

ゆうゆう天沼館 行事予定表(平成30年8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 | | | |
| | 8月5日 | | | | | | 8月6日 | | | 8月7日 | | | 8月8日 | | | 8月9日 | | | 8月10日 | | | 8月11日 | | |
| 午前 | Memo | | | | | | | | | 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 | | | | | | | | | | 輪投げ (寿楽会) | 麻雀 (健康) | | 麻雀 (教室) | スマホ教室 協働事業 | | 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 | | | | | | | | | | フラ教室 協働事業 | | | | 英語 (英語を楽しむ) | | 輪投げ (松柏会) | | | | | | | | |
| | 8月12日 | | | 8月13日 | | | 8月14日 | | | 8月15日 | | | 8月16日 | | | 8月17日 | | | 8月18日 | | | | | |
| 午前 | 雑布縫 (白寿会) | | | カラオケ (白寿会) | フラダンス (フーゲンビリア) | | 輪投げ (白寿会) | | | 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 | 大人のぬりえ 協働事業 | | | ゲーム (みのり会) | 英会話 (かるがも) | | 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 | | | | | | | 英語 (英語を楽しむ) | | | | | | | | | | |
| | 8月19日 | | | 8月20日 | | | 8月21日 | | | 8月22日 | | | 8月23日 | | | 8月24日 | | | 8月25日 | | | | | |
| 午前 | 盆栽教室 協働事業 | | | 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) | | 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 | | 輪投げ (寿楽会) | 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) | | 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) | | | | | | | | | | |
| | 8月26日 | | | 8月27日 | | | 8月28日 | | | 8月29日 | | | 8月30日 | | | 8月31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 (フーゲンビリア) | 下半期 抽選会 | | | 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 | 全休館日 | | | ゲーム (みのり会) | 麻雀 (健康) | | 輪投げ (松柏会) | 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 | 全休館日 | | | 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) | | | | | | | | | | |
| 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) | | | 輪投げ (寿楽会) | | | | | | | | | | | |
| 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) | | 百人一首 協働事業 | | | 杉並うたごえの会 | | | 麻雀 (健康) | | | | | | | | |
| 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

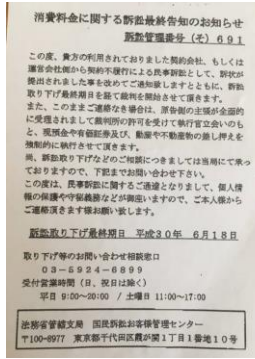
※いずれも部屋への入室時間になります。

※平成30年7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

下半期(平成30年10月～平成31年3月まで) 抽選会のお知らせ
 下半期の抽選会を8月21日10時から行います。団体の代表者の方はご出席下さい。

振り込み詐欺に注意！！

天沼の地域で、左の写真のようなハガキが頻りに届いていると、複数の方からご忠告をいただきました。こうした手紙や電話などは、全て詐欺です。少しでも怪しいと感じたら、迷わず警察にご相談ください。警察に電話しづらい方は、誰かに相談して下さい。どうして良いかわからない時は、気軽にゆうゆう館に持ってきて下さい。



盆栽教室のご案内

8月12日(日)、季節ごとに恒例の協働事業となりました「盆栽教室」を開催いたします。今回使用する植物は、夏が終わり、そこはかとなく寂しい秋の夜長をまるで花火のような花で楽しませてくれる「大文字草」をメインに、紅葉が楽しめる植物など、寄せ植えをします。また夏に伸び切った盆栽等のリペアも受け付けます。以前参加して伸び切ってしまった松や梅などの盆栽も綺麗に整えてはいかがですか？リペアをご希望される方で、違う植物の追加希望などは、ご予約の際にお伝え下さい。

協働事業開催案内



◆8月12日(日) 10:00～12:00 参加費300円(材料費1,800円)

スマホ教室のご報告

6月29日(金)、スマホ教室を開催いたしました。広報すぎなみにも掲載され、50名以上の方から申し込みがあり、3回に分けて開催する事になりました。その第1回目です。24名の方にご参加いただきましたが、講師を務めたのは現役の大学生などスマホに詳しい3名+ドコモショップのiPhoneマスター1名、そこに私が入って5名で行いました。1グループ6名で4つのグループに分け、それぞれ聞きたい事などにお答えいたしました。あっという間に2時間が過ぎました。2回、3回も既に満員で、現在4回目の実施日を検討中です。

報告



ゆうゆう天沼館だより
 8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。

初めに、7月に西日本を襲った豪雨により被害を受けられた方々にご冥福をお祈り申し上げます。さて暑い日が続きますが、いかがお過ごしですか？今年には梅雨明けが早く、記録的な猛暑という予想です。少しでも涼しげな写真をとりたい、風鈴にしてみました。風鈴は金属やガラスなどで作られ日本では一般に涼しげな音と表現されてきました。秋を知らせるスズムシなどの虫の声とも似ていて、冷房のなかった時代に、湿気の多い暑い夏をやり過ごすため、日本人は風鈴の音を聞くことに、涼の風情を感じてきたようです。そして鈴や鐘、太鼓、笛といった音のでる器物は、人間が古くから関わっていて、農作物を荒らす動物除けや、山菜取りなどで山に入る時のクマよけに鈴を付けたり。また仏壇で鈴を鳴らして先祖を拝んだり、除夜の鐘なども、神様や仲間を引き寄せるために使用してきたそうです。しかし最近では風鈴の音色を街中で聞かなくなり、以前ニュースで、風鈴の音で口論になって殺人未遂になったと聞いた事があります。寝苦しい夜に、そよ風にゆられ「チリン チリン」と聞こえてくる音は、涼しげで、風情もあって良いですが、台風のような風の強い日に、まるで目覚ましのように鳴る風鈴は考えものですね。その時の気分や状況、心境によっても聞こえ方は変わってきます。少し寂しくもありますが、近隣の配慮も大切ですね。いくら涼しげな音と言っても実際に涼しくなる訳ではないので、熱中症にはくれぐれもご注意ください。

ゆうゆう天沼館 館責任者 安住一成

協働事業開催案内

百人一首かるた体験

昔、百人一首をやられた事のある方、全く見たこともない方、天沼館では初めての「百人一首かるた」の協働事業を実施いたします。映画「ちはやぶる」という、競技用かるたの映画で一躍有名になった百人一首かるた。天沼小学校では、1年生から少しづつ始めて、6年生で百首全部覚えるという取り組みをされているそうです。元々、子供から大人まで幅広く、性別も問わずできるゲームで、記憶力や瞬発力、読み手の言葉を真剣に聞いている時のドキドキ感など、一度体験したらやみつきになります。今回は天沼小学校の児童も参加できるような時間で設定いたしました。先生は競技用かるたの大会にも出場経験のある先生です。認知症予防にも！ぜひ一緒に楽しい時間を過ごしましょう！皆さまのご参加お待ちしております。

◆8月29日(水) 15:30～17:00 参加費300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

| 8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:8月10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:8月15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:8月10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:8月12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:8月5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:8月1日(水)・22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:8月13日(月)・27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:8月11日(土)26日(日) | 13:30～15:30 | 洋室1・2 参加費:400円 |