



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】



日時：2日(土) 10時半～12時
23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

【健康吹矢無料体験】

日時：3日(日) 14時～16時

講師：山中 邦隼氏

参加費：無料（マウス100円）

定員：10名 ※体験は初回1回のみ

【楽しい音楽教室】

日時：9.23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 先着：各28名



【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～

日時：13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

※調理・片付けボランティア募集中！！

【いこカフェ de シネマ】



日時：24日(日) 10時～12時

参加費：無料 定員：20名

【夕べの集い～卓球】

日時：27日(水) 18時～20時半

参加費：300円 定員：10名

持物：上履（祝日はお休み）

※ボランティア募集中！！

【囲碁将棋】



脳の活性化に役立ちます！

日時：2.16日(土)

13時～16時半

参加費：無料 定員：各12名

【無理しない de ヨーガ】

日時：8.22日(金)

10時半～11時半

講師：金澤 誓子氏

参加費：各600円 定員：各8名

持物：バスタオル



【デコパージュ】

日時：9.23日(土) 13時～16時

講師：山脇 良子氏 定員：各10名

参加費：各500円(別途 筆、仕上剤実費)

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：13.20.27(水)

10時半～12時

講師：東海林 千絵氏

参加費：各1,300円 定員：各8名

持物：上履またはバレエシューズ



【ひなたぼっこの縁側】

話して、聴いて、心のひなたぼっこ

日時：24日(日) 13時半～15時半

参加費：各300円 定員：10名

【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解決

日時：28日(木) 13時～18時

講師：篠 辰平氏 定員：5名

参加費：1,000円/1時間

持物：ご相談内容のご自分の機器



【サタデーナイトダーツ】

日時：2.9日(土)

18時半～20時半

講師：篠 昌司氏

参加費：各500円 定員：各12名

※小学生各300円(初回のみ無料)

(祝日はお休み)



【おとなのぬりえ】

日時：8.22日(金) 14時～16時

参加費：各500円 定員：各10名

持物：色鉛筆

【井草ばやし練習教室】

日時：11.25日(月) 16時～18時

講師：八成はやし連 定員：10名

井草在住の方、大歓迎！

【懐メロ de わくわく体操】

日時：13.27日(水)

13時半～14時半

講師：東海林 千絵氏

参加費：各500円 定員：各20名

持物：上履、動きやすい服装

【OHANA食堂】～食糧布～

日時：26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 子どもの遊び場有

定員：30世帯 ※事前申込制

【カラオケサロン】

日時：29日(水) 9時半～16時半

※12時半～13時半は休憩

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～



5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	金	洋1		ナツメロ	16	土	洋1	吹矢	レクダンス	
		洋2		絵手紙			洋2	(は)体操	囲碁将棋	
		洋3					洋3			
2	土	洋1	太極拳	レクダンス	17	日	洋1	休館		
		洋2	(は)体操	囲碁将棋			洋2			
		洋3					洋3			
3	日	洋1	輪投げ	吹矢無料体験	18	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	
		洋2					洋2	さわやかクラブ	(仁)麻雀	
		洋3					洋3			
4	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	19	火	洋1	(仁)日舞	ピンポン	
		洋2	さわやかクラブ	(仁)麻雀			洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀	
		洋3					洋3	三線会		
5	火	洋1	(仁)日舞	ピンポン	20	水	茶室			
		洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀			洋1	やさしい社交ダンス	気功	
		洋3					洋2		きずなサロンいぐさ	
		茶室					洋3		きずなサロンいぐさ	
6	水	洋1	エアロビクス	気功	21	木	洋1	休館		
		洋2					洋2			
		洋3					洋3			
7	木	洋1	(案)体操	(新)麻雀	22	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ
		洋2	(仁)太極拳	ケアマフの会			洋2	無理しないdeヨーガ	おとなのぬりえ	
		洋3					洋3			
8	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	23	土	洋1	楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備
		洋2	無理しないdeヨーガ	おとなのぬりえ			洋2	(は)体操	デコパージュ	
		洋3					洋3			
9	土	洋1	楽しい音楽教室	(と)歌の会	24	日	洋1	いこかfeシネマ	吹矢	休館
		洋2	(は)体操	デコパージュ			洋2	いこかfeシネマ	縁側	
		洋3					洋3			
10	日	洋1	輪投げ	吹矢	25	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	
		洋2					洋2	さわやかクラブ	井草ばやし	
		洋3					洋3			
11	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	26	火	洋1	(仁)日舞	(と)歌の会	OHANA食堂 OHANA食堂 OHANA食堂
		洋2	さわやかクラブ	井草ばやし			洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀	
		洋3					洋3			
12	火	洋1	(仁)日舞	手ぬぐい体操	27	水	茶室			
		洋2	(チ)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					洋2	やさしい社交ダンス		行政使用準備
		茶室					洋3			
13	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	28	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	(あ)麻雀
		洋2	やさしい社交ダンス	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			洋3	WP	PC教室	
14	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	29	金	洋1	カラオケサロン	カラオケサロン	
		洋2	(仁)太極拳	(あ)麻雀			洋2			
		洋3	WP				洋3			
15	金	洋1	(仁)役員会	ナツメロ	30	土	洋1			
		洋2	(仁)役員会	絵手紙			洋2			
		洋3	WP				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	日	洋1	吹矢	休館	

休館日のお知らせ

<一日休館> 17日(日)

<午前休館> 21日(木)

ゆうゆう井草館

杉並区井草2-15-15
TEL 03-3390-9672

