

2026年

8月号



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：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】

日時：1.8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：2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：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 先着：各28名



【デコパージュ】

日時：8.22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



【井草ばやし練習教室】

日時：10.24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)

【無理しない de ヨーガ】

日時：14.28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



【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

【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：23日(日) 13時半～15時半
参加費：300円 定員：10名

【タベの集い～卓球】

日時：26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)

【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：27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



【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

【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～



お休みです

【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
定員：30世帯 ※事前申込制
※子供の遊び場あり

【カラオケサロン】

日時：29日(土) 9時半～16時半
※12時半～13時半は休憩
参加費：400円
定員：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～



8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	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	16	日	洋1 洋2 洋3	休 館	
2	日	洋1 輪投げ 洋2 洋3	吹矢無料体験	休 館	17	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	
3	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	18	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	
4	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3	ピンポン (ヴ)麻雀	行政使用準備	19	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	
5	水	洋1 エアロビクス 洋2 三療サービス 洋3	気 功 三療サービス		20	木	洋1 洋2 洋3	(新)麻雀 (あ)麻雀	
6	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	21	金	洋1 (仁)役員会 洋2 WP 洋3	ナツメロ 絵手紙	ハーモニカ
7	金	洋1 洋2 洋3	ナツメロ	ハーモニカ	22	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
8	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	23	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
9	日	洋1 輪投げ 洋2 洋3	吹 矢	休 館	24	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	
10	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		25	火	洋1 (仁)日舞 洋2 (チ)ストレッチ 洋3	(と)歌の会 (ヴ)麻雀	OHANA食堂 OHANA食堂 OHANA食堂 タベの集い〜卓球
11	火	洋1 (仁)日舞 洋2 洋3	手ぬぐい体操 (ヴ)麻雀	休 館	26	水	洋1 エアロビクス 洋2 洋3		行政使用準備
12	水	洋1 エアロビクス 洋2 洋3			27	木	洋1 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
13	木	洋1 洋2 (仁)太極拳 洋3	(新)麻雀 (あ)麻雀		28	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 おとなのぬりえ	ハーモニカ
14	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 おとなのぬりえ	ハーモニカ	29	土	洋1 カラオケサロン 洋2 洋3	カラオケサロン	
15	土	洋1 吹 矢 洋2 (は)体操 洋3	レクダンス 囲碁将棋		30	日	洋1 洋2 洋3		休 館
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	認知症サポーター養成講座 (仁)麻雀	

休館日のお知らせ

<一日休館> 16日(日)

<午前休館> 20日(木)

ゆうゆう井草館

杉並区井草2-15-15
TEL 03-3390-9672

