



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】

どなたでも！！気軽にできる！

日時：4日(土) 10時半～12時

25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】

日時：4.18日(土)

13時～16時半

参加費：無料 定員：各6名



【サタデーナイトダーツ】

日時：4日(土)

18時半～20時半

講師：篠 昌司氏

参加費：500円 定員：各12名

※小学生 300円(初回のみ無料)

未就学児無料



【カラオケ de 体操】

懐かしいカラオケ曲に合わせて

アタマとカラダの体操

日時：8日(水) 13時～14時

参加費：100円 定員：15名

【スマホサロン】

みんなで学び、教えあい！

日時：8日(水) 13時～15時

アシストスタッフ 篠 辰平氏

参加費：300円 定員：5名



【8050 問題の対策を考える】

～ひきこもり就活支援～

日時：12日(日) 13時～14時半

講師：岡本 二美代氏

第一部 8050 問題について

第二部 ビジトレ81の試みについて

参加費：無料 定員：13名

※Zoom 経験者は、オンライン参加可能

【やさしい社交ダンス】

日時：8.22日(水)

10時半～12時

講師：東海林 千絵氏

参加費：1,300円 定員：5名

持物：上履またはバレエシューズ

【我らゆうゆう見守り隊】

～ふれあい食堂～

日時：8日(水) 10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。

～食材配布～

地域の皆様のお気持ちを

お子様のいるご家庭へ配布

日程：25日(土)、26日(日)

【スマホ、PC個別相談】

パソコンなどのお困りごと解決

日時：23日(木) 13時～18時

講師：篠辰平氏

参加費：1,000円/1時間 定員：5名

持物：ご相談内容のお持ちの機器

Zoom【お茶のみ場】

日時：22日(水) 13時～15時

参加費：100円 定員：各6名

<ボランティア募集>

「ふれあい食堂」では食事作り、片づけのお手伝いをしてくださる方を募集しています。

60歳以上の方には、長寿応援ポイント5ポイントを差し上げます。

<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**

～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～

生きづらさを抱えた方たちが、自分らしく生きていただくために、カウンセリング、セミナー、居場所を通してひきこもり支援を行っています。



2月井草館 活動のお知らせ

	部屋	午前	午後1	午後2	夜間		部屋	午前	午後	夜間	
1	水	洋1 エアロビクス	気 功			16	木	洋1 休 館	(新)麻雀	井草1・2丁目自治会	
		洋2 三療サービス	三療サービス					洋2	散歩会		
		洋3						洋3			
2	木	洋1 (案)体操	(新)麻雀			17	金	洋1 (仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 (仁)太極拳	コーラス					洋2 WP	絵手紙		
		洋3						洋3			
3	金	洋1	ナツメロ		ハーモニカ	18	土	洋1 抽選会	レクダンス		
		洋2	絵手紙					洋2 (は)体操	囲碁将棋		
		洋3						洋3			
4	土	洋1 太極拳	レクダンス		サタデーナイトダーツ	19	日	休 館			
		洋2 (は)体操	囲碁将棋					洋2			
		洋3	手 芸					洋3			
5	日	洋1 輪投げ	吹 矢		休 館	20	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ		
		洋2	(仁)麻雀						洋2 (さ)体操	(仁)麻雀	
		洋3							洋3		
6	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ		井草1・2丁目自治会	21	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン	(あ)麻雀	
		洋2 (さ)体操	(仁)麻雀					洋2 (チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀		
		洋3						洋3 三 線			
7	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン		(あ)麻雀	22	水	茶室	おはやし		
		洋2 (チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀					洋1 エアロビクス	(す)健康体操	タベの集い~卓球	
		洋3						洋2 やさしい社交ダンス	お茶のみ場	行政使用準備	
8	水	洋1 エアロビクス	(カ)de体操 (す)健康体操	ふれあい食堂		23	木	洋1	(新)麻雀	休 館	
		洋2 やさしい社交ダンス	スマホサロン		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	PC教室		
9	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀			24	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 (仁)太極拳	コーラス					洋2	古裂絵		
		洋3						洋3 協働事業準備	協働事業準備	協働事業準備	
10	金	洋1 フラダンス	ナツメロ		ハーモニカ	25	土	洋1 楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備	
		洋2	古裂絵					洋2 (は)体操			
		洋3						洋3 食材配布	食材配布	食材配布	
11	土	洋1 楽しい音楽教室	(と)歌の会		休 館	26	日	洋1 いこかFideシネマ	吹 矢	休 館	
		洋2 (は)体操							洋2		(仁)麻雀
		洋3							洋3 食材配布		食材配布
12	日	洋1 輪投げ	吹 矢		休 館	27	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2	8050問題						洋2 (さ)体操		
		洋3	(仁)麻雀						洋3		
13	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀			28	火	洋1 (仁)日舞	(と)歌の会	(あ)麻雀	
		洋2 (さ)体操						洋2 (チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀		
		洋3						洋3			
14	火	洋1 (仁)日舞	手ぬぐい体操		(あ)麻雀			茶室	おはやし		
		洋2 (チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀					洋1			
		洋3						洋2			
15	水	洋1 エアロビクス	気 功					洋1			
		洋2 プロジェクト100						洋2			
		洋3						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								洋1			
								洋2			
								洋3			

抽選会のお知らせ

2月18日(土)10時30分~11時30分
※コロナの状況によっては変更になる場合もあります

休館日のお知らせ

<午前中休館>16日(木) <一日休館>19日