

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：2日(土) 10時半～12時
23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

【やさしい社交ダンス】
日時：6.13.27(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

【懐メロdeわくわく体操】
日時：13.27日(水)
13時半～14時半
講師：東海林 千絵氏
参加費：500円 定員：各20名

【いこカフェ de シネマ】
日時：24日(日)10時～12時
参加費：無料 定員：20名

【夕べの集い～卓球】
日時：27日(水)18時～20時半
参加費：300円 定員：10名

【オレンジカフェを考える会】
日時：27日(水)13時半～15時
参加費：無料 定員：各10名

【囲碁将棋】
脳の活性化に役立ちます！
日時：2.16日(土)
13時～16時半
参加費：無料 定員：各12名

【楽しい音楽教室】
日時：9.23(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：13日(水) 13時～15時
参加費：300円 定員：5名

【我らゆうゆう見守り隊】
～ふれあい食堂～
日時：13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。

【スマホ、PC個別相談】
パソコンなどのお困りごと解決
日時：28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

【サタデーナイトダーツ】
日時：2.9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

【デコパージュ】
日時：9.23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

【OHANA食堂】
～食材・子ども用衣服などの配布～
日時：26日(火) 毎月第4火曜日
17時15分～19時半
連携：(株)山路建設
※無料。衣服などは少額(50円程度)

【カラオケサロン】
日時：29日(金)
【午前】9時半～12時
【午後】13時半～17時
参加費：各400円
定員：各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～

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。



3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	金	洋1	ナツメロ	ハーモニカ	16	土	洋1	吹矢	レクダンス		
		洋2	絵手紙				洋2	(は)体操	囲碁将棋		
		洋3		目的外使用			洋3				
2	土	洋1	太極拳	レクダンス	サタデーナイトダーツ	17	日	休館			
		洋2	(は)体操	囲碁将棋				洋2			
		洋3						洋3			
3	日	洋1	輪投げ	吹矢	18	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ		
		洋2					洋2	(さ)体操	(仁)麻雀		
		洋3					洋3				
4	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	井草1・2丁目自治会	19	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			
5	火	洋1	(仁)日舞	ピンポン	(あ)麻雀	20	水	洋1	エアロビクス	気功	休館
		洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀				洋2			
		洋3						洋3			
6	水	洋1	エアロビクス	気功		21	木	洋1	休館	(新)麻雀	井草1・2丁目自治会
		洋2	やさしい社交ダンス					洋2		散歩会	
		洋3						洋3			
7	木	洋1	(案)体操	(新)麻雀		22	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	WP		
		洋3						洋3			
8	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	23	土	洋1	楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備
		洋2						洋2	(は)体操	デコパージュ	
		洋3						洋3			
9	土	洋1	楽しい音楽教室	(と)歌の会	サタデーナイトダーツ	24	日	洋1	いこかFideシネマ	吹矢	休館
		洋2	(は)体操	デコパージュ				洋2			
		洋3						洋3			
10	日	洋1	輪投げ	吹矢	25	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2						洋2	(さ)体操		
		洋3						洋3			
11	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		26	火	洋1	(仁)日舞	(と)歌の会	OHANA食堂
		洋2	(さ)体操					洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀	(あ)麻雀
		洋3						洋3			
12	火	洋1	(仁)日舞	手ぬぐい体操	(あ)麻雀	27	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	タベの集い~卓球
		洋2	(チ)ストレッチ	(ヴ)麻雀				洋2	やさしい社交ダンス	オレンジカフェを考える	
		洋3			協働事業準備			洋3			
13	水	洋1	エアロビクス	懐メロdeわくわく体操	ふれあい食堂	28	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	協働事業準備
		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	
14	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀		29	金	洋1	カラオケサロン	カラオケサロン	
		洋2	(仁)太極拳	コーラス				洋2			
		洋3						洋3			
15	金	洋1	(仁)役員会	ナツメロ	ハーモニカ	30	土				
		洋2		絵手紙							
		洋3									
					31	日		吹矢	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

休館日のお知らせ <午前休館> 21日(木) <一日休館> 17日(日)