

# 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



### Zoomで 【お茶のみ場】

日時：3日(水) 13時～14時30分  
▶ 予約申込み 2/24～  
24日(水) 13時～14時30分  
▶ 予約申込み 3/5～  
参加費：100円 定員：5名  
ゆうゆう館のタブレットでオンラインおしゃべり

【カラオケ de 体操】(転倒予防)  
カラオケに合わせて  
アタマとカラダの体操 脳トレ  
日時：5日(金)  
10時半～11時半

参加費：100円  
定員：15名



### 【囲碁将棋】

日時：6日(土) 定員：6名  
20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：10.24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。



### 【ワンコイン心の相談会】

オンライン de 相談  
日時：17日(水) ※1人40分  
①13時20分 ②14時20分  
③15時20分  
カウンセラー：村上 朋子氏  
参加費：各500円  
定員：各回1名 ご予約ください

### 【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



### 【我らゆうゆう見守り隊】 ～食材配布～

日程：27日(土)、28日(日)  
企業の方やフードパントリーなどの  
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。

### 【いこカフェ de シネマ】

男はつらいよ 寅次郎と殿様  
日時：28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(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

## 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。

## 開館時間短縮のお知らせ

3月7日(日)まで 午後8時閉館  
利用時間：一般利用・登録団体 午後5時まで  
目的外使用 午後8時まで  
延長させていただく場合がございます。  
日祝日を除く午後9時までは電話受付を行っておりますので、ご不明な点はお問合せください。

<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。



# 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	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	16	火	洋1	日 舞	ピンポン		
		洋2	さわやか体操	(仁)麻雀			洋2		(バ)麻雀	(あ)麻雀	
		洋3		(仁)麻雀			洋3	三 線	児童館		
		茶室					茶室			おはやし	
2	火	洋1	日 舞	ピンポン	17	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		児童館			洋3		心の相談会		
		茶室					茶室				
3	水	洋1	エアロビクス	気 功	18	木	洋1	休 館	(新)麻雀		
		洋2		お茶のみ場			洋2				
		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		
		洋2	太極拳	コーラス			洋2		絵手紙	ハーモニカ	
5	金	洋1	カラオケde体操	ナツメロ	20	土	洋1	杉並吹矢	(仁)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				
6	土	洋1	ピンポン	レクダンス	21	日	洋1	休 館			
		洋2		囲碁将棋			洋2				
		洋3		(時)麻雀							
7	日	洋1	輪投げ	杉並吹矢	22	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀		
		洋2		(新)麻雀			洋2	さわやか体操	ラジオ体操散歩会		
		洋3		(新)麻雀			洋3				
8	月	洋1	(ひ)ストレッチ	(仁)麻雀	23	火	洋1	日 舞	(と)歌の会		
		洋2	さわやか体操	井草1・2丁目自治会			洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀	(あ)麻雀	
		洋3		井草1・2丁目自治会			洋3				
		茶室					茶室			おはやし	
9	火	洋1	日 舞	手ぬぐい体操	24	水	洋1	エアロビクス	(す)健康体操		
		洋2	(チ)ストレッチ	(バ)麻雀			(あ)麻雀	洋2	社交ダンス	お茶のみ場	タベの集い~卓球
		洋3						洋3			行政使用準備
		茶室					おはやし	茶室			
10	水	洋1	エアロビクス	(す)健康体操	25	木	洋1	ピンポン	(新)麻雀		
		洋2	社交ダンス	気 功			洋2	三療サービス	三療サービス		
		洋3					洋3				
11	木	洋1	ピンポン	(新)麻雀	26	金	洋1	フラダンス	ナツメロ		
		洋2	太極拳	コーラス			洋2		古裂絵		
12	金	洋1	フラダンス	ナツメロ	27	土	洋1		(時)麻雀		
		洋2		古裂絵			ハーモニカ	洋2		手 芸	協働事業準備
		茶室						洋3	(す)麻雀	(す)麻雀	協働事業準備
13	土	洋1		(と)歌の会	28	日	洋1	いこカフェシネマ	杉並吹矢		
		洋2					洋2	いこカフェシネマ	(仁)麻雀	休 館	
		洋3					洋3				
14	日	洋1	輪投げ	杉並吹矢	29	月	洋1	ピンポン			
		洋2		(仁)麻雀			休 館	洋2		協働事業準備	
15	月	洋1	(ひ)ストレッチ	カラオケ	30	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	(仁)麻雀			洋2				
		洋3		(仁)麻雀			洋3				
					31	水	洋1	気 功			
							洋2				

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

<午前中休館> 18日(木) <一日休館> 21日(日)