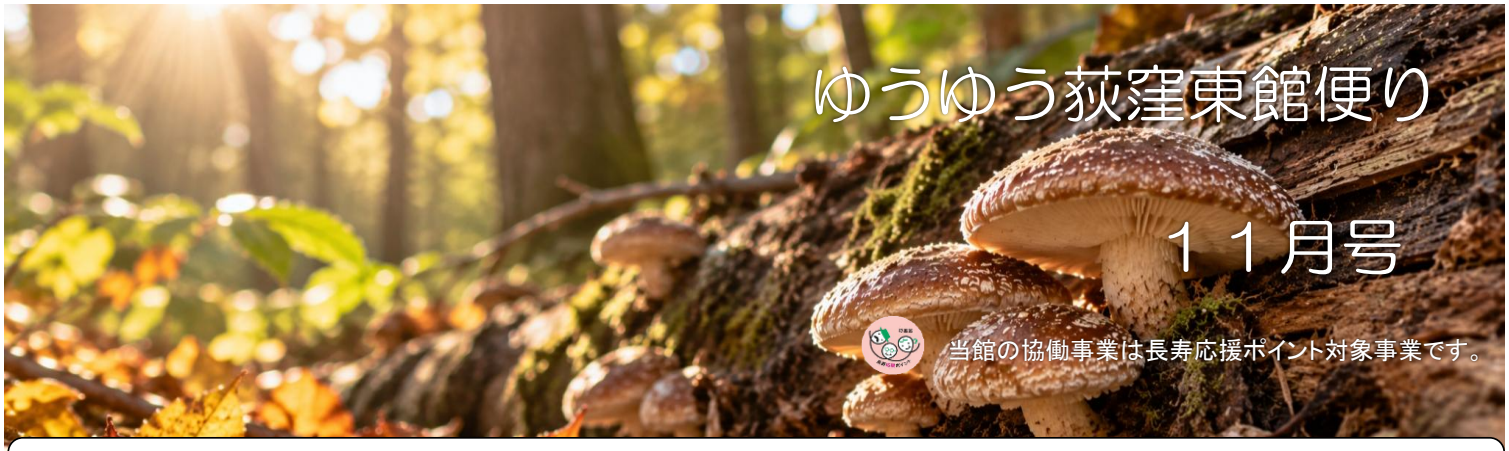


ゆうゆう荻窪東館便り

１１月号

当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

近年〇〇の日と言われる語呂合わせの日がとても増えました。特に11月は「いい」を「11」と読ませる語呂合わせが多く、日付と組み合わせて記念日が制定されるので一年で一番多い月です。有名なのは「いい夫婦の日（11月22日）」「いい風呂の日（11月26日）」ですが、「いい医療の日（11月1日）」「いい頭皮の日（11月10日）」など調べただけで8日もありました。語呂合わせ以外にも「ポッキー＆プリッツの日（11月11日）」など形状で記念日になっている日もありました。また11月は寒暖の差が大きい月でもあります。今年も暖冬だと言われておりますが、気温の差があるほど心臓に負担がかかったり、疲れやすく風邪もひきやすいので、できるだけ上着などで体温調整されることをお勧めいたします。ゆうゆう館の館内も適温の維持に努めますが、運動などされている団体さんには少し暑く感じることもあるかと思いますが、適宜受付までお申し付け下さい。　　職員一同

敬老イベントのご報告

９月30日（）敬老イベントを実施いたしました。その時の様子をご紹介いたします。
大勢の方のご来館ありがとうございました。


フラモキハナ


アメリカンポップス


荻保亭


朗読散歩


吟詠荻窪


盆踊り同好会


防災講和


ウクレレで歌って踊ろう


手話ダンス

こちらの写真の他にも「舞踊ひまわり」からは、紋三郎派藤間流三代目家元藤間紋三郎様による舞踊あり。素敵な舞いでした。」
※当日は145名の来館あり。朝はトーストとコーヒーのモーニングサービス、防災食試食。協働事業無料招待券の抽選会で盛り上がりました。アンケートにもたくさんの方にご協力いただきました。ありがとうございました。

