

ゆうゆう天沼館 行事予定表(平成30年6月)

	日曜日			月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日								
	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室	洋室1	洋室2	茶室						
																6月1日			6月2日								
午前	ゆうゆう館の利用時間 午前 9:00~12:00 午後 13:00~17:00 夜間 18:00~21:00 ※いずれも部屋への入室時間になります。			Memo 																		舞踊 (白寿会)	役員会 (寿楽会)		カラオケ (かるがも)	囲碁 (碁遊会)	
午後																						脳トレ体操 (なかよし会)	手芸 (松柏会)		新舞踊 (千寿会)	囲碁 (碁遊会)	
夜間																						輪投げ (松柏会)					
	6月3日			6月4日			6月5日			6月6日			6月7日			6月8日			6月9日								
午前	社交ダンス (ローズの会)			カラオケ (白寿会)	フラダンス (ブーゲンビリア)		輪投げ (白寿会)			リズム体操 (さざんか会)	茶話会 (かるがも)		輪投げ (あじさい)	オカリナ (オカリナの会)		書道 協働事業	フラワーアレンジ 協働事業		盆踊り (白寿会)	写経 (星月会)							
午後	大人のぬりえ 協働事業			ゲーム (みのり会)	かるがも (英会話)		卓球の会 協働事業	囲碁 (てんぐ会)		輪投げ (寿楽会)	麻雀 (健康)		麻雀 (教室)	仕舞・謡曲 (貞声会)		体操 (天沼いずみ)	麻雀 (健康)		ストレッチ&リズム体操 協働事業								
夜間	夜間休館						英語に触れよう 協働事業						英語 (英語を楽しむ)														
	6月10日			6月11日			6月12日			6月13日			6月14日			6月15日			6月16日								
午前				社交ダンス (ファミリー)	役員会 (天老連)		社交ダンス (すみれ会)	手芸 (かすみ草)		フラダンス (レイハイビスカス)	手芸 (寿楽会)		民謡 (白寿会)	オカリナ (オカリナの会)	茶道 (和の会)	カラオケ (白寿会)	三療 サービス			囲碁 (碁遊会)							
午後	ピアノに合わせて歌う会 協働事業			新舞踊 (千寿会)	PC教室 協働事業		卓球の会 協働事業	囲碁 (てんぐ会)		仕舞・謡曲 (貞声会)			健康体操 (マムの会)	麻雀 (教室)	茶道 (和の会)	舞踊 (白寿会)	鍼 マッサージ		新舞踊 (千寿会)	囲碁 (碁遊会)							
夜間	夜間休館						英会話 英語に触れよう			フラ教室 協働事業				英語 (英語を楽しむ)													
	6月17日			6月18日			6月19日			6月20日			6月21日			6月22日			6月23日								
午前	全休館日				役員会 (松柏会)		輪投げ (寿楽会)	舞踊 (むつみ会)		リズム体操 (さざんか会)	フラダンス (レイハイビスカス)		事務連絡会議 職員研修			輪投げ (白寿会)	手芸 (布で遊ぶ)		写経 (星月会)								
午後				ゲーム (みのり会)	麻雀 (健康)		輪投げ (松柏会)	囲碁 (てんぐ会)		謡曲 (華謡)	脳活性ゲーム 協働事業						体操 (天沼いずみ)	麻雀 (健康)		卓球の会 協働事業	絵手紙 (さざなみ)						
夜間							英会話 英語に触れよう																				
	6月24日			6月25日			6月26日			6月27日			6月28日			6月29日			6月30日								
午前				社交ダンス (ファミリー)	新舞踊 (千寿会)	フラダンス (ブーゲンビリア)	社交ダンス (すみれ会)	手芸 (かすみ草)		フラダンス (レイハイビスカス)	舞踊 (むつみ会)		民謡 (白寿会)	オカリナ (オカリナの会)	茶道 (和の会)	合唱 (杉並うたごえの会)											
午後	ストレッチ&リズム体操 協働事業			輪投げ (松柏会)	PC教室 協働事業		輪投げ (あじさい)	囲碁 (てんぐ会)		仕舞・謡曲 (貞声会)	手芸 (なのはな会)		健康体操 (マムの会)	麻雀 (教室)	茶道 (和の会)	スマホ教室 協働事業	麻雀 (健康)		仕舞・謡曲 (貞声会)								
夜間	夜間休館						英会話 英語に触れよう			フラ教室 協働事業				英語 (英語を楽しむ)													

「リチャード先生の英語で遊ぼう！」のご案内

6月から毎週火曜日の17時から、ハワイ在住のネイティブの先生「リチャード氏」の英語で遊ぼう！という協働事業が再スタートいたします。以前にも実施していましたが、リチャード氏がハワイに帰国されてしまったため、約一年間休止しておりました。以前参加されていた方も、英会話に興味がある方、ぜひ一緒にネイティブの英語で色々なゲームなどで遊みましょう！知らず知らずのうちに発音が良くなること間違いなし。お気軽にご見学にいらして下さい。

