

2021年

9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。



### 【zoom de 脳トレ】

～言い換えで、いい気分～

気持ちいい言葉選びを学びましょう  
日時：1日(水)13時半～15時  
参加費：500円 定員：5名

### 【カラオケ de 体操】

カラオケに合わせて

オクチとカラダの体操  
(介護予防) 日時：3日(金) 10時半～11時半  
(転倒予防) 参加費：100円 定員：15名



先着順

### 【囲碁将棋】

日時：4日(土) 定員：6名  
18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：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：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：8.22日(水)  
13時～14時半  
参加費：100円  
定員：5名

操作になれたら、  
ご自宅から、  
こんなことも  
できるように！



### 【夕べの集い～卓球】

日時：22日(水)  
18時～20時半  
参加費：300円  
定員：10名



大人気！ご予約はお早め

### 【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：22日(水)13時～18時  
23日(木)13時～17時

参加費：1,000円/1時間  
定員：22日/5名、23日/4名

持物：ご相談内容の機器  
講師：篠辰平氏



### 【いこカフェ de シネマ】

～星になった少年～

日時：26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(木) 2部入替制  
【午前の部】9時半～12時半  
【午後の部】13時半～16時半  
参加費：各400円 定員：各15名



ひきこもり予防

### 【地域で考える 孤立しない知恵】

地域の支援団体と  
ゲームを通しての交流会

日程：29日(水)10時～12時  
参加費：500円 定員：10名  
講師：村上朋子氏、平井志野氏



地域の支援機関(高齢者福祉関係や社会福祉関係等)のスタッフも ZOOM で参加！どんな支援か情報収集できる!!

どなたでも参加いただけます

### 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。

まだまだ暑い毎日。熱中症予防として、のどが渴かなくても定期的な水分補給をお願い致します。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もあります。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



# 9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	水	洋1 エアロビクス	気功		16	木	洋1 休館	(新)麻雀		
		洋2	ZOOM de 脳トレ				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 太極拳	コーラス				洋2 (仁)役員会	絵手紙		
		洋3					洋3			
3	金	洋1 カラオケde体操	ナツメロ		18	土	洋1 杉並吹矢	レクダンス		
		洋2	絵手紙				洋2 はつらつ体操	囲碁将棋		
		洋3					洋3 (す)麻雀	(す)麻雀		
		茶室					茶室	(時)麻雀		
4	土	洋1 ピンポン	レクダンス		19	日	洋1 休館			
		洋2 はつらつ体操	囲碁将棋				洋2			
		洋3	(時)麻雀				洋3			
5	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	20	月	洋1 ストレッチ	カラオケ	休館	
		洋2						洋2 さわやか体操		(仁)麻雀
		洋3						洋3		(仁)麻雀
6	月	洋1 ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	21	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	(バ)麻雀		
		洋3	(仁)麻雀				洋3	児童館		
		茶室					茶室		おはやし	
7	火	洋1 日舞	ピンポン	(あ)麻雀	22	水	洋1 エアロビクス	健康体操	タペの集い	
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2 やさしい社交ダンス	お茶のみ場	行政使用準備	
		洋3	児童館				洋3	PC相談		
		茶室		おはやし			茶室			
8	水	洋1 エアロビクス	健康体操		23	木	洋1 (新)麻雀		休館	
		洋2 やさしい社交ダンス	お茶のみ場				洋2 三療サービス	三療サービス		
		洋3					洋3	PC相談		
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 太極拳	コーラス				洋2	古裂絵		
10	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	25	土	洋1 ピンポン	(時)麻雀	協働事業準備	
		洋2	古裂絵				洋2 はつらつ体操	手芸		
		洋3					洋3 (す)麻雀	(す)麻雀		
11	土	洋1	(と)歌の会		26	日	洋1 いこかideシネマ	杉並吹矢	休館	
		洋2 はつらつ体操					洋2	(仁)麻雀		
12	日	洋1 輪投げ	杉並吹矢	休館	27	月	洋1 ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2	(仁)麻雀					洋2 さわやか体操		
		洋3						洋3	三線	
13	月	洋1 ストレッチ	(仁)麻雀		28	火	洋1 日舞同好会	(と)歌の会	(あ)麻雀	
		洋2 さわやか体操					洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀		
		洋3	三線				洋3			
		茶室					茶室		おはやし	
14	火	洋1 日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	29	水	洋1 孤立しない知恵		協働事業準備	
		洋2 (チ)ストレッチ	(バ)麻雀				洋2 孤立しない知恵			
		洋3					洋3			
		茶室		おはやし			茶室			
15	水	洋1 エアロビクス	気功		30	木	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン		
		洋2					洋2	(仁)役員会		
		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

休館日のお知らせ <一日休館> 19日(日) <午前中休館> 16日(木)