



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：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：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：10.24(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

【我らゆうゆう見守り隊】
～ふれあい食堂～
日時：10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。

【OHANA食堂】
～食材・子ども用衣服などの配布～
日時：23日(火) 毎月第4火曜日
17時30分～19時
連携：(株)山路建設 参加費：200円

【いこカフェ de シネマ】
日時：28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：6.20日(土)
13時～16時半
参加費：無料 定員：各12名

【懐メロ de わくわく体操】
日時：10.24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

【おとなのぬりえ】
日時：12.26日(金) 14時～16時
参加費：500円 定員：10名
持物：色鉛筆持参

【楽しい音楽教室】
日時：13.27(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

【夕べの集い～卓球】
日時：24日(水) 18時～20時半
参加費：300円 定員：10名

**【捨てるから始めない
生前整理と家じまい】**
日時：28日(日) 14時～15時半
29日(月) 10時～11時半
14時～15時半
参加費：1000円 定員：各日12名

【サタデーナイトダーツ】
日時：6.13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

【スマホサロン】
～みんなで学び、教えあい～
日時：10日(水) 13時～15時
参加費：300円 定員：5名

【デコパージュ】
日時：13.27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

【オレンジカフェを考える会】
日時：17日(水) 13時半～15時
参加費：無料 定員：各10名

【スマホ、PC個別相談】
日時：25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(火)
【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イッシュ・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。



4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	月	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 (仁)日舞	ピンポン	
	洋2 (さ)体操	(仁)麻雀	(あ)麻雀	洋2 (ち)ストレッチ			(ヴ)麻雀		
	洋3						洋3 三線		
2	火	洋1 (仁)日舞	ピンポン		17	水	茶室	おはやし	
	洋2 (ち)ストレッチ	(ヴ)麻雀	行政使用	洋1 エアロビクス			気功		
	洋3		目的外使用	洋2			オレンジカフェを考える		
	茶室	おはやし		洋3					
3	水	洋1 エアロビクス	気功		18	木	洋1	(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			休館	WP	
	洋3			洋3					
4	木	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 (仁)太極拳	コーラス		洋2			絵手紙		
	洋3			洋3			(あ)麻雀		
5	金	洋1	ナツメロ	ハーモニカ	20	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	(あ)麻雀		洋3					
6	土	洋1 太極拳	レクダンス	サタデーナイトダーツ	21	日	洋1	休館	
	洋2 (は)体操	囲碁将棋		洋2					
	洋3			洋3					
7	日	洋1 輪投げ	吹矢	休館	22	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	
	洋2			洋2 (さ)体操				(あ)麻雀	
	洋3			洋3					
8	月	洋1 (ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		23	火	洋1 (仁)日舞	(と)歌の会	OHANA食堂
	洋2 (さ)体操		(あ)麻雀	洋2 (ち)ストレッチ			(ヴ)麻雀		
	洋3			洋3					
9	火	洋1 (仁)日舞	手ぬぐい体操		24	水	茶室	おはやし	
	洋2 (ち)ストレッチ	(ヴ)麻雀	目的外使用	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3		協働事業準備	洋2 やさしい社交ダンス				行政使用準備	
	茶室	おはやし		洋3					
10	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	25	木	洋1 わがまち一番体操	(新)麻雀	
	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		
11	木	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 (仁)太極拳	コーラス		洋2			おとなのぬりえ		
	洋3			洋3					
12	金	洋1 フラダンス	ナツメロ	ハーモニカ	27	土	洋1 楽しい音楽教室	太極拳	協働事業準備
	洋2	おとなのぬりえ		洋2 (は)体操			デコパージュ		
	洋3	(あ)麻雀		洋3					
13	土	洋1 楽しい音楽教室	(と)歌の会	サタデーナイトダーツ	28	日	洋1 いこかFideシネマ	吹矢	
	洋2 (は)体操	デコパージュ		洋2			生前整理と家じまい	休館	
	洋3			洋3					
14	日	洋1 輪投げ	吹矢	休館	29	月	洋1 生前整理と家じまい	生前整理と家じまい	休館
	洋2			洋2					
	洋3			洋3					
15	月	洋1 (ひ)ストレッチ	カラオケ		30	土	洋1 カラオケサロン	カラオケサロン	
	洋2 (さ)体操	(仁)麻雀	(あ)麻雀	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

休館日のお知らせ <午前休館> 18日(木) <一日休館> 21日(日)