

2024年

4月/5月 ピックアップカルチャーのご案内

【お出かけについて】

(1) ~奈良東吉野~高見の里 1000本の枝垂れ桜



昨年、小グループで訪れました。ご参加の皆様が大絶賛されたスポットです。
この場所は、奥千本・中千本では無く、個人所有の山に圧巻の枝垂れ桜が咲き誇る、まさに桃源郷！

山道を、自動カートでのぼっていく道中の素晴らしさ。頂上付近からの眺めは絶景です。

食事は、割烹「三笠」で、満足のいくお食事を召し上がっていただきます！



- 日程：令和6年4月8日（月）
- 時間：9：30～17：00
（終了時間は前後する場合あり）
- 参加方法：Aコース Bコース
- 参加費：6,500円～9,500円

(2) お出かけランチ 『六盛』と『神泉苑』



自然を取り込んだ雄大な庭園。その中心の大きな池には、歴代の天皇が船を浮かべ遊宴を楽しんだと・・・
平安時代から龍神が棲む伝説がありパワースポットとしても有名。



- 日程：令和6年4月19日（金）
- 時間：10：00～16：00
（終了時間は前後する場合あり）
- 参加方法：Aコース Bコース
- 参加費：6,500円～9,500円
- ☆詳しくは、サロンまでお問合せください。

色とりどり盛り込んだ、手
け弁当は、京料理の旬な食
を生かした大人がときめく
お食事です。
さすが120年続く老舗の
料亭。ご一緒に！

(3) 笑歩クラブ 4月行先変更(別紙参照)

(4) ~丹波篠山~ 『百毫寺』 圧巻の藤と、ご当地ランチ『和さび』

境内にある長さ120mにも及ぶ藤棚には、長いもので150cmにも及ぶ藤の花が咲き誇ります。「九尺藤」とも呼ばれる長い花房は、まるで紫色のシャワーのよう。



ランチはご当地で評判の「和さび」
旧武家屋敷を改装し、趣のある場所



- 日程：令和6年5月2日(木)
- 時間：9:30～16:00
(終了時間は前後する場合あり)
- 参加方法：Aコース Bコース
- 参加費：6,500円～9,500円
- ☆ 詳しくは、サロンまでお問合せください。

(5) 介護用品を見に行こう！

『助さんたくさん』と🍷焼肉絶品ランチ「大起苑」

介護申請をしていなくても、ご実費になりますが、介護用品は購入できます。どんどんクオリティが高くなっている介護用品。

例えば、お風呂場の椅子…立ったり座ったりしんどくないですか？ちょっとした工夫のある商品は日々の生活にとっても役立ちます。購入しなくても、実際にどんなものがあるのか覗きに行くだけでも価値あり！です。

- 令和6年5月17日(金) 10:30～13:30

(6) 近場でランチ 『ギャラリーカフェ・人と木』 ~IN 木津川市~



木津川のほとりの古い歴史と伝統を守りつづけてきた古民家を丸ごと利用したちょっと懐かしい雰囲気のお店です。

地元食材を使ったカラダに優しいランチ、ギャラリーもおたのしみください。



hitotoki

- 日程：令和6年5月24日(金)
- 時間：11:30～14:00
- 参加方法：Aコース Bコース
- 参加費：3,300円～4,400円
- ☆ 詳しくは、サロンまでお問合せください。

【カルチャーについて】

(1) シアター(プチおやつ付)

『お終活 熟春！人生百年時代の過ごし方』 ※カルチャーパック対象

ストーリー

会熟年離婚寸前の夫婦が、葬儀社の男から紹介された終活フェアをきっかけにてんやわんやの大騒ぎ！

キャスト

橋爪功 高畑淳子 剛力彩芽 西村正彦 大和田伸也 他



○ 日 程:令和6年5月24日(金)

○ 時 間:14:00~15:40

○ 参加費:1,100円(税込) おやつ200円程度

(2) NEW! ワークショップ『シニアのためのハンドケア&フットケア』

ワークショップとは・・・体験型の講座

シニアの女性ならではの、「手」「足」について、皆様に相応しいケアの仕方を楽しく体験しながら発見していきます。爪のお悩みや、マッサージの方法など、目からウロコかも！！
特に、手はいつも裸です。優しくお手入れすることで、手の印象がグンと変わります。

◎講師：松野芳枝先生

○ 日 程:令和6年5月22日(水)

○ 時 間:10:30~12:00

○ 参加費:1,650円(税込) ※カルチャーパック対象



(3) NEW! ココロとカラダのほぐし時間 ~西岡有紗先生~

ヨガ、ピラティスの専門家で、「お寺ヨガ」などでもご活躍の、西岡有紗先生をお招きして、身体だけではなく、心への働きかけなども組み入れた、癒しのひとときです。

西岡先生は、ローズスイーツの講師でもいらっしゃいます。

この時間に、ローズスイーツの紹介や発酵食品の話題にも広がりを見せていただけます。

※ローズスイーツ=ローとは英語で raw。つまり生のお菓子のこと。

しかも、白砂糖や卵、小麦粉、乳製品などの原料を入れずに、旬の果物やナッツなどをたっぷり使って加熱せずに仕上げるクッキー、ブラウニー、アイスクリームなどのことをさします。

○ 日 程:令和6年5月27日(月)

○ 時 間:10:30~12:00

○ 参加費:1,650円(税込) ※カルチャーパック対象



【イベントについて】

(1) 新緑のコンサート

ピアノトリオで巡る ～古今東西 名曲への旅～

Program - プログラム -

星に願いを
ムーンリバー
ひまわり

悲愴/ベートーベン

韃靼人の踊り/ボロディン 他



今年の春のアップライブリーコンサートは、誰もがうっとりする映画音楽や、懐かしく美しいCMソング、あの時に戻るようなメロディーで、素敵なひとときをお過ごしいただきます。

2024 5月10日 (金)

出演：シンフォニー宙

中前 晴美 (バイオリン)

三宅 香織 (チェロ)

石川 まぎ (ピアノ/作・編曲)

目の前で、プロの生の演奏を聴ける贅沢で優雅な時間。

バイオリン、チェロ、ピアノ 3つの楽器が織りなす素晴らしい音色に酔いしれましょう。

時間：11:00 ~ 15:00

参加費：会員様 / 5,500円

ビジター / 7,150円

初めてご参加の方 / 2,500円

※ランチ・ティタイム付き