

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



【太極拳】

どなたでも！！気軽にできる！

日時：1日(土) 10時半～12時

22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

【楽しい音楽教室】

日時：8.22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



【囲碁将棋】

脳の活性化に役立ちます！



日時：1.15日(土)

13時～16時半

参加費：無料 定員：各12名

【デコパージュ】

日時：8.22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

【スマホサロン】

～みんなで学び、教えあい～

日時：12日(水) 13時～15時

参加費：300円 定員：5名

【おとなのぬりえ】

日時：14.28日(金) 14時～16時

参加費：500円 定員：10名

持物：色鉛筆持参

【いこカフェ de シネマ】

日時：23日(日) 10時～12時

参加費：無料 定員：20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：27日(木) 13時～18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

【サタデーナイトダーツ】

日時：1.8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



【やさしい社交ダンス】

日時：12.26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



【懐メロ de わくわく体操】

日時：12.26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

【OHANA食堂】

～食材・子ども用衣服などの配布～

日時：25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：29日(土)

【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。



6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	土	洋1 太極拳	レクダンス	サタデーナイトダーツ	16	日	洋1	休館	
		洋2 (は)体操	囲碁将棋			洋2			
		洋3				洋3			
2	日	洋1 輪投げ	吹矢	休館	17	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	
		洋2					洋2 (さ)体操	(仁)麻雀	(あ)麻雀
		洋3					洋3		
3	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	18	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン	
		洋2 (さ)体操	(仁)麻雀	(あ)麻雀		洋2 (ち)ストレッチ	(ヴ)麻雀		
		洋3				洋3 三線			
4	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン	行政使用準備	19	水	茶室	おはやし	
		洋2 (ち)ストレッチ	(ヴ)麻雀				洋1	気功	
		洋3					洋2	オレンジカフェを考える	
		茶室	おはやし				洋3		
5	水	洋1 エアロビクス	気功	20	木	洋1	休館		
		洋2 三療サービス	三療サービス		洋2				
		洋3			洋3				
6	木	洋1 (案)体操	(新)麻雀	21	金	洋1 (仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 (仁)太極拳	コーラス		洋2	絵手紙			
		洋3			洋3				
7	金	洋1	ナツメロ	ハーモニカ	22	土	洋1 楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備
		洋2	絵手紙			洋2 (は)体操	デコパージュ		
		洋3				洋3			
8	土	洋1 楽しい音楽教室	(と)歌の会	サタデーナイトダーツ	23	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			
		洋3				洋3			
9	日	洋1 輪投げ	吹矢	休館	24	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		
10	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	25	火	洋1 (仁)日舞	(と)歌の会	OHANA食堂	
		洋2 (さ)体操	(あ)麻雀		洋2 (ち)ストレッチ	(ヴ)麻雀			
		洋3			洋3				
11	火	洋1 (仁)日舞	手ぬぐい体操	26	水	茶室	おはやし		
		洋2 (ち)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	
		洋3			協働事業準備	洋2 やさしい社交ダンス		行政使用準備	
		茶室	おはやし			洋3			
12	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	27	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		
		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		
13	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀	井草1・2丁目自治会	28	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			
14	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	29	土	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン	
		洋2	おとなのぬりえ			洋2	(仁)役員会		
		洋3				洋3			
15	土	洋1 吹矢	レクダンス	30	日	洋1	吹矢	休館	
		洋2 (は)体操	囲碁将棋		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						洋1			
						洋2			
						洋3			

休館日のお知らせ <一日休館> 16日(日)・20日(木)