

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

【ヨっちゃんのカラオケde体操】

脳トレ
カラオケに合わせて
アタマとカラダの体操
転倒予防
日時：2日(金)
10時半～11時半
参加費：100円 定員：15名

先着順

【囲碁将棋】

日時：17日(土) 定員：6名
31日(土) 定員：16名
13時～16時半

参加費：無料

将棋交流は中止

【お茶のみ場】

日時：7日(水) 13時～15時
▶ 予約申込み 9/23～
28日(水) 13時～15時
▶ 予約申込み 10/7～
参加費：100円 定員：5名

【やさしい社交ダンス】

日時：14.28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。

【食を考える】

日時：21日(水)
11時～14時
調理：大工川子
参加費：500円
定員：7名

中止

【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～
日時：21日(水) 11時～19時
参加費：未就学児無料
小・中学生150円
おとな300円
定員：20名

中止

【いこカフェ de シネマ】

～釣りバカ日誌スペシャル～
日時：25日(日) 10時～12時
参加費：無料 定員：16名

【夕べの集い～卓球】

日時：28日(水)
18時～20時半
参加費：300円 定員：10名

【カラオケサロン】

日時：30日(金) 9時半～17時
参加費：400円
定員：16名

ゆうゆう井草館からの お知らせ

感染症拡大防止への
ご協力ありがとうございます

「いこカフェ de シネマ」「カラオケサロン」は
ソーシャルディスタンス確保の為、
しばらくはお飲み物の提供なしでの
開催になります。

すべての方(付き添いの方も含め)に
マスク着用をお願いしております。



飲料類のご持参



お忘れの場合は、近くのコンビニなどで
お買い求めの上、ご来館ください

来館、お帰りの際の
「三密」防止



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。
また、熱中症予防として水分補給はこまめに行い、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。



10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	木	洋1 (案)体操	(新)麻雀		16	金	洋1 (仁)役員会	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				
2	金	洋1 カラオケde体操	ナツメロ	ハーモニカ	17	土	洋1 杉並吹矢	レクダンス			
		洋2	絵手紙				洋2		囲碁将棋		
		洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀		
		茶室					茶室		(時)麻雀		
3	土	洋1 フラダンス	レクダンス		18	日	洋1	休館			
		洋2					洋2				
		洋3	(時)麻雀				洋3				
		茶室					茶室				
4	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	19	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		(仁)麻雀	
5	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	20	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	(仁)麻雀				洋3	三線	児童館		
		茶室					茶室			おはやし	
6	火	洋1 日舞	ピンポン		21	水	洋1 エアロビクス	気功	ゆうゆう見守り隊		
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀			洋2	食を考える	食を考える	ゆうゆう見守り隊	
		洋3 三線	児童館				洋3	食を考える	食を考える	ゆうゆう見守り隊	
		茶室		おはやし			茶室				
7	水	洋1 エアロビクス	気功		22	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀			
		洋2	お茶のみ場				洋2	三療サービス	三療サービス	(あ)麻雀	
		洋3					洋3				
8	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀		23	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					洋3				
9	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	24	土	洋1	(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		
10	土	洋1	(と)歌の会		25	日	洋1 いこかFidoシネマ	杉並吹矢	休館		
		洋2					洋2	(仁)麻雀			
		洋3					洋3				
11	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	26	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	ラジオ体操散歩会	
		洋3						洋3	三線		
12	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		27	火	洋1 日舞	(と)歌の会			
		洋2 さわやか体操					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									
13	火	洋1 日舞	手ぬぐい体操		28	水	洋1 エアロビクス	健康体操	タベの集い~卓球		
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀			洋2	社交ダンス	お茶のみ場		
		茶室		おはやし			洋3				
14	水	洋1 エアロビクス	健康体操		29	木	洋1		協働事業準備		
		洋2 社交ダンス					洋2				
		洋3					洋3				
15	木	洋1	(新)麻雀		30	金	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン			
		洋2 休館		(あ)麻雀			洋2		(仁)役員会		
		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	土	洋1 フラダンス	囲碁将棋			
							洋2				
							洋3				

休館日のお知らせ <午前中休館> 15日(木) <一日休館> 18日(日)