

# 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：8.22(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



### 【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

### 【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。



### 【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



### 【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  
参加費：各500円 定員：各20名



### 【デコパージュ】

日時：11.25日(土)13時～16時  
講師：山脇 良子氏  
参加費：各500円(別途 筆、仕上剤実費)  
定員：各10名  
持物：はさみ、筆を洗う水入れ  
作品用の小物・好きな絵や写真



### 【サタデーナイトダーツ】

※講師の都合により  
現在休止中



### 【オレンジカフェ】

～きずなサロンいぐさ～  
日時：15日(水)14時～15時半  
参加費：無料 定員：各10名

### 【スマホ、PC個別相談】

パソコンなどのお困りごと解決  
日時：23日(木)13時～17時  
講師：篠辰平氏  
参加費：1,000円/1時間 定員：5名  
持物：ご相談内容のお持ちの機器



### 【囲碁将棋】

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



### 【太極拳】

どなたでも！！気軽にできる！  
日時：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



### 【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)  
【午前の部】9時半～12時半  
【午後の部】13時半～16時半  
参加費：400円 定員：各15名  
※午前午後のご参加もできます

<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

～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。



# 1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	休館	16	木	洋1	休館	(新)麻雀			
	洋2										
	洋3										
2	木	洋1	休館	17	金	洋1	(仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ		
	洋2					絵手紙					
	洋3										
3	金	洋1	休館	18	土	洋1	吹矢	レクダンス			
	洋2					(は)体操	囲碁将棋				
	洋3										
4	土	洋1	休館	19	日	洋1	休館				
	洋2										
	洋3										
5	日	洋1	輪投げ	吹矢	休館	20	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	(あ)麻雀
	洋2							洋2	(さ)体操	(仁)麻雀	
	洋3							洋3			
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	(仁)日舞	ピンポン	
	洋2	(さ)体操	(仁)麻雀	(あ)麻雀	洋2			(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀		
	洋3				洋3			三線			
7	火	洋1	(仁)日舞	ピンポン		22	水	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
	洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀		洋2			やさしい社交ダンス		行政使用準備	
	洋3			WP	洋3						
8	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	ふれあい食堂	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	ふれあい食堂	洋2			三療サービス	三療サービス	目的外使用	
	洋3	ふれあい食堂	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	ハーモニカ
	洋2	(仁)太極拳	コーラス		洋2				おとなのぬりえ		
	洋3				洋3						
10	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	25	土	洋1	楽しい音楽教室	太極拳	
	洋2		おとなのぬりえ	目的外使用	洋2			(は)体操	デコパージュ		
	洋3				洋3						
11	土	洋1	楽しい音楽教室	(と)歌の会		26	日	洋1	いこカフェシネマ	吹矢	休館
	洋2	(は)体操	デコパージュ		洋2			いこカフェシネマ			
	洋3				洋3						
12	日	洋1	輪投げ	吹矢	休館	27	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	(あ)麻雀
	洋2							洋2	(さ)体操		
	洋3							洋3			
13	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	休館	28	火	洋1	(仁)日舞	(と)歌の会	OHANA食堂
	洋2	(さ)体操						洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀	
	洋3							洋3			OHANA食堂
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						
	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		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	水	洋1				
							洋2				
							洋3				

休館日のお知らせ <年末年始休館> 1月4日(土)まで <午前休館> 16日(木) <一日休館> 19日(日)