協働事業開催案内



以前の「英語で遊ぼう」の様子

◆6月5日(火)から毎月火曜日 17:00~18:30 参加費 200円

「フラ教室」のご案内

先日の「ゆうゆう天沼館 春祭り」でもご披露いただいたフラ教室。今回新しい生徒さんを大募集いたします！現在は、毎月水曜の夜で、前の月に皆さんの希望を聞いて月2回実施しております。本格的なフラ教室で、いくつかの大会に出場し、上位の成績をおさめている先生が、親切丁寧にご指導いたします。初心者の方でも、以前どこかでやっていた方でも大歓迎です。協働事業は年齢に関係なく参加いただけるので、親子で参加されてもOKです。ぜひ一度ご見学にいらして下さい。

協働事業開催案内



「自主団体さんご紹介コーナー」

輪投げ【あじさい】

輪投げを中心に活動しています！馬橋保育園との年2回の交流会などにも参加してします。みんなで楽しくがモットーで、大きめのトランプでカードゲームを楽しむことも…。一緒に楽しむ方を募集しています！ぜひ一度ご見学にいらして下さい。
毎月第1木曜10:00~12:00 毎月第4火曜日13:00~15:00



ゆうゆう天沼館だより

6月号



当館の協働事業には全て長寿応援ポイントが付きます。

6月といえば梅雨。ジメジメして食べ物がカビやすく、一年の中で雨が多く外出が減るイメージがありますが、先日テレビで『春から一気に夏になったくらい寒暖の差が激しく、春や秋を感じる暇もないくらいに急に夏になった。日本は四季ではなく、二季になってしまうのでは』と話していました。確かに25度を越える日が続くと、本当に春を飛ばして冬から夏になった気がします。凍えるような寒さや、真夏日のうだるような暑さの中での花見とかは嫌ですよ…。やっぱり快適で過ごしやすい冷房も暖房もいらぬ春や秋は大切です。どうか正常な四季に戻ってくれることを祈ります。しかし最近のこの寒暖の差は、まだ身体が暑さに慣れていない事もあり、まだ6月とはいえ、熱中症になる方が多いようです。また朝と昼の温度差が10度を越えるような日もあるので、お出かけの際はさっと羽織る上着に加えて、熱中症対策として水分補給も心がけて下さい。憂鬱な梅雨の季節も、ゆうゆう天沼館は快適な温度で皆さまのお越しをお待ちしております。

ゆうゆう天沼館 館責任者 安住一成

スマホを学ぼう

覚えれば便利なとわかっているスマートフォン。何から覚えて良いのか、誰に聞いたら良いのか、ショップの人に聞いても自分が売りたい機種が宣伝をされてしまうのでは？と考えている方必見！スマートフォンの基本的操作方法からアプリの仕組み、お勤めのアプリや使い方まで、親切にお教えいたします。実際にスマートフォンを持っていない方でも、どれを買えばよいのか、使いたい目的などを聞いたうえでお勤めの機種をいくつか推薦いたします。お一人おひとりのご質問にお答えできるよう、8名定員の少人数の教室を考えていますが、お申し込みが多い場合は講師を増やしたいと思いますので、事前にお申し込み下さいませようお願いいたします。



平成30年6月29日(金) 13:30~15:30 参加費:500円

6月 協働事業のご案内		※当館の協働事業には全て長寿応援ポイントが付きます ※協働事業は年齢に関係なくどなたでもご参加いただけます。		
	◆フラワーアレンジメント お花の癒し効果でストレス発散を目的とするアレンジ教室です。	日時:6月8日(金) 毎月第2金曜日	10:00~12:00	洋室2 参加費:500円(材料費別途)
	◆脳活性ゲーム体操 色々な運動を通して頭の体操をみんなでやりませんか？	日時:6月20日(水) 毎月第3水曜日	13:30~15:00	洋室2 参加費:500円
	◆書道を楽しもう！ 字が綺麗な人に憧れている方。基本的な筆遣いを学べます。	日時:6月8日(金) 毎月第2金曜日	10:00~12:00	洋室1 参加費:500円
	◆ピアノに合わせて歌う会 季節の歌や懐かしい曲を生ピアノ演奏に合わせて歌います！	日時:6月10日(日) 毎月第2日曜日	13:30~14:30	洋室1・2 参加費:300円
	◆大人のぬりえ教室 黒川先生のオリジナルの絵に好きな色を塗っていきます。	日時:6月3日(日) 毎月第1日曜日	13:30~15:30	洋室2 参加費:500円
	◆フラ教室 色々な大会で上位の成績をおさめている先生です。	日時:6月13日(水)・27日(水)	18:00~19:00	洋室1 参加費:800円
	◆パソコン教室 4月~9月までの全11回講座です。パワーポイント初級教室です。	日時:6月11日(月)・25日(月)	13:30~15:00	洋室2 参加費:800円
	◆ストレッチ&リズムダンス 簡単なストレッチからダンスまで！	日時:6月9日(土)24日(日)	13:30~15:30	洋室1・2 参加費:400円



ゆうゆう天沼館

〒167-0032 東京都杉並区天沼2-42-9
電話/FAX 03-3391-8540

特定非営利活動法人 障害者就労支援センター
どんまい福祉工房
〒167-0031 東京都杉並区本天沼1-24-9
電話 03-3396-2881
FAX 03-3396-2892