

2021年

7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

【カラオケ de 体操】

カラオケに合わせて
アタマとカラダの体操



日時: 2日(金)
10時半~11時半

参加費: 100円 定員: 15名

脳トレ
転倒予防

【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。



先着順

【囲碁将棋】

日時: 3日(土) 定員: 6名

17日(土) 定員: 6名

13時~16時半

参加費: 無料



New

【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: 7日(水) 13時半~15時

参加費: 500円 定員: 5名

ZOOMの簡単な仕掛けで、まずは顔遊び!
そこからおしゃべりしながら、言い換えて
楽しく気分をリフレッシュできる内容です。



Zoomで

【お茶のみ場】

日時: 14日, 28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!



New

【ワンコイン相談】

~オンライン de 相談~

日程: 21日(水) 各1組/40分

① 13:20~ ② 14:20~ ③ 15:20~

参加費: 500円 定員: 3組

グチャモヤモヤ吐き出しタ

【我らゆうゆう見守り隊】

~食材配布~

日程: 24日(土)、25日(日)

ご寄付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。

【いこカフェ de シネマ】

~ラーメンガール~

日時: 25日(日) 10時~12時

参加費: 無料 定員: 16名

New

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

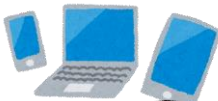
日程: 22日(木) 13時~16時

参加費: 1,000円/1時間
(1人最大2時間まで)

定員: 8名(1時間2名まで)

持物: ご相談内容のお持ちの機器

講師: 森岡真也氏、篠辰平氏



【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



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、のどが渴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。

7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				洋2 (仁)役員会	絵手紙		
		洋3					洋3			
2	金	洋1 カラオケde体操	ナツメロ		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 ピンポン	レクダンス		18	日	洋1	休館		
		洋2	囲碁将棋				洋2			
		洋3	(時)麻雀				洋3			
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	(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	(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	(あ)麻雀	21	水	洋1 エアロビクス	気功		
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2		行政使用準備	
		洋3 三線	児童館				洋3	ワンコイン心の相談		
		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	休館	
		洋2	zoom de 脳トレ				洋2 三療サービス	三療サービス		
		洋3					洋3	スマホPC教室		
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	休館	
		洋2 太極拳	コーラス				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 ピンポン	(時)麻雀	協働事業準備	
		洋2	古裂絵				洋2	手芸	協働事業準備	
		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Fideシネマ	杉並吹矢	休館	
		洋2					洋2 いこかFideシネマ	(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		
		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	(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	
		茶室								
13	火	洋1 日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	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				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 ピンポン		協働事業準備	
		洋2 社交ダンス	お茶のみ場				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	散歩会				洋2			
		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			
							洋2			

休館日のお知らせ <午前中休館> 15日(木) <一日休館> 18日(日)