協働事業「シニア向けネイルケア・アート教室」ご報告

９月15日に初めての協働事業、ネイルケア・アート教室を実施いたしました。
「おしゃれは手先から」ということで、まずはネイルケアから開始。定員14名満員の方にご参加いただき、普段気づかないネイルの知識やケアの方法などをレクチャーいただき、マニュキュアがのりやすい爪に。その後、それぞれご自分の好きな色でネイルを華やかに彩りました。大変好評だったため、キャンセル待ちの方もいらっしゃったので、第2回の実施を春をイメージした季節に開催いたします。





１１月　協働事業のご案内

◆ぷちワークショップ教室
今月はおしぼりで作る人形です。

11月17日 毎月第3火曜	10:00～ 11:00	洋室1	参加費：300円

◆絵画教室
HB、色鉛筆あればご持参下さい。

日時：8・22日 毎月第2・4日曜	14:00～ 16:00	第2：洋室1・2 第4：洋室2	参加費：880円 （別途材料費300円）

◆ITサロン
講師が5名以上で、個別の疑問にもお答えいたします！

日時：10・24日 毎月第2・4火曜	10:00～ 12:00	洋室1	参加費：660円

◆ピアノに合わせて歌おう！
季節の歌や懐かしい曲を生のピアノ演奏に合わせて歌います！

日時：6・20日 今月は第1・3金曜	13:30～ 14:30	洋室1・2	参加費：550円

◆ボイストレーニング
大きく口を開け、お腹から声を出すことでストレス解消に！

日時：6・20日 今月は第1・3金曜	15:00～ 16:30	洋室1・2	参加費：1，100円

◆月曜ロードショー
上映する映画のお問い合わせは受付まで

日時：2・16日 毎月第1・3月曜	18:00～ 20:00	洋室1・2	参加費：無料

◆学び直そう世界の歴史サロン
中国近現代史（2）「日清・日露戦争と戦後の中国」

日時：17日 毎月第3火曜	13:00～ 15:00	洋室1・2	参加費：660円

◆リラクゼーションヨガ
当法人の運営する施設で人気No1の協働事業です！

日時：11・25日 毎月第2・4水曜	10:00～ 11:30	洋室1	参加費：880円

◆ウクレレ弾き語りサロン
ハワイアンから歌謡曲まで。歌だけのご参加も大歓迎！

日時：1・21日 毎月第1日曜・第3土曜	10:00～ 12:00	洋室1・2	参加費：660円

◆荻窪ほっとサロン
琵琶演奏

日時：13日 第2金曜	10:00～ 11:00	洋室1・2	協力金：100円

杉並区立　ゆうゆう荻窪東館（委託団体：NPO法人障害者就労支援センターどんまい福祉工房）
〒167-0051　杉並区荻窪4丁目23番12号　TEL・FAX　03-3398-8738
https://www.donmaikoubo.com/facility

