

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

【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

【サタデーナイトダーツ】
※講師の都合により
現在休止中

【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

【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

【やさしい社交ダンス】
日時：5.12.26(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

【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

【我らゆうゆう見守り隊】
～ふれあい食堂～
日時：12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。

【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

【オレンジカフェ】
～きずなサロンいぐさ～
日時：19日(水) 14時～15時半
参加費：無料 定員：各10名

【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

【OHANA 食堂】
～食材配布～
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

【夕べの集い～卓球】
日時：26日(水) 18時～20時半
参加費：300円 定員：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：27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

【カラオケサロン】
日時：29日(土)
【午前】9時半～12時
【午後】13時半～16時半
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。



3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	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	17	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	(あ)麻雀	
		洋2					休館	洋2	(さ)体操	(仁)麻雀	
		洋3						洋3			
3	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	18	火	洋1	(仁)日舞	ピンポン		
		洋2	(さ)体操	(仁)麻雀			(あ)麻雀	洋2	(子)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	19	水	茶室		おはやし		
		洋2	(子)ストレッチ	(ヴ)麻雀				洋1	休館	気功	
		洋3						洋2		オレンジカフェ	
5	水	洋1	エアロビクス	気功	20	木	洋1		(新)麻雀	休館	
		洋2	やさしい社交ダンス				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	22	土	洋1	楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備	
		洋2					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	23	日	洋1	いこかFideシネマ	吹矢	休館	
		洋2	(は)体操	デコパージュ			洋2	いこかFideシネマ			
		洋3					洋3				
9	日	洋1	輪投げ	吹矢	24	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	(あ)麻雀	
		洋2					休館	洋2	(さ)体操		
		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				洋2	(子)ストレッチ	(ヴ)麻雀		
		洋3					洋3			OHANA食堂	
11	火	洋1	(仁)日舞	手ぬぐい体操	26	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	夕べの集い~卓球	
		洋2	(子)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		協働事業準備			協働事業準備	洋3			
12	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	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	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	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				
		洋3					洋3				
15	土	洋1	吹矢	レクダンス	30	日	洋1	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					31	月	洋1				
							洋2				
							洋3				

休館日のお知らせ <一日休館> 16日(日) 30日(日) <午前休館> 19日(水)