

# 鶴 寿 園 た よ り

令和4年9月号

開館時間 午前9時～午後5時（入浴時間午前10時～午後3時）  
 休館日 第1・3日曜日の翌日、第2・4・5日曜日、祝日  
 （敬老の日を除く）及び年末年始  
 利用者 金沢市民で60歳以上の方

金沢市老人福祉センター鶴寿園  
 金沢市額谷町ヌ1番地  
 TEL 298-9355



各種講座・囲碁将棋・入浴・健康器具のご使用等、にご利用ください

## 講座のご案内

講座名	開講日	時間
民謡	第1・3(土)	午前10時～
太極拳	第2・4(月)	午前10時～
絵画	第2・4(月)	午後1時～
布ぞうりづくり	第1・3(木)	午後1時～
俳句	第1・3(火)	午前10時～
陶芸(初級)	第1・2・3・4(水)	午前10時～
陶芸(上級)	第1・2・3・4(水)	午後1時～
謡曲	第1・2・3・4(水)	午前10時～
詩吟	第1・2・3・4(火)	午後1時～
詩舞	第1・2・3・4(木)	午前10時～
教養	第2・4(木)	午後1時30分～
木彫	第1・3(木)	午後1時～
生花	第1・3(金)	午後1時～
書道	第2・4(金)	午後1時～
水墨画	第2・4(金)	午後1時～
茶道	第1・2・3(金)	午前9時30分～
リズムダンス	第1・2・3(水)	午後1時～

## 敬老の日記念行事よせて!!

敬老の日記念行事が3年ぶりの開催です。この3年間で鶴寿園の各講座も大きく様変わりをしました。歌謡曲、トーンチャイム講座が残念ながら講座を閉じ、また他の講座においても講座生の減少、しかし俳句講座では新たな結社、ほおとぎす 荒海同人による内容の充実など、悲喜こもごもな2年間であったような気がします。こうした中でも、各講座の皆さんは限られた時間の中で精進を積み、来たる9月19日(月)の敬老の日記念行事の中でご披露いただくこととなりました。

今年はまだ一部に制限がありますが、多くの皆様のご来館をいただき、心より賛美の拍手をお願いいたします。

また合わせて“ぬり絵コンテスト”を開催予定です。多くの方々に参加いただける様鶴寿園のご利用者または市内居住で60歳以上の方々とその家族を対象に“ぬり絵コンテスト作品”を募集いたします。応募ぬり絵用紙は秋をテーマに15種類をご用意し、優秀作品には秋の味覚(松茸はありません)を味わってもらったり、生活用品が当たりますので、ご家族(親子何代でも可)揃ってご応募をお待ちしています。(そのため館長は東奔西走中)

どうぞ、食欲の秋とともに“ぬり絵コンテスト”でも秋を堪能してみてください。なお詳しい内容は鶴寿園にお問合せ下さい。

## ★9月19日(月)祝 敬老の日 敬老の日記念行事



9月は鶴寿園にとって年に一回の最大のイベントである、敬老の日の記念行事が9月19日(月)にあります。この日は当館で開催しています15講座の皆様が、一年間がんばって精進された成果を発表する大切な日です。出演・発表される皆様をはじめ、ご家族の皆様をお誘いの上お楽しみ下さい。多くの方々のご来館をお待ちしています。

## ○休館日のご案内 (9月～11月)

9月	5(月)	11(日)	23(金)	25(日)	
10月	3(月)	9(日)	10(月)	17(月)	23(日)
	30(日)				
11月	3(木)	7(月)	13(日)	21(月)	23(水)
	27(日)				

## ★ 映画上映会

9/4(日) 居酒屋兆治  
 日曜開館日に午前10時より上映します。

## 施設の御案内

ロビー テレビ 血圧計 マッサージ機  
 大広間 休憩 カラオケ(水曜日)  
 娯楽室 囲碁 将棋  
 大浴室 入浴  
 機能回復室 ヘルストロン  
 パソコンサロン 開館日の平日 9時～12時 13時～16時  
 その他(有料)研修室、和室もございます。  
 会合、休憩、グループに御利用下さい。

## ○鶴寿園前発バス時刻表

	月曜日～金曜日			土・日・祝曜日
	金沢駅行	金石行	金沢大学行	金沢駅行
10				
11		運行していません	運行していません	
12				
13	15			
14	15			
15	15			
16	15			
17				15

# 鶴寿園 講座のご案内

## 【民謡】

第1, 3(土)10時～

唄い継がれたふるさとの詞、一緒に唄いませんか？健康維持のため、お腹の底から声を出して楽しく唄って、少し若返った気分になりませんか？

## 【太極拳】

第2, 4(月)10時～

初めて体験する太極拳は入門を修得します。8つの動作を続け、練功体操、初級と進めていきます。

## 【絵画】

第4(月)13時～

色鉛筆から始まり、水彩画を主に各自個性を磨いています。集中して描き終わった後はスッキリを感じることも受け合いです。

## 【布ぞうりづくり】

第1, 3(木)13時～

不要な布も布ぞうりに大変身！みんなでワイワイガヤガヤ楽しく作っています。あなたもぜひ一足作ってみませんか？

## 【俳句】

第1, 3(火)10時～

約束事は2つです  
五七五で作る  
季節の言葉 季語を入れる  
鉛筆一本、紙一枚あれば作れます。あなたもぜひどうぞ！

## 【謡曲】

第1, 2, 3, 4(水)10時～

ご一緒に加賀宝生を謡いましょう。謡うだけでなく曲の時代背景や、登場人物の心ばえにも思いを寄せて遠い昔にタイムスリップしています。

## 【詩舞】

第1, 2, 3, 4(木)10時～

楽しく舞い、舞うことにより身体の運動にもなり、詩を覚えることや振りを覚えることにより頭の体操にもなります。

## 【木彫】

第1, 3(木)13時～

『木』の持っている素朴なぬくもり、温かさをいかした作品作りを目指してコツコツ根気よく彫って楽しい教室です。

## 【詩吟】

第1, 2, 3, 4(火)13時～

声に出して、朗々と詩を吟ずることによって、そのイメージや感動を表現します。腹式呼吸法による発声を行うため健康法としてもおすすめです。

## 【生花】

第1, 3(金)13時～

池坊  
四季折々の美しい花で心癒すひとときを過ごしてみませんか？お花以外のことでも情報交換したり、楽しい教室です。

## 【書道】

第2, 4(金)13時～

きれいな字を書くため、文字の基礎を学び、書の楽しさを知る。道は自ずから開けるものです。楽しく筆を持ちましょう。

## 【水墨画】

第2, 4(金)13時～

初心者大歓迎！  
墨の整え方、線の引き方など基礎から始めます。  
絵心？無いからダメ～。決めつけしないでやってみましょう。

## 【茶道】

第1, 2, 3(金)9時30分～

裏千家流

日本文化の集大成ともいわれる茶の湯の魅力を体験して下さい。

## 【陶芸】

年1回3月募集

初級 第1, 2, 3, 4(水)

10時～

上級 第1, 2, 3, 4(水)

13時～

陶芸を通じて自分の隠れた才能を開花できるかも？

## 【教養】

受講申込不要

第2, 4(木)13時半～

人生をよりよく生きるための講話です。自分を見つめ直す機会にして見ませんか。

## 【リズムダンス】

第1, 2, 3(水)13時～

耳慣れた流行の曲で簡単なストレッチを取り入れた健康ダンスです。  
楽しく一緒に踊りましょう。

## 受講生随時募集

ご興味のある方はぜひ講座をご見学下さい。  
お問い合わせ 鶴寿園  
TEL 298-9355