令和8年10月10日　発行

ゆうゆう荻窪東館　行事予定表（令和8年11月）

	日曜日				月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日				土曜日			
	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室
	11月1日				11月2日				11月3日				11月4日				11月5日				11月6日				11月7日			
午前	ウクレレサロン 協働事業				体操 （ほゝえみ）		体操 （楽しい体操）		モーニングカフェ （協働事業）			手話 （あすなろ）	わがまち体操 （行政使用）		朗読 （水の輪）		自彊術 （花の会）	会議 （荻窪東町会）			体操 （荻の会）				体操 （雅会）			詩吟 （詩吟の会）
午後	盆踊り （同好会）				輪投げ （さんざし会）			囲碁 （銀の石）	絵本（にこにこ） フラダンス （モキハナ）			手芸 （荻窪フレンド）	輪投げ （千歳会）	落語 （荻保亭）		朗読勉強会 （朗読散歩）	英語 （ロザリン）	絵手紙 （レモン会）		コントラクトブリッジ （杉の樹）	ピアノにあわせて歌う会 （協働事業） ボイストレーニング （協働事業）			吟詠 （荻窪）		ドイツ名作（読む会） アメリカンフォークを歌う （英語ポップス）		
夜間	夜間休館				月曜ロードショウ― （協働事業）				夜間休館																			
	11月8日				11月9日				11月10日				11月11日				11月12日				11月13日				11月14日			
午前	体操 （貯筋体操）		ブリッジ （アリスの会）	役員会 （ゆずの会）	フォークダンス （仲良しクラブ）	体操 （スマイル）	体操 （楽しい体操）	手芸 （いと）	ITサロン 協働事業	自彊術 （十文字鏡）		読み聞かせ （絵本を楽しむ）	リラクヨガ 協働事業	三療サービス （行政使用）			自彊術 （花の会）	口腔予防 （はのは会）			荻窪ほっとサロン （協働事業）			会長会 （杉いき連）	絵画 （えふで）			
午後		絵画教室 協働事業	ブリッジ （アリスの会）		吹き矢 （風クラブ）			囲碁 （銀の石）	上級英語 （ロザリン）	手話ダンス （唄と踊り）			舞踊 （ひまわり会） ストレッチ （やさしい）		朗読勉強会 （朗読散歩）	荻窪ソックスの会 （行政使用）	輪投げ （さんざし会）	コントラクトブリッジ （杉の樹）			輪投げ （まどか）				中学英語 （学びなおし） フランス文学 （研究会）			茶道 （茶道サロン）
夜間	夜間休館				夜間休館																							
	11月15日				11月16日				11月17日				11月18日				11月19日				11月20日				11月21日			
午前	全休館日				体操 （ほゝえみ）		体操 （楽しい体操）		ぷちWS 協働事業	習字 （つれづれの会）		役員会 （協和会）	わがまち体操 （行政使用）			朗読 （水の輪）	事務連絡会議				体操 （荻の会）				ウクレレサロン 協働事業			役員会 （東寿会）
午後					輪投げ （さんざし会）	朗読 （楽しむ会）		囲碁 （銀の石）	世界史 協働事業 フラダンス （モキハナ）			手芸 （荻窪フレンド）	輪投げ （千歳会）	落語 （荻保亭）	読み聞かせ （なごみの会）	朗読勉強会 （朗読散歩）	英語 （ロザリン）	絵手紙 （レモン会）		コントラクトブリッジ （杉の樹）	ピアノにあわせて歌う会 （協働事業） ボイストレーニング （協働事業）				高校英語 （学びなおし） アメリカンフォークを歌う （英語ポップス）			
夜間					月曜ロードショウ― （協働事業）																							
	11月22日				11月23日				11月24日				11月25日				11月26日				11月27日				11月28日			
午前	ボッチャ （ボッチャの会）				フォークダンス （仲良しクラブ）	体操 （ほゝえみ）	体操 （楽しい体操）	手芸 （いと）	ITサロン 協働事業	自彊術 （十文字鏡）			リラクヨガ 協働事業			そろばん （わらじ）	自彊術 （花の会）				リズム体操 （ダリアの会）				絵画 （えふで）		ブリッジ （アリスの会）	
午後	体操 （貯筋体操）	絵画教室 協働事業			輪投げ （さんざし会）	読み聞かせ （リプリント）		囲碁 （銀の石）	上級英語 （ロザリン）	手話ダンス （唄と踊り）			舞踊 （ひまわり会） ストレッチ （やさしい）			朗読勉強会 （朗読散歩）	音楽療法 （やすらぎ会）	コントラクトブリッジ （杉の樹）		手芸 （コスモス）	ストレッチ （和の会）				中学英語 （学びなおし） フランス文学 （研究会）	ブリッジ （アリスの会）		茶道 （茶道サロン）
夜間	夜間休館				夜間休館																							
	11月29日				11月30日																							
午前					月曜ロードショウ― （協働事業）																							
午後					コーヒーサロン （協働事業）																							
夜間	夜間休館																											

Memo

NEW！

映画を観た人も、観なかった人も一緒に
コーヒーを飲みながら世間話しをしませんか！
◆11月30日（月）13:00～　参加費：100円

ゆうゆう館の利用時間

午前　9:00～12:00
午後　13:00～17:00
夜間　18:00～21:00

※いずれも部屋への入室時間になります。

どんまい福祉工房のホームページのご紹介

どんまい福祉工房のホームページです。
ゆうゆう荻窪東館の協働事業や抽選会の一度覗いてみて下さい。

https://www.donmaikoubo.com/facility

※令和8年10月10日付けで作成しました。その後の変更は荻窪東館にお問い合せ下さい。3398－8738

…協働事業　…行政使用　…休館日