

ゆうゆう荻窪東館便り

6月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

今年のゴールデンウィークは天気も良く、ここ数年では、どこの観光地も最大の人出だったようで、リフレッシュできた方も多かったのではないのでしょうか。6月といえば梅雨でうっとうしいイメージですが、植物にとってはとても大切な季節です。成長が早く、眩しい新緑だった葉も本来の色に落ち着いてきます。6月を代表する「アジサイ」はもともとは日本固有の植物でしたが、ドイツの植物学者シーボルトが海外に日本のガクアジサイを紹介し、数々の品種改良を重ね、現在主流の西洋アジサイが逆輸入されたそうです。アジサイは土壌のph（水素イオン濃度指数）が酸性だと青系に、アルカリ性だと赤系に中間だと紫系になると言われていますが、アジサイの花ことばは色ごとに違うらしく、白のアジサイは「寛容」、青のアジサイは「辛抱強い愛情」、赤のアジサイは「強い愛情」、紫のアジサイは「移り気、無常」だそうです。6月は雨の多い季節ですが、綺麗に咲き誇るアジサイを楽しみながら、ゆうゆう荻窪東館に遊びに来てください。

館責任者 安住一成

ゆうゆう荻窪東館からのお願い

- ◆引き続き「三密(密閉、密集、密接)の回避」「人と人との距離の確保」「手洗いなどの手指の衛生確保」「室内のこまめな換気」「共用物品の消毒」等の基本的な感染防止対策の徹底にご協力ください。
- ◆感染防止対策としてマスクの着用は効果的ですが、施設内でのマスクの着用も個人の判断になります。熱中症のリスク等もふまえ、ご本人の意思に反して着脱を強いることのないようお願いいたします。



国際交流サロン

杉並区や区周辺地域にお住いの様々な国から来日されている外国の方をゲストに迎え、日本語で自国の概要について歴史、宗教、言語、民族等、また文化について料理、観光、祭り等の話をさせていただいています。またゲストの日本に来た理由、将来の夢、趣味や日本に来て驚いたこと、自国との習慣の違い、日本の食べ物等の話では参加者の方々からも多くの質問があがり活発な質疑応答となり毎回とても楽しいひとときを過ごしています。お気軽にご参加下さい。

◆令和6年6月29日(土) 10:00~12:00 参加費660円

※毎月第5土曜日に実施

新しい協働事業 ※一度ご見学にいらしてください。

- ★ボイトレ教室……呼吸、発声法、発音などを学び、「聞きやすい声で話す」「活舌が良くなる」などの効果が得られます。
毎月第1・3金曜日 15:00~16:30 1回1,100円
- ★入門！韓国語教室……韓国語に興味がある方必見！ハングル文字が読めるようになる連続講座です。
毎月第1・3金曜日 13:15~14:15 1回1,100円
- ★リラクゼーションヨガ……呼吸にあわせてゆっくりと身体を動かすことで自律神経のバランスを整えます。初心者の方も大歓迎！
毎月第2・4水曜日 10:00~11:30 1回660円

6月 協働事業のご案内

◆入門！韓国語教室 韓国旅行を楽しみたい方、韓流ドラマ好きな方におすすめです！				◆リラクゼーションヨガ 当法人の運営する施設で人気No1の協働事業です！			
日時:7・21日 毎月第1・3金曜	13:15~ 14:15	洋室1・2	参加費:1,100円	日時:12・26日 毎月第2・4水曜	10:00~ 11:30	洋室1	参加費:660円
◆ボイトレニング コロナ禍のマスク生活で動かせなかった口元を動かしませんか。				◆ITサロン(継続協働事業) 講師が5名以上で、個別の疑問にもお答えいたします！			
日時:7・21日 毎月第1・3金曜	15:00~ 16:30	洋室1・2	参加費:1,100円	日時:11・25日 毎月第2・4火曜	10:00~ 12:00	洋室1	参加費:660円
◆学び直そう世界の歴史サロン(継続協働事業) 大人の学びなおしができるサロンです。				◆ウクレレ弾き語りサロン(継続協働事業) ハワイアンから歌謡曲まで。歌だけのご参加も大歓迎！			
日時:18日 毎月第3火曜	13:00~ 15:00	洋室1・2	参加費:660円	日時:2・15日 毎月第1日曜・第3土曜	10:00~ 12:00	洋室1・2	参加費:660円
◆杉並ゆかりの作家を読むサロン(継続協働事業) 荻窪はなぜ文学者が多いのか…答えはこのサロンにあるかも！?				◆国際交流サロン(継続協働事業) 様々な国の方をゲストに招き、文化などの違いを学びます			
日時:18日 毎月第3火曜	10:00~ 12:00	洋室1	参加費:660円	6/29・8/31・11/30 第5土曜	10:00~ 12:00	洋室1・2	参加費:660円



