

# 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。

### 【お茶のみ場】

みんなで楽しくおしゃべり！

日時：22日(水)

13時～15時

参加費：100円

定員：各10名



### 【ヨっちゃんのカラオケde体操】

～声を出しながら体操しましょう～

日時：3日(金)

10時半～11時半

参加費：100円

定員：15名



### 【囲碁将棋】

日時：4.18日(土)13時～16時半

参加費：無料 直接会場

定員：各20名



### 【将棋交流】

日時：18日(土)

14時～15時

子ども達と一緒に楽しんで下さい



### 【やさしい社交ダンス】

日時：8.22日(水)

10時半～12時

講師：東海林千絵氏

参加費：1,300円

定員：各8名

持物：上履きまたは  
バレエシューズ



### 【ニットカフェ】

日時：11日(土)10時～12時

講師：中川洋子氏

参加費：800円 定員：20名

お茶を飲みながら

みんなで楽しい物作り！

講師が丁寧に指導します



### 【食を考える】

日時：18日(水)11時半～14時

調理：大石紀代子氏

参加費：500円

定員：7名



メニューは  
受付へ  
お問合せ  
ください。

### 【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～

日時：18日(水)17時～19時

※受付開始16時30分

参加費：未就学児無料

4/2申込  
受付開

小・中学生150円 おとな300円

定員：20名

※メニューは受付へお問合せください。

### 【引きこもりセミナー】

～家族に必要なこと～

日時：25日(水)10時～12時

講師：岡本二美代、村上朋子

杉並で不登校、ひきこもりの家族会を  
10年続けている2名のカウンセラー

第1部 セミナー「家族に必要なこと」

第2部 合同相談会と質疑応答

参加費：500円

定員：30名



### 【カラオケサロン】

日時：30日(木)

9時半～17時

参加費：300円

定員：20名



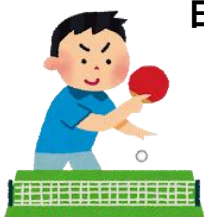
### 【夕べの集い～卓球】

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】

～アニメ～

日時：26日(日)

10時～12時

参加費：無料

定員：20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**

～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。

# 4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	洋1 休 館	(新)麻雀	
		洋2				洋2	(仁)役員会	(あ)麻雀	
		洋3				洋3			
2	木	洋1 レクリエーション	(新)麻雀		17	金	洋1 ピンポン	ナツメロ	ハーモニカ
		洋2 太極拳	コーラス	(あ)麻雀		洋2	絵手紙		
		洋3				洋3			
		茶室				茶室			
3	金	洋1 カラオケde体操	ナツメロ		18	土	洋1 杉並吹矢	レクダンス	
		洋2	絵手紙			洋2	囲碁将棋/将棋交流		
		洋3				洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
		茶室				茶室	(時)麻雀		
4	土	洋1 ピンポン	レクダンス		19	日	洋1 休 館		
		洋2	囲碁将棋			洋2			
		洋3	(時)麻雀			洋3			
5	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休 館	20	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	
		洋3				洋3	三 線		
6	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	21	火	洋1 日 舞	ピンポン	
		洋2 さわやか体操	(仁)麻雀			洋2	助け合いネットワーク	(バ)麻雀	(あ)麻雀
		洋3 三 線				洋3		児童館	
		茶室				茶室			おはやし
7	火	洋1 日 舞	ピンポン		22	水	洋1 エアロビクス	(す)健康体操	夕べの集い~卓球
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀		洋2	社交ダンス	おとなのぬり絵	協働事業準備
		洋3	児童館			洋3			
		茶室		おはやし		茶室			
8	水	洋1 エアロビクス	(す)健康体操		23	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀	
		洋2 社交ダンス	おとなのぬり絵			洋2	三療サービス	三療サービス	(あ)麻雀
		洋3				洋3			
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	ハーモニカ
		洋2 太極拳	コーラス	(あ)麻雀		洋2		古裂絵	
		洋3				茶室			
10	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	25	土	洋1 引きこもりセミナー	(時)麻雀	協働事業準備
		洋2	古裂絵			洋2		手 芸	
		洋3				洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
11	土	洋1 ニットカフェ	(と)歌の会		26	日	洋1 いこカフェdeシネマ	杉並吹矢	休 館
		洋2				洋2			
12	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休 館	27	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	
		洋2				洋2	さわやか体操	ラジオ体操散歩会	
		洋3				洋3	三 線		
13	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)総会		28	火	洋1 日 舞	手ぬぐい体操	
		洋2 さわやか体操	(仁)総会			洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀
		洋3 三 線				茶室			おはやし
		茶室							
14	火	洋1 日 舞	手ぬぐい体操		29	水	洋1 ピンポン	協働事業準備	
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀		洋2			
		洋3				洋3			休 館
		茶室		おはやし		茶室			
15	水	洋1 エアロビクス	気 功	ゆうゆう見守り隊	30	木	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン	
		洋2 食を考える	食を考える	ゆうゆう見守り隊		洋2			
		洋3 食を考える	食を考える	ゆうゆう見守り隊		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							洋1		
							洋2		

休館日のお知らせ <午前中休館> 16日(木) <一日休館> 19日(日)