

ー 楽しいノート♪ー

老いても 楽しい人生

～ 私らしくいきる ～



今日はどんな1日になるかなあ？

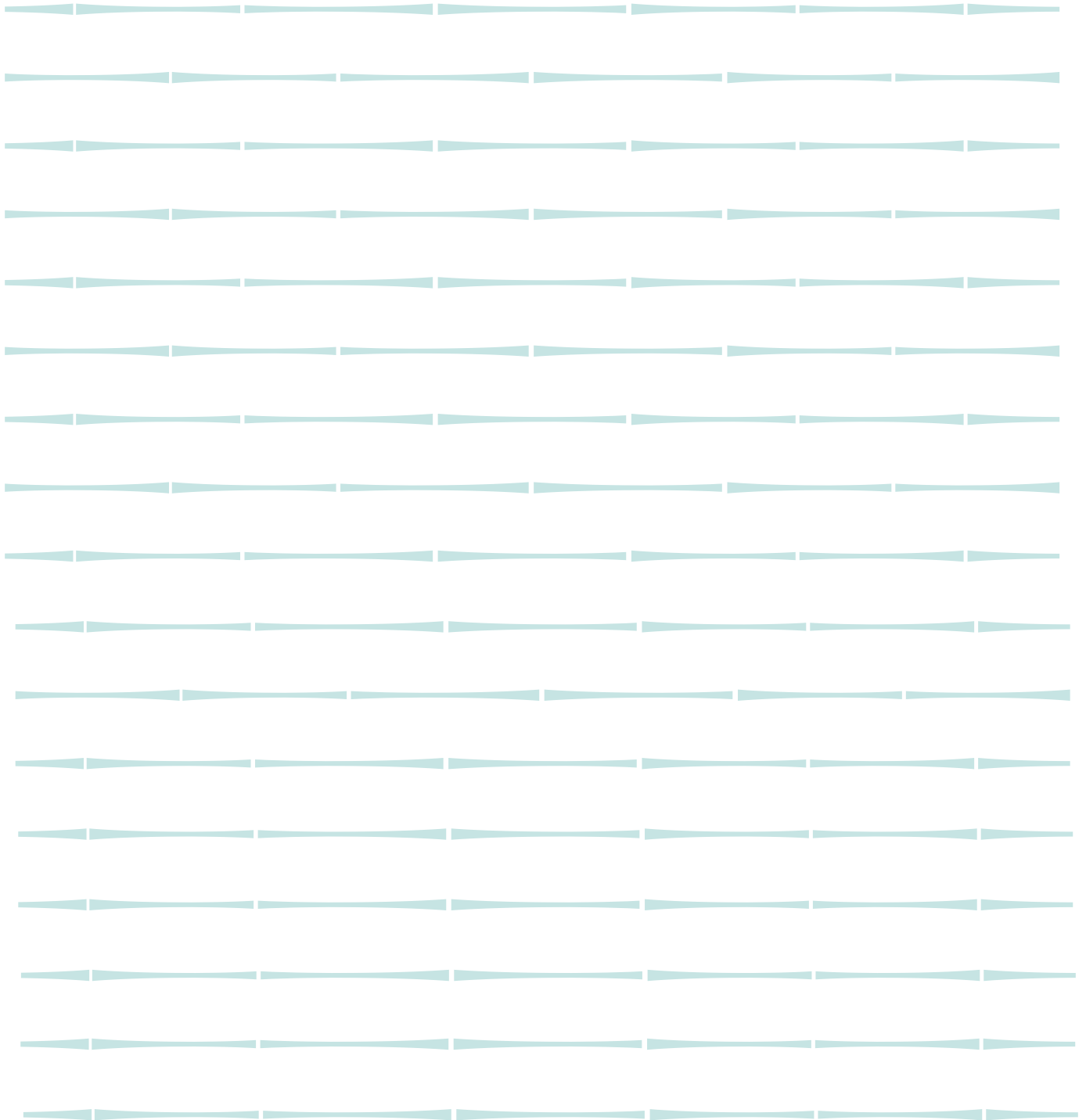
<しつもん その1>

あなたが、いま食べたいものは何ですか？



<しつもん その2>

最近、『大笑い』したことはありますか？



<しつもん その3>

このなかでやってみたいことに
○をつけてみてください

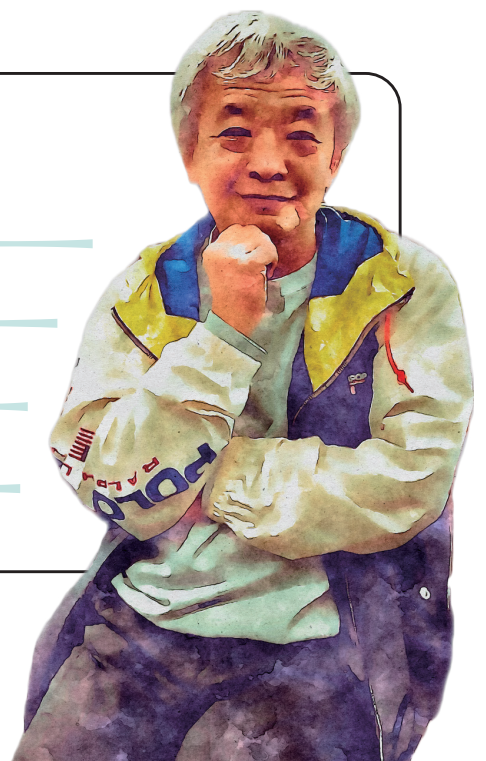
油絵 水彩画 陶芸 ガーデニング

編み物 俳句 短歌 習字

踊り カラオケ パソコン

料理 ラジオ体操 写真を撮る

その他



<しつもん その4>

