

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。参加費は全て税込価格

協働事業は
全て申込み制です。
定員になり次第締切

【やさしい社交ダンス】

日時：1. 8. 22日(水)
10時半～12時
講師：東海林 千絵氏
参加費：各1,300円 定員：各5名
持物：上履またはバレエシューズ



【太極拳】

どなたでも！！気軽にできる！
日時：4日(土) 10時半～12時
25日(土) 13時半～15時
講師：鄧 兵氏 (中国武術家 老子)
参加費：各1,200円 定員：各13名
※初回体験のみ参加料 500円



【囲碁将棋】

脳の活性化に役立ちます！
日時：4. 18日(土)
13時～16時半
参加費：無料 定員：各12名



【懐メロ de わくわく体操】

日時：8. 22日(水)
13時半～14時半
講師：東海林 千絵氏
参加費：500円 定員：各20名

【スマホサロン】

～みんなで学び、教えあい～
日時：8日(水) 13時～15時
参加費：300円 定員：5名



【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～
日時：8日(水) 17時半～19時
参加費：未就学児無料
小・中学生150円
大人(高校生以上)300円
※メニューは受付へお問い合わせください。



【おとなのぬりえ】

日時：10. 24日(金) 14時～16時
参加費：500円 定員：10名
持物：色鉛筆持参

【楽しい音楽教室】

日時：11. 25日(土)
11時～12時半
ピアノ有賀 美佐子氏
コーディネータ中川 洋子氏



【サタデーナイトダーツ】

日時：11日(土)
18時半～20時半
講師：篠 昌司氏
参加費：500円 定員：各12名
※小学生 300円(初回のみ無料)
未就学児無料



【オレンジカフェを考える会】

日時：15日(水) 13時半～15時
参加費：無料 定員：各10名

【夕べの集い～卓球】

日時：22日(水) 18時～20時半
参加費：300円 定員：10名

【いこカフェ de シネマ】

日時：26日(日) 10時～12時
参加費：無料 定員：20名



【OHANA食堂】

～食材・子ども用衣服などの配布～
日時：28日(火) 毎月第4火曜日
17時30分～19時
連携：(株)山路建設 参加費：200円

【カラオケサロン】

日時：30日(木)
【午前】 9時半～12時
【午後】 13時半～17時
参加費：各400円
定員：各15名



<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

～支え合う人の輪を広げ、共に考え行動し、夢を実現させていく～

生きづらさを抱えた方たちが、自分らしく生きていただくために、カウンセリング、セミナー、居場所を通してひきこもり支援を行っています。



5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 | 水 | 洋1 | エアロビクス | 気 功 | 16 | 木 | 休 館 | (新)麻雀 | 井草1・2丁目自治会 | |
| | | 洋2 | やさしい社交ダンス | 目的外使用 | | | | WP | | |
| | | 洋3 | | | | | | | | |
| 2 | 木 | 洋1 | (案)体操 | (新)麻雀 | 17 | 金 | 洋1 | (仁)役員会 | ナツメロ | |
| | | 洋2 | (仁)太極拳 | | | | 絵手紙 | ハーモニカ | | |
| | | 洋3 | | | | | | | | |
| 3 | 金 | 洋1 | | ナツメロ | 18 | 土 | 洋1 | 吹 矢 | レクダンス | |
| | | 洋2 | | 絵手紙 | | | (は)体操 | 囲碁将棋 | | |
| | | 洋3 | | (あ)麻雀 | | | | | | |
| 4 | 土 | 洋1 | 太極拳 | レクダンス | 19 | 日 | 休 館 | | | |
| | | 洋2 | (は)体操 | 囲碁将棋 | | | | | | |
| | | 洋3 | | | | | | | | |
