



# 陽東苑 よもやまぼなし

6月10日は「時の記念日」です。天智天皇の10年（671年）4月25日、漏刻と鐘鼓に

よって 初めて時を知らせたという『日本書紀』の記事にもとづき、その日を太陽暦に換算して、

定められました。今日ではカレンダーを見ると実にさまざまな記念日が掲載されていますが、各

種の記念日のなかでも時の記念日は最初期に定められたものということができます。当時使用さ

れた時計は「漏刻（るこく）」と呼ばれる水時計で、水が流れ出す時間、溜まる時間を測るこ

とで時間を知る仕組みが使われています。水を使った時計の記念日と知ると、しとしとと雨が

降る6月にますますぴったりの記念日に感じられますね。



◀ご案内▶ ◎お風呂は中止しています。駐車場はありませんので車での来苑はできません。

◎陽東苑バス： 迎いの時刻は9：44

送りの時刻は「緑が丘自治会方面」14：27発 「宮ノ谷方面」15：52発

## ◀ 6月の行事予定 ▶

◎「健康体操」：ラジオ体操第1・第2と筋トレ&脳トレ体操等 毎週 月～土曜日

①午前10時～10時30分 ②午後2時～2時30分

◎「健康相談」毎週 火・金 曜 9時～12時 13時～15時50 看護師による相談

◎「認知症予防ゲーム」： 6月13日（木）10：30～11：00（当日受付）

\*いずれも状況により中止する場合があります。\*行事等の詳細は、事務所(53-3700)までお尋ね下さい。

6月の行事予定			
日	曜	午前	午後
1	土	健康体操	健康体操
2	日	.....	.....
3	月	健康体操	健康体操
4	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
5	水	健康体操	健康体操
6	木	健康体操	健康体操
7	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
8	土	健康体操	健康体操
9	日	.....	.....
10	月	健康体操	健康相談 健康体操
11	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
12	水	健康体操 フラワーアレンジメント教室	健康体操
13	木	健康体操 認知症予防ゲーム	健康体操
14	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
15	土	健康体操	健康体操
16	日	.....	.....
17	月	健康体操	健康相談 健康体操
18	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
19	水	健康体操 いきいき呼吸体操教室	健康体操
20	木	健康体操	健康体操
21	金	健康相談 健康体操 ペン習字教室	健康相談 健康体操
22	土	健康体操	健康体操
23	日	.....	.....
24	月	健康体操 ミニボールex教室	健康体操
25	火	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
26	水	健康体操	健康体操
27	木	健康体操	健康体操
28	金	健康相談 健康体操	健康相談 健康体操
29	土	健康体操	健康体操
30	日	.....	.....