

2026年



発行



NPO法人

ウィッシュ・プロジェクト

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：5日(土) 10時半～12時
26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：5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】

日時：5.12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)



【健康吹矢無料体験】

日時：6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

【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～
日時：9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！！

【無理しない de ヨーガ】

日時：11.25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



【おとなのぬりえ】

日時：11.25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：14.28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！
(祝日のみ 14時半～16時半)

【いこカフェ de シネマ】

日時：27日(日) 10時～12時
参加費：無料 定員：20名



【タベの集い～卓球】

祝日のためお休みです



【敬老の日 文化祭】

日時：19日(土) 13時～15時45分
登録団体・太極拳・お囃子・ヨガ発表…など
保育園、児童館、団体の作品展示あり



【やさしい社交ダンス】

しばらくお休みに
なります



【懐メロ de わくわく体操】

しばらくお休みになります

【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：24日(木) 13時～16時
講師：森岡 真也氏 定員：3名
参加費：1,000円/1時間
持物：ご相談内容のご自分の機器



【ひなたぼっこの縁側】

話して、聴いて、心のひなたぼっこ
今月はお休みです

【カラオケサロン】

今月はお休みです



<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～



9月井草館 活動のお知らせ

NPO法人
ウィッシュプロジェクト

	部屋	午前	午後	夜間		部屋	午前	午後	夜間
1	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3	ピンポン (ヴ)麻雀		16	水	洋1 洋2 洋3	気 功 きずなサロンいぐさ きずなサロンいぐさ	
2	水	洋1 エアロビクス 洋2 洋3	気 功		17	木	洋1 洋2 洋3	(新)麻雀 (あ)麻雀	井草1・2丁目自治会
3	木	洋1 (案)体操 洋2 (仁)太極拳 洋3	(新)麻雀 ケアマフの会	(あ)麻雀	18	金	洋1 (仁)役員会 洋2 WP 洋3	ナツメロ 絵手紙	ハーモニカ
4	金	洋1 洋2 洋3	ナツメロ	ハーモニカ	19	土	洋1 敬老イベント 洋2 敬老イベント 洋3 敬老イベント	敬老イベント 敬老イベント 敬老イベント	敬老イベント
5	土	洋1 太極拳 洋2 (は)体操 洋3	レクダンス 囲碁将棋	サタデーナイトダーツ	20	日	洋1 洋2 洋3	休 館	
6	日	洋1 輪投げ 洋2 洋3	吹矢無料体験	休 館	21	月	洋1 (ひ)ストレッチ 洋2 さわやかクラブ 洋3	カラオケ (仁)麻雀	休 館
7	月	洋1 (ひ)ストレッチ 洋2 さわやかクラブ 洋3	カラオケ (仁)麻雀	井草1・2丁目自治会	22	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3	(と)歌の会 (ヴ)麻雀	休 館
8	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3	手ぬぐい体操 (ヴ)麻雀	協働事業準備	23	水	洋1 エアロビクス 洋2 洋3	行政使用準備 行政使用準備	休 館
9	水	洋1 エアロビクス 洋2 洋3 ふれあい食堂	ふれあい食堂 ふれあい食堂 ふれあい食堂	ふれあい食堂	24	木	洋1 わがまち一番体操 洋2 三療サービス 洋3 WP	(新)麻雀 三療サービス PC教室	(あ)麻雀
10	木	洋1 わがまち一番体操 洋2 (仁)太極拳 洋3 WP	(新)麻雀 (あ)麻雀		25	金	洋1 フラダンス 洋2 無理しないdeヨーガ 洋3	ナツメロ おとなのめりえ	ハーモニカ
11	金	洋1 フラダンス 洋2 無理しないdeヨーガ 洋3	ナツメロ おとなのめりえ	ハーモニカ	26	土	洋1 楽しい音楽教室 洋2 (は)体操 洋3	太極拳 デコパージュ	協働事業準備
12	土	洋1 楽しい音楽教室 洋2 (は)体操 洋3	(と)歌の会 デコパージュ	サタデーナイトダーツ	27	日	洋1 いこかFideシネマ 洋2 いこかFideシネマ 洋3	吹 矢 縁側	休 館
13	日	洋1 輪投げ 洋2 洋3	吹 矢	休 館	28	月	洋1 (ひ)ストレッチ 洋2 さわやかクラブ 洋3 茶室	(仁)麻雀 井草ばやし 井草ばやし	
14	月	洋1 (ひ)ストレッチ 洋2 さわやかクラブ 洋3 茶室	(仁)麻雀 井草ばやし 井草ばやし		29	火	洋1 洋2 洋3		
15	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3 三線会	ピンポン (ヴ)麻雀	OHANA食堂 OHANA食堂 OHANA食堂	30	水	洋1 洋2 洋3 洋1 洋2 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

休館日のお知らせ

<午前休館> 17日(木)

<一日休館> 20日(日)

ゆうゆう井草館

杉並区井草2-15-15
TEL 03-3390-9672

9月号

