名！ 2月18日(火)10時半～事務室にて受付します。

陽和苑 事業活動予定  
 <2020年3月>

2020/1/30(Y)

日付	曜日	午前 9:30-12:00		午後 13:00-16:00		軽運動室 (1) 9:00-16:00	軽運動室 (2) 9:00-16:00	グラウンド 9:00-16:00	生活健康相談 室 機能回復訓練 室
		集会室(畳)	集会室	集会室(畳)	集会室				
1	日								
2	月	華	道	囲碁	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	健康相談
3	火	カ	ラ オ ケ	囲碁・将棋		ビリヤード	ラージボール		
4	水	絵	画	マ	ー ジ ャ ン	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	お別れ会
5	木	民	舞	水	彩 画	ビリヤード	ラージボール		健康相談
6	金	折	紙	囲碁・将棋	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール		
7	土	民	謡	囲	碁	ビリヤード	ラージボール		
8	日								
9	月	大	正 琴	囲碁	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	健康相談
10	火	編	物	囲碁・将棋	ハンドベル	ビリヤード	ラージボール		
11	水	書	道	マ	ー ジ ャ ン	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	
12	木	俳	句	囲碁	写真	ビリヤード	ラージボール		健康相談
13	金	詩	吟	囲碁・将棋	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール		マッサージ(健相室) 手芸(訓練室)
14	土	な	つ メ ロ	囲	碁	ビリヤード	ラージボール		
15	日								
16	月			囲碁	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	健康相談
17	火	カ	ラ オ ケ	囲碁・将棋		ビリヤード	ラージボール		介護相談
18	水	絵	画	マ	ー ジ ャ ン	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	
19	木	大	正 琴	水	彩 画	ビリヤード	ラージボール		健康相談
20	金								
21	土	民	謡	囲	碁	ビリヤード	ラージボール		
22	日								
23	月	大	正 琴	囲碁	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	健康相談
24	火	編	物	囲碁・将棋	ハンドベル	ビリヤード	ラージボール		
25	水	書	道	マ	ー ジ ャ ン	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	
26	木	俳	句	囲碁	写真	ビリヤード	ラージボール		健康相談
27	金	詩	吟	囲碁・将棋	マーじゃん	ビリヤード	物忘れ予防 ラージボール		手芸
28	土	な	つ メ ロ	囲	碁	ビリヤード	ラージボール		
29	日								
30	月			囲碁	マーじゃん	ビリヤード	ラージボール	ペタンク	体力測定
31	火			囲碁・将棋		ビリヤード	ラージボール		

苑シクのお誘い

梅まついへ行きましよう

3月2日(月) 10:50~13:00

予定

## 青谷梅林梅まつり



青谷梅林で 梅を鑑賞し

昼食は売店で おでんやうどん、かやくごはん

など 自由に食べましよう♪

★長池工業(株)さまのご理解とご協力で駐車場内を通らせて頂きます。

雨天の場合、梅鑑賞は中止です。

ドライブがてら、食事にだけ出掛けましよう!

レストランにするか、お弁当など持参で陽寿苑に行くか?!

雨天当日に協議し決定致します。ご了承ください。

参加費

駐車場代 100 円

雨天時の昼食は別途 (500 円~)

2/13 (木) 10時半~受付。先着 15 名様

# ふれあいお別れ会

## 3月4日（水）

### 午前10:00～

久津川保育園年長児が卒園を前に陽和苑の皆さんにお別れのあいさつに見えます。たくさんで見送ってあげてくださいね (\*^-^\*)ノ♪



## 「陽和苑」1階 談話室