どんな『花』が好きですか？



<しつもん その5>

好きな『鑑賞』は何ですか？

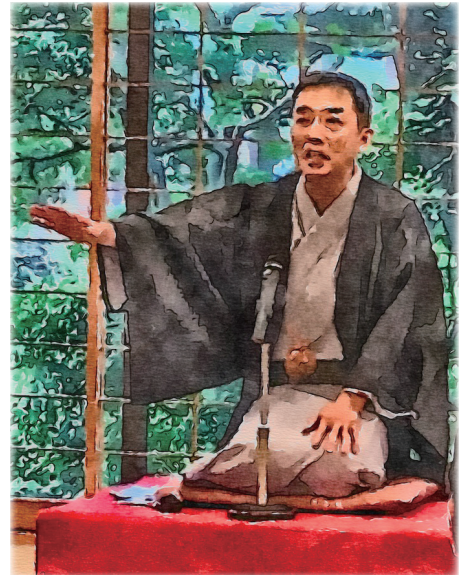
○をつけてください

演劇 歌舞伎 ミュージカル

音楽 美術 落語

映画 写真 舞踊

能



その他

<しつもん その6>

好きな色で塗り絵を完成させてください



<しつもん その7>

『旅行』へ行くなら どこへ行きたいですか？



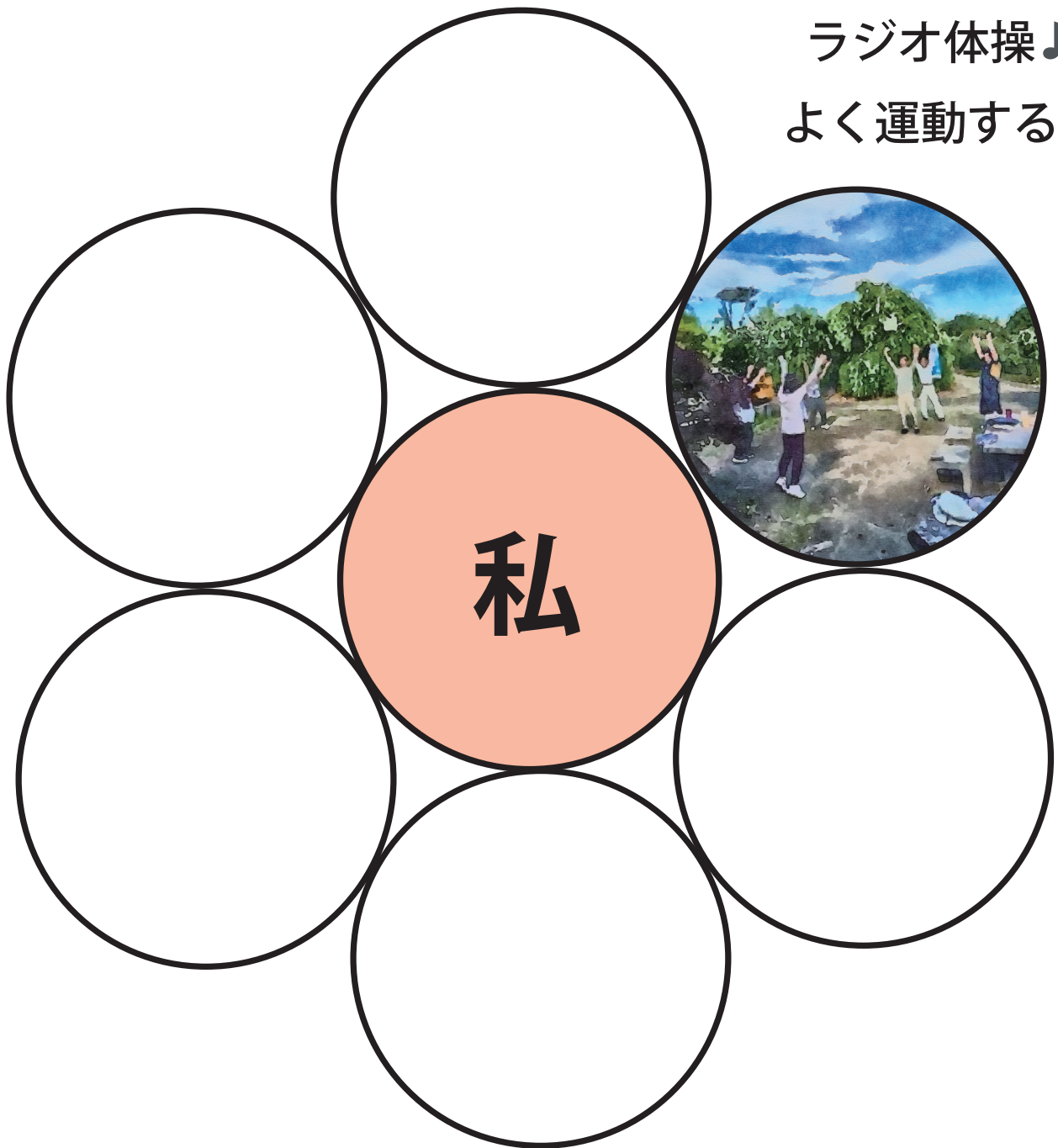
<しつもん その8>

最近、『感動した』ことはありますか？

A series of 20 horizontal lines for writing, each with a light blue arrow pointing to the right.

あなたの『なりたい 老人』は？
私は、『こんな老人になりたい！』

ラジオ体操🎵
よく運動する！





老活ノート 老いても楽しい人生 ～私らしく生きる～

2024年4月25日 初刊発刊

本文：堤 佐代子（パトジェンアーツ出版 代表）

アート：吉本 久美（パトジェンアーツ出版 クリエイター）

監 修：堤 寛（一般社団法人 Tsutsumi Pathology Library 代表理事）

発行所：パトジェンアーツ出版

〒492-8342 愛知県稲沢市矢合町三吉跡1551番地1

電話：0587-96-7088 FAX:0587-96-7088