

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。

協働事業は
全て申込み制です。
定員になり次第締切

大好評

【Zoom de 脳トレ】

～言い換えで、いい気分～
オンラインおしゃべり&脳トレ
日時：2日(水) 13時半～15時
参加費：500円 ZOOMで顔遊びやおしゃべりしながら、言い換えで楽しく気分をリフレッシュできる内容です。

【カラオケ de 体操】

カラオケに合わせて
脳トレ：アタマとカラダの体操
日時：4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：5日(土) 定員：6名
19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：9.23日(水) 10時半～12時
講師：東海林千絵氏
参加費：1300円 定員：各6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。

【お茶のみ場】

日時：9日(水) 13時～15時
▶ 予約申込み 5/26～
23日(水) 13時～15時
▶ 予約申込み 6/9～
参加費：100円 定員：5名

ワンコイン【心の健康相談】

～オンライン de 相談～
日程：16日(水) 各1組/40分
① 13:20～ ② 14:20～ ③ 15:20～
参加費：500円 定員：3組
モヤモヤや愚痴を吐き出しストレス解消！

【夕べの集い～卓球】

日時：23日(水) 18時～20時半
参加費：300円 定員：10名

【いこカフェ de シネマ】

天使にラブソングを
日時：27日(日) 10時～12時
参加費：無料 定員：16名

【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
日時：24日(木) 13時～18時
参加費：1,000円/1時間
(1人最大2時間まで)
定員：10名(1時間2名まで)
持物：ご相談内容のお持ちの機器
講師：森岡真也氏、篠辰平氏

【我らゆうゆう見守り隊】

～食材配布～
日程：26日(土)、27日(日)
ご寄付でいただいた食材を通した皆様のお気持ちをお子様のいるご家庭へ配布。

【カラオケサロン】

日時：29日(火) 2部入替制
【午前の部】9:30～12:30
【午後の部】13:30～17:00
参加費：各400円 定員：各15名

※コロナ感染症拡大等の影響により予定が変更になる場合があります。

ゆうゆう井草館より

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。

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、自尊意識を持って暮らしていくための支援として、カウンセリングや家族会、講演会・セミナーなどを行っています。



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	火	洋1	日 舞	ピンポン	16	水	洋1	エアロビクス	気 功	
		洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀			洋2			
		洋3	三 線	児童館			洋3		ワンコイン相談	
		茶室					茶室			
2	水	洋1	エアロビクス	気 功	17	木	洋1	休 館		
		洋2		ZOOM de 脳トレ			洋2			
		洋3					洋3			
3	木	洋1	(案)体操	(新)麻雀	18	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			
4	金	洋1	カラオケde体操	ナツメロ	19	土	洋1	杉並吹矢	レクダンス	
		洋2		絵手紙			洋2		囲碁将棋	
		洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
		茶室					茶室		(時)麻雀	
5	土	洋1	ピンポン	レクダンス	20	日	洋1	休 館		
		洋2		囲碁将棋			洋2			
		洋3		(時)麻雀			洋3			
		茶室					茶室			
6	日	洋1	輪投げ	杉並吹矢	21	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	
		洋2					洋2	さわやか体操	(仁)麻雀	
		洋3					洋3		(仁)麻雀	
7	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	22	火	洋1	日 舞	(と)歌の会	(あ)麻雀
		洋2	さわやか体操	(仁)麻雀			洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀	
		洋3		(仁)麻雀			茶室			おはやし
8	火	洋1	日 舞	手ぬぐい体操	23	水	洋1	エアロビクス	健康体操	タベの集い~卓球
		洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀			洋2	社交ダンス	お茶のみ場	行政使用準備
		茶室		おはやし			茶室			
9	水	洋1	エアロビクス	健康体操	24	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	
		洋2	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		スマホ・タブレット・PC教室	
10	木	洋1	わがまち一番体操	(新)麻雀	25	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	
11	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	26	土	洋1	ピンポン	(時)麻雀	協働事業準備
		洋2		古裂絵			洋2		手 芸	協働事業準備
		洋3					洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	
12	土	洋1		(と)歌の会	27	日	洋1	いこかfeシネマ	杉並吹矢	休 館
		洋2					洋2	いこかfeシネマ	(仁)麻雀	
13	日	洋1	輪投げ	杉並吹矢	28	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	協働事業準備
		洋2		(仁)麻雀			洋2	さわやか体操	散歩会	
		茶室					洋3	三線会		
14	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	29	火	洋1	カラオケサロン	カラオケサロン	
		洋2	さわやか体操				洋2			
		洋3	三線会				洋3			
15	火	洋1	日 舞	ピンポン	30	水	洋1	ピンポン		
		洋2		(バ)麻雀			洋2			
		洋3	三 線	児童館			洋3			
		茶室		おはやし			茶室			

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

※コロナ感染症拡大等の影響により予定が変更になる場合があります。

休館日のお知らせ <一日休館> 17日(木)、20日(日)