ゆうゆう荻窪東館 行事予定表(令和6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	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室
	6月30日																				6月1日							
午前					Memo								どんまい福祉工房のホームページのご紹介 今後、感染症対策等でゆうゆう館が休館になるなどの対策として、ゆうゆう荻窪東館のホームページを開設しました。 一度覗いてみて下さい。 https://www.donmaikoubo.com/facility 				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せん。				協働事業 企画 ドイツ名作(読む会) アメリカンフォークを歌う(英語ポップス)							
午後																												
夜間	夜間休館																											
	6月2日				6月3日				6月4日				6月5日				6月6日				6月7日				6月8日			
午前	ウクレレ 協働事業				体操 協働事業 (ほゝえみ) 企画				読み聞かせ (りぶりんと) 手話 (あすなろ)				わがまち一番体操 会議 (行政使用) (RISA)				自彊術 会議 (花の会) (荻窪東町会)				フレイル予防 (スマイル)				絵画 ショートボックス (えふで) SB作成			
午後	盆踊り (同好会)				体操 (月曜会)				囲碁 (銀の石) フラダンス (モキハナ)				手芸 (荻窪フレンド) 輪投げ (千歳会) (荻保亭)				落語 (荻保亭) 朗読 勉強会 (朗読散歩)				英語 (ロザリン) 絵手紙 (レモン会) コントラフ フリッジ (杉の樹)				韓国語教室 (協働事業) 吟詠 (荻窪) 中学英語 (学びなおし) 茶道 (茶道サロン)			
夜間	夜間休館																											
	6月9日				6月10日				6月11日				6月12日				6月13日				6月14日				6月15日			
午前	体操 (貯金体操) 役員会 (ゆずの会)				フォークダンス (仲良しクラブ) リズム体操 (タリタの会)				手芸 (いと) ITサロン 協働事業 (つれづれの会)				自彊術 (十文字) 読み聞かせ (りぶりんと) リラクヨガ 協働事業				傾聴 (なごみの会) 自彊術 口腔予防 (花の会) (はのは会)				荻窪ほっとサロン (協働事業) 会長会 (杉いき連)				ウクレレ 協働事業 役員会 (東寿会)			
午後	ブリッジ (アリスの会)				吹き矢 (風クラブ) 協働事業 企画				銀の石 (囲碁) 協働事業 手話ダンス (唄と踊り) 上級英語 (ロザリン) 三療準備				舞踊 (ひまわり会) ストレッチ (やさしい) 三療サービス (行政使用)				朗読 勉強会 (朗読散歩) 荻窪 ソックスの会 (行政使用)				輪投げ (さんざし会) トランプ (杉の樹) (カサブランカ) 麻雀 (カサブランカ)				輪投げ (まどか) 高校英語 (学びなおし) 音合わせ (英語ポップス)			
夜間	夜間休館																											
	6月16日				6月17日				6月18日				6月19日				6月20日				6月21日				6月22日			
午前	全体館日				体操 協働事業 (ほゝえみ) 企画				杉並ゆかりの作家 協働事業 (つれづれの会) 習字				役員会 (協和会) わがまち一番体操 (行政使用) 会議 (RISA)				事務連絡会議 職員研修				フレイル予防 (スマイル)				絵画 ショートボックス (えふで) SB作成			
午後					体操 朗読 (月曜会) (楽しむ会)				銀の石 (囲碁) 世界史 協働事業 (英遊会) (荻窪フレンド)				手芸 輪投げ (千歳会) (荻保亭) 落語 (りぶりんと) 朗読 勉強会 (朗読散歩)								韓国語教室 (協働事業) 中学英語 (学びなおし) 茶道 (茶道サロン)							
夜間									フラダンス (モキハナ)												ポイストレーニング (協働事業) フランス文学 (研究会)							
	6月23日				6月24日				6月25日				6月26日				6月27日				6月28日				6月29日			
午前	ポッチャ (ゆずの会)				フォークダンス (仲良しクラブ) 体操 (ほゝえみ)				手芸 (いと) ITサロン 協働事業 (十文字)				リラクヨガ 協働事業 三療サービス (行政使用)				そろばん (わらじの会) 自彊術 (花の会)				リズム体操 (タリアの会) 国際交流サロン (協働事業)							
午後					輪投げ (さんざし会) 協働事業 企画				銀の石 (囲碁) 協働事業 手話ダンス (唄と踊り) 上級英語 (ロザリン) 職員会議				舞踊 (ひまわり会) ストレッチ (やさしい) 麻雀 (カサブランカ) 朗読 勉強会 (朗読散歩)				音楽療法 (やすらぎ会) コントラフ フリッジ (杉の樹) 手芸 (コスモス)				輪投げ (まどか) フレイル予防 (サポーターの会)							
夜間	夜間休館																											

※令和6年5月10日付けで作成しました。その後の変更は荻窪東館にお問い合わせ下さい。3398-8738