

# 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: 3日(土) 10時半~12時  
24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

**【楽しい音楽教室】**  
日時: 10.24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 定員: 各20名

**【スマホサロン】**  
~みんなで学び、教えあい~  
日時: 14日(水) 13時~15時  
参加費: 300円 定員: 5名  
~Zoomで現代のテレビ電話を学ぶ~  
日時: 26日(月) 13時~15時  
参加費: 300円 定員: 8名  
スタッフ 篠 辰平

**【いこカフェ de シネマ】**  
日時: 25日(日) 10時~12時  
参加費: 無料 定員: 20名

**【囲碁将棋】**  
脳の活性化に役立ちます!  
日時: 3.17日(土) 13時~16時半  
参加費: 無料 定員: 各6名

**【デコパージュ】**  
日時: 10.24日(土) 13時~16時  
講師: 山脇 良子氏  
参加費: 各500円  
(別途 筆、仕上剤実費)  
定員: 各10名  
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

**【我らゆうゆう見守り隊】**  
~ふれあい食堂~  
日時: 14日(水) 17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。

**【夕べの集い~卓球】**  
日時: 28日(水) 18時~20時  
参加費: 300円 定員: 10名

**【サタデーナイトダーツ】**  
日時: 3.10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

**【やさしい社交ダンス】**  
日時: 14.28日(水) 10時半~12時  
講師: 東海林 千絵氏  
参加費: 各1,300円 定員: 各5名  
持物: 上履またはバレエシューズ

**【スマホ、PC個別相談】**  
パソコンなどのお困りごと解決  
日時: 22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

**【カラオケサロン】**  
日時: 30日(金) 2部入替制  
【午前の部】 9時半~12時  
【午後の部】 13時半~17時  
参加費: 各400円 定員: 各15名

**【カラオケ de 体操】**  
6月はお休みです

### <ボランティア募集中>

「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中。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。



# 6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	木	洋1 (案)体操	(新)麻雀		16	金	洋1 (仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2 散歩会	コーラス				洋2 WP	絵手紙		
		洋3					洋3			
2	金	洋1	ナツメロ	ハーモニカ	17	土	洋1 吹矢	レクダンス		
		洋2 (仁)太極拳	絵手紙				洋2 (は)体操	<b>囲碁将棋</b>		
		洋3					洋3		目的外使用	
3	土	洋1 <b>太極拳</b>	レクダンス	サタデーナイトダーツ	18	日	洋1	<b>休館</b>		
		洋2 (は)体操	<b>囲碁将棋</b>				洋2			
		洋3	手芸	目的外使用			洋3			
4	日	洋1 輪投げ	吹矢	<b>休館</b>	19	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		
5	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	20	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			
6	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン	(あ)麻雀	21	水	茶室	おはやし		
		洋2 (チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀	行政使用準備			洋1 エアロビクス	気功		
		洋3					洋2		行政使用準備	
7	水	洋1 エアロビクス	気功		22	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀		
		洋2 三療サービス	三療サービス				洋2 三療サービス	三療サービス		
		洋3					洋3	<b>PC教室</b>		
8	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀	井草1・2丁目自治会	23	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	
		洋2	コーラス				洋2			
		洋3					洋3			
9	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	24	土	洋1 <b>楽しい音楽教室</b>	<b>太極拳</b>	<b>協働事業準備</b>	
		洋2					洋2 (は)体操	<b>デコパージュ</b>		
		洋3					洋3		目的外使用	
10	土	洋1 <b>楽しい音楽教室</b>	(と)歌の会	サタデーナイトダーツ	25	日	洋1 いこかideシネマ	吹矢	<b>休館</b>	
		洋2 (は)体操	<b>デコパージュ</b>				洋2	(仁)麻雀		
		洋3		目的外使用			洋3			
11	日	洋1 輪投げ	吹矢	<b>休館</b>	26	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2	(仁)麻雀					洋2 (さ)体操	スマホサロン~Zoom編	
		洋3						洋3		
12	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		27	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			
13	火	洋1 (仁)日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	28	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		タベの集い~卓球	
		洋3					洋2 やさしい社交ダンス			
14	水	洋1 エアロビクス		ふれあい食堂	29	木	洋1	ピンポン	<b>協働事業準備</b>	
		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			
		洋3 ふれあい食堂	ふれあい食堂	ふれあい食堂			洋3			
15	木	洋1	<b>休館</b>		30	金	洋1 <b>カラオケサロン</b>	<b>カラオケサロン</b>		
		洋2								
		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> 15日(木) 18日(日)

ゆうゆう井草館

杉並区井草2-15-15  
TEL 03-3390-9672

