

ゆうゆう天沼館 行事予定表(平成30年7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		
	7月1日			7月2日			7月3日			7月4日			7月5日			7月6日			7月7日				
午前				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)	雑布縫 (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)		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	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)			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	夜間休館						英会話 英語に触れよう							英語 (英語を楽しむ)		輪投げ (松柏会)							
	7月8日			7月9日			7月10日			7月11日			7月12日			7月13日			7月14日				
午前	誕生日会 (松柏会)			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)	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	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)	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)									
	7月15日			7月16日			7月17日			7月18日			7月19日			7月20日			7月21日				
午前	全休館日			セルフマッサージ 協働事業	役員会 (松柏会)	フラダンス (ブーゲンビリア)	輪投げ (寿楽会)			リズム体操 (さざんか会)	舞踊 (むつみ会)		事務連絡会議			カラオケ (白寿会)	三療 サービス			囲碁 (碁遊会)			
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			麻雀 (教室)			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							英語 (英語を楽しむ)						
	7月22日			7月23日			7月24日			7月25日			7月26日			7月27日			7月28日				
午前				社交ダンス (ファミリー)	新舞踊 (千寿会)		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)	輪投げ (白寿会)	手芸 (布で遊ぶ)		写経 (星月会)				
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)	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	夜間休館						英会話 英語に触れよう			フラ教室 協働事業	南京玉すだれ (ゆうゆう娘)			英語 (英語を楽しむ)									
	7月29日			7月30日			7月31日																
午前				フラダンス (レイハイビスカス)			スマホ教室 協働事業			Menu													
午後	仕舞・謡曲 (貞声会)				麻雀 (健康)		合唱 (杉並うたごえの会)																
夜間	夜間休館						英会話 英語に触れよう																

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。

※平成30年6月10日付けで作成しました。その後の変更は天沼館にお問い合わせ下さい。3391-8540

スマホを学ぼう パート2

6月30日に実施した「スマホ教室」ですが、お申し込みが多く、参加できなかった方が大勢いらっしゃったので、参加できなかった方を優先にパート2を実施いたします。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もOK、お電話でお申し込みの時に持っていないとお伝えください。※あまり多い時は二人で二つになります。前回ご出席の方でまた聞きたいという方も、参加者に余裕があれば可能です。普段わからないことや困っている事をメモしておいて下さい！

平成30年7月31日(火) 10:00~12:00 参加費:500円

協働事業開催案内



報告



「こけ玉&盆栽教室」ご報告

5月21日、ガクアジサイとフウチソウを寄せた「こけ玉」を作りました。毎回楽しみに来て下さる方だけでなく、初めて参加された方もいましたが、器用な方が多く、苔を巻くのがとても上手で驚きました。こけ玉は大人の泥遊び。おしゃべりしながら、とても楽しい教室になりました。その後、皆さんの紫陽花は綺麗に咲きましたか？そろそろ花も終わる時期です、遅くとも7月中には剪定して下さい。来年また綺麗な花が見れますように。次回は8月に実施する予定です！ぜひご参加下さい。

報告



ピアノに合わせて歌う会

6月10日(日)、この季節に珍しい台風5号が近付いてきていましたが、大勢の皆さまにご参加いただきました。今回は、簡単な発声練習をしてから歌いました。大きな声を出して歌う機会って日常ではあまりできない事だとあらためて感じました。先生の計らいで、西城秀樹さんを忍んでヤングマンを歌いました。やはり大勢で声をあわせて歌うって素晴らしいですね…。アンケートにご協力いただいた皆さま、ありがとうございます。毎月第2日曜日の13:30から開催しています。どなたでもお気軽にご参加ください。

ゆうゆう天沼館だより

7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。

今年も早いもので半分が過ぎました。今回の表紙の写真はもちろん七夕、天の川を意識した写真ですが、見方によっては冬山に雪が降っているようにも見えませんか？一年が過ぎる速さを感じてしまいますね。しかしまだ7月。これから訪れる夏を楽しみましょう！さて、日本の三大七夕まつりってご存じですか？大体日本の三大〇〇って、実際に計測できるもの(例えば高い山、長い川、広い湖など)は間違いないですが、誰が決めたかわからないものや、誰かのセンスで決めたものはあやふやなものも多く、異論が堪えないようで諸説あると片付けてしましますが、まずは「宮城県 仙台市」の七夕まつり。今年は8月6~8日の三日間で行われます。そして「神奈川県 平塚市」七夕まつり、7月6~8日の三日間です。最後は「愛知県 安城市」七夕まつり、8月3~5日の三日間です。なんと示し合わせたように日程が一日もかぶってないですね。行く気になれば全て行けるように考えたのでしょうか…。ちなみに阿佐谷の七夕まつりは8月3~7日と日本三大七夕まつりを超える5日間の開催です。今年はどこかの七夕まつり行ってみたいはいかがでしょうか。7月は「大暑」と言われ一年で一番暑いと言われる日がある月です。くれぐれも熱中症に気を付けて、早い夏を楽しんでください。

ゆうゆう天沼館 館責任者 安住一成

7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:7月13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:7月18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:7月13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:7月8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:7月1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:7月11日(水)・25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:7月9日(月)・23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:7月14日(土)22日(日)	13:30~15:30	洋室1・2	参加費:400円

保育園との交流会のご案内

皆様にご協力いただき、毎年恒例となりました馬橋保育園との交流会を実施いたします。今回はくじら組(年長さん)が遊びに来てくれます。去年も輪投げで対戦し、ゆうゆう館チームの強さを知っているクラスですが、あれから1年が経ち、どのくらい成長しているか楽しみです。なかなか交流する機会が少ない園児との楽しみましょう！見学だけでも大歓迎です。輪投げ終了後は、素敵なダンスも披露してくれます。くじら組さんのパワーをもらいに、お気軽にお越しください。終了後には茶話会も準備させていただきます。※右の写真は昨年の様子です。

◆7月17日(火) 11:00~12:00



ゆうゆう天沼館

〒167-0032 東京都杉並区天沼2-4-2-9
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