

2021年

11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時迄です。参加費は全て税込価格です。

協働事業は
全て申込み制です。
定員になり次第
締切

【カラオケ de 体操】（転倒予防）

カラオケに合わせて
おクチとカラダの体操



日時：5日（金）
10時半～11時半
参加費：100円
定員：15名

New 【太極拳】

どなたでも！！気軽にできる！

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：1,200円 定員：13名
※初回体験のみ参加料 500円

【囲碁将棋】

日時：6.20日（土） 定員：6名
13時～16時半
参加費：無料



【やさしい社交ダンス】

日時：10.24日（水）

10時半～12時

講師：東海林千絵氏
参加費：1,300円
定員：各5名

持物：上履きまたはバレエシューズ
ステップのみの練習になります。



Zoom

【お茶のみ場】

日時：10.24日（水） 13時～14時半
参加費：100円 操作になれたら、ご自宅から
定員：各5名

ゆうゆう館のタブレットで
オンラインおしゃべり



New 見える化 【おしゃべりタイム】

日時：17日（水）
9時半～12時10分

定員：3名または3組 各40分 **無料**
おしゃべりでスッキリしに来てくだ



【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を
なんでもマンツーマンで解決

日程：25日（木） 13時～18時

参加費：1,000円/1時間

定員：10名

講師：森岡真也氏、
篠辰平氏



【いこカフェ de シネマ】

受付にお問い合わせください

日時：28日（日） 10時～12時

参加費：無料 定員：16名

【カラオケサロン】

日時：30日（火） 2部入替制

【午前の部】 9時半～12時半

【午後の部】 13時半～17時

参加費：各400円 定員：各15名

ゆうゆう井草館より

お飲みものは必ずご持参ください。
ソーシャルディスタンス確保、三密防止
にご協力をお願いします。

いつも感染予防対策にご協力いただきありがとうございます。今後も感染予防のため、ご利用方法や協働事業が変更になる場合があります。少しでも体調が気になった時は、無理なご来館はおひかえください。今後とも引き続きご協力をお願いします。

<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

～ひきこもり、不登校、人間関係など～ 社会から孤立しがちな若者と家族が、自尊意識を持って



11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	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 日舞	ピンポン	(あ)麻雀	
	洋2	さわやか体操	(仁)麻雀	井草1・2丁目自治会		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀			
	洋3		(仁)麻雀			洋3	児童館			
	茶室					茶室		おはやし		
2	洋1	日舞	ピンポン	(あ)麻雀	17	水	洋1 エアロビクス	気功		
	洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀			洋2				
	洋3		児童館			洋3	おしゃべりタイム			
	茶室			おはやし		茶室				
3	洋1	エアロビクス	気功	休館	18	木	洋1	休館	(新)麻雀	
	洋2					洋2	散歩会			
	洋3					洋3				
	茶室					茶室				
4	洋1	(案)体操	(新)麻雀	19	金	洋1	(仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ	
	洋2	太極拳	コーラス			洋2	(仁)役員会	絵手紙		
5	洋1	カラオケde体操	ナツメロ	20	土	洋1	杉並吹矢	(仁)レクダンス		
	洋2		絵手紙			洋2	(は)健康体操	囲碁将棋		
	洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀		
	茶室					茶室				
6	洋1	太極拳	レクダンス	21	日	洋1	休館			
	洋2	(は)健康体操	囲碁将棋			洋2				
	洋3					洋3				
7	洋1	輪投げ	杉並吹矢	22	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
	洋2					洋2	さわやか体操			
	洋3					洋3	三線			
8	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	23	火	洋1	日舞	(と)歌の会	休館	
	洋2	さわやか体操				洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀		
	洋3					洋3				
9	洋1	日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	24	水	洋1	エアロビクス	(す)健康体操	タベの集い~卓球
	洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2	社交ダンス	お茶のみ場	行政使用準備
	洋3						洋3			
	茶室			おはやし			茶室			
10	洋1	エアロビクス	(す)健康体操	25	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀		
	洋2	社交ダンス	お茶のみ場			洋2	三療サービス	三療サービス		
	洋3					洋3		PC教室		
11	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	26	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	
	洋2	太極拳	コーラス			洋2		古裂絵		
12	洋1	フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	27	土	洋1	ピンポン	太極拳	協働事業準備
	洋2		古裂絵				洋2	(は)健康体操	手芸	協働事業準備
	茶室						洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
13	洋1		(と)歌の会	28	日	洋1	いこかdeシネマ	杉並吹矢	休館	
	洋2	(は)健康体操				洋2	いこかdeシネマ	(仁)麻雀		
	洋3					洋3				
14	洋1	輪投げ	杉並吹矢	29	月	洋1	ピンポン	ピンポン	協働事業準備	
	洋2		(仁)麻雀			洋2		(仁)役員会		
15	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	30	火	洋1	カラオケサロン	カラオケサロン		
	洋2	さわやか体操	(仁)麻雀			洋2				
	洋3		(仁)麻雀			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

<午前中休館> 18日(木) <一日休館> 21日(日)