

2021年

8月号

発行

NPO法人
ウィッシュ・プロジェクト

ゆうゆう井草館だより

協働事業のお知らせ（長寿応援ポイント対象）

協働事業への参加は、若い方から高齢者の方まで年齢は関係ありません。
また、井草館だより掲載の会場は、すべて「ゆうゆう井草館」になります。
申込締切の記載がないものは前日17時迄です。参加費は全て税込価格です。

協働事業は
全て申込み制です。
定員なり次第締切



【zoom de 脳トレ】

～言い換えて、いい気分～
オンラインおしゃべり&脳トレ
日時：4日(水)13時半～15時
参加費：500円

【やさしい社交ダンス】

日時：11.25日(水)
10時半～12時
講師：東海林千絵氏
参加費：1,300円
定員：各5名
持物：上履きまたはバレエシューズ
ステップのみの練習になります。



【いこカフェ de シネマ】

～ミセスダウト～
日時：22日(日) 10時～12時
参加費：無料 定員：16名

【タベの集い～卓球】

日時：25日(水)
18時～20時半
参加費：300円
定員：10名



【カラオケ de 体操】

カラオケに合わせて
脳トレ アタマとカラダの体操
日時：6日(金)
(転倒予防) 10時半～11時半
参加費：100円 定員：15名



Zoom

【お茶のみ場】

日時：11.25日(水)
13時～14時半
参加費：100円
定員：5名

操作になれたら、
ご自宅から、
こんなことも
できるように！



先着順

【囲碁将棋】

日時：7日(土) 定員：6名
21日(土) 定員：6名
13時～16時半
参加費：無料



New

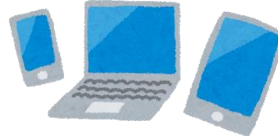
【ワンコイン相談】

～オンライン de 相談～
日程：18日(水) 各1組/40分
① 13:20～②14:20～③15:20～
参加費：500円 定員：3組
講師：村上朋子氏(心理カウンセラー)
グチやモヤモヤ吐き出しタイム

大人気！ご予約はお早めに

【スマホ、タブレット、PC 個別相談】

パソコンなどのお困りごとを
なんでもマンツーマンで解決
日程：26日(木) 13時～16時
参加費：1,000円/1時間
定員：5名
持物：ご相談内容の機器
講師：篠辰平氏



【我らゆうゆう見守り隊】

～食材配布～
日程：28日(土)、29日(日)
ご寄付でいただいた食材を通した皆様のお気持ちをお子様のいるご家庭へ配布。

【カラオケサロン】

日時：31日(火) 2部入替制
【午前の部】9時半～12時
【午後の部】13時半～17時
参加費：各400円 定員：各15名

ゆうゆう井草館より

お飲みものは必ずご持参ください。
ソーシャルディスタンス確保、三密防止
にご協力をお願いします。

暑くなってきました。熱中症予防として、のどが渇かなくても定期的な水分補給をお願い致します。今後も感染予防のため、ご利用方法や協働事業が変更になる場合もあります。少しでも体調が気になった時は、無理なご来館はおひかえください。今後とも引き続きご協力をお願いします。

<問い合わせ先> ゆうゆう井草館 杉並区井草 2-15-15 TEL/FAX **03-3390-9672**

<運営> 特定非営利活動法人ウィッシュ・プロジェクト

～ひきこもり、不登校、人間関係など～ 社会から孤立しがちな若者と家族が、自尊意識を持って

暮らしていくための支援として、カウンセリングや家族会、講演会・セミナーなどを行っています。



8月井草館 活動のお知らせ



	部屋	午前	午後	夜間		部屋	午前	午後	夜間	
1	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	16	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ		
		洋2						洋2 さわやか体操	(仁)麻雀	
2	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	17	火	洋1 日舞	ピンポン	(あ)麻雀	
		洋2 さわやか体操	(仁)麻雀	井草1・2丁目自治会			洋2		(バ)麻雀	
		洋3					洋3	三線	児童館	
		茶室					茶室			
3	火	洋1 日舞	ピンポン	(あ)麻雀	18	水	洋1 エアロビクス	気功		
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2			
		洋3 三線	児童館				洋3		ワンコイン相談	
		茶室		おはやし			茶室			
4	水	洋1 エアロビクス	気功		19	木	洋1	(新)麻雀		
		洋2	zoom de 脳トレ				洋2	休館	散歩会	
		洋3					洋3			
5	木	洋1 (案)健康体操	(新)麻雀		20	金	洋1	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 太極拳	コーラス				洋2		絵手紙	
		洋3					洋3			
6	金	洋1 カラオケde体操	ナツメロ		21	土	洋1 杉並吹矢	レクダンス	協働事業準備	
		洋2	絵手紙				洋2	囲碁将棋	協働事業準備	
		洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
		茶室					茶室		(時)麻雀	
7	土	洋1 ピンポン	レクダンス		22	日	洋1 いこかdeシネマ	杉並吹矢	休館	
		洋2	囲碁将棋				洋2 いこかdeシネマ	(仁)麻雀		
		洋3	(時)麻雀				洋3			
8	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	23	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2	(仁)麻雀					洋2 さわやか体操		
		洋3						洋3 三線		
9	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	休館	24	火	洋1 日舞	(と)歌の会	(あ)麻雀	
		洋2 さわやか体操						洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀	
		洋3 三線						茶室		おはやし
10	火	洋1 日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	25	水	洋1 エアロビクス	(す)健康体操	タベの集い~卓球	
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2 社交ダンス	お茶のみ場	行政使用準備	
		茶室		おはやし			洋3			
11	水	洋1 エアロビクス	(す)健康体操		26	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀		
		洋2 社交ダンス	お茶のみ場				洋2 三療サービス	三療サービス		
		洋3					洋3		PC教室	
12	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀		27	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 太極拳	コーラス				洋2			
		洋3					洋3			
13	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	28	土	洋1 ピンポン	(時)麻雀		
		洋2					洋2		手芸	
		洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
		茶室					茶室	食材配布	食材配布	
14	土	洋1	(と)歌の会		29	日	洋1 杉並吹矢	ピンポン	休館	
		洋2					洋2			
		茶室					洋3 食材配布	食材配布		
15	日	洋1	休館		30	月	洋1		協働事業準備	
		洋2						洋2	(仁)麻雀	
		洋3						洋3	(仁)麻雀	
背景が黒は協働事業 日程など変更の可能性がありますので、受付でご確認ください					31	火	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン		
							洋2			

休館日のお知らせ <午前中休館> 19日(木) <一日休館> 15日(日)