

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：6日(土) 10時半～12時
27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：7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

【やさしい社交ダンス】

日時：10.17.24(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

【おとなのぬりえ】


日時：12.26日(金) 14時～16時
参加費：各500円 定員：各10名
持物：色鉛筆




【デコパージュ】

日時：13.27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、仕上げ実費)
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

【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：25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

【囲碁将棋】

脳の活性化に役立ちます！
 日時：6.20日(土)
13時～16時半
参加費：無料 定員：各12名


【生前整理と家じまい】

日時：7.14日(日) 13時～ 定員：10名
講師：戸田 里江氏 参加費：1000円

【懐メロdeわくわく体操】

日時：10.24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


【無理しないdeヨーガ】

日時：12.26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

【OHANA食堂】～食糧配布～

日時：23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


【いこカフェ de シネマ】

日時：28日(日) 10時～12時 
参加費：無料 定員：20名

【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：28日(日) 13時半～15時半
参加費：各300円 定員：10名

【サタデーナイトダーツ】


日時：6.13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)

【井草ばやし練習教室】


日時：8.22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！

【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～

日時：10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！！


【楽しい音楽教室】

日時：13.27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

【夕べの集い～卓球】

日時：24日(水) 18時～20時半
参加費：300円 定員：10名
持物：上履 ※ボランティア募集中！！

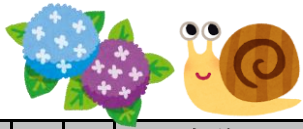
【カラオケサロン】

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～



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