| 5 | 日 | 洋1 | 輪投げ | 吹 矢 | 20 | 月 | 洋1 | (ひ)ストレッチ | カラオケ | |
| | | 洋2 | | | | | (さ)体操 | (仁)麻雀 | (あ)麻雀 | |
| | | 洋3 | | | | | | | | |
| 6 | 月 | 洋1 | (ひ)ストレッチ | カラオケ | 21 | 火 | 洋1 | (仁)日舞 | ピンポン | |
| | | 洋2 | (さ)体操 | (仁)麻雀 | | | (チ)ストレッチ | (ヴ)麻雀 | | |
| | | 洋3 | | | | | 三 線 | | | |
| 7 | 火 | 洋1 | (仁)日舞 | ピンポン | 22 | 水 | 茶室 | おはやし | | |
| | | 洋2 | (チ)ストレッチ | (ヴ)麻雀 | | | 洋1 | エアロビクス | 懐メロdeわくわく体操 | タベの集い~卓球 |
| | | 茶室 | おはやし | | | | 洋2 | やさしい社交ダンス | | 行政使用準備 |
| 8 | 水 | 洋1 | エアロビクス | 懐メロdeわくわく体操 | 23 | 木 | 洋1 | わがまち一番体操 | (新)麻雀 | |
| | | 洋2 | やさしい社交ダンス | スマホサロン | | | 洋2 | 三療サービス | 三療サービス | |
| | | 洋3 | ふれあい食堂 | ふれあい食堂 | | | 洋3 | | PC教室 | |
| 9 | 木 | 洋1 | わがまち一番体操 | (新)麻雀 | 24 | 金 | 洋1 | フラダンス | ナツメロ | |
| | | 洋2 | (仁)太極拳 | コーラス | | | 洋2 | | おとなのめりえ | ハーモニカ |
| | | 洋3 | | | | | 洋3 | | | |
| 10 | 金 | 洋1 | フラダンス | ナツメロ | 25 | 土 | 洋1 | 楽しい音楽教室 | 太極拳 | |
| | | 洋2 | | おとなのめりえ | | | 洋2 | (は)体操 | デコパージュ | 協働事業準備 |
| | | 洋3 | | | | | 洋3 | | | |
| 11 | 土 | 洋1 | 楽しい音楽教室 | (と)歌の会 | 26 | 日 | 洋1 | いこかfeシネマ | 吹 矢 | |
| | | 洋2 | (は)体操 | デコパージュ | | | サタデーナイトダーツ | 休 館 | | |
| | | 洋3 | | | | | | | | |
| 12 | 日 | 洋1 | 輪投げ | 吹 矢 | 27 | 月 | 洋1 | (ひ)ストレッチ | (仁)麻雀 | |
| | | 洋2 | | | | | 洋2 | (さ)体操 | (あ)麻雀 | |
| | | 洋3 | | | | | 洋3 | | | |
| 13 | 月 | 洋1 | (ひ)ストレッチ | (仁)麻雀 | 28 | 火 | 洋1 | (仁)日舞 | (と)歌の会 | |
| | | 洋2 | (さ)体操 | 井草1・2丁目自治会 | | | 洋2 | (チ)ストレッチ | (ヴ)麻雀 | OHANA食堂 |
| | | 洋3 | | (あ)麻雀 | | | 洋3 | | | |
| 14 | 火 | 洋1 | (仁)日舞 | 手ぬぐい体操 | 29 | 水 | 茶室 | おはやし | | |
| | | 洋2 | (チ)ストレッチ | (ヴ)麻雀 | | | 洋1 | | 協働事業準備 | |
| | | 洋3 | | | | | 洋2 | | | |
| 15 | 水 | 洋1 | | 気 功 | 30 | 木 | 洋1 | カラオケサロン | カラオケサロン | |
| | | 洋2 | | オレンジカフェを考える | | | 洋2 | | (新)麻雀 | |
| | | 洋3 | | | | | 洋3 | | | |
| 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 | 金 | 洋1 | | | |
| | | | | | | | 洋2 | | | |
| | | | | | | | 洋3 | | | |

休館日のお知らせ <午前休館> 16日(木) <一日休館> 19日(日)