

ゆうゆう荻窪東館便り

10月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

今年は例年に比べ、台風の数はやや少ない傾向だったそうですが、9月に予定していた敬老イベントは台風10号のノロノロ台風の直撃で残念ながら中止となりました。ラニーニャ現象で突然の雷雨や、10月にも台風が発生する可能性があるようです。当館も、中止になった敬老イベントに代わるイベントとして「秋まつり」を企画しておりますが、10月は運動会を行う学校も多いので天気の影響がないことを祈ります。また、このような気候も影響しているのか、「令和の米騒動」が連日ニュースになっております。新米の収穫で品薄状況は解消されましたが、通年より2割強価格が上がっているそうです。ただ私たち消費者が思う値上げ以上に、生産者の値上げせざる得ない状況も理解できるので、せめて豊作の年であって欲しいと願っております。島国である日本は古くから様々な天災を乗り越えて来ました。乗り越えられない苦難はないと信じ、色々な人の立場に立って互いに助け合っていきたいですね。ゆうゆう館の運営でも参考にさせていただきます。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。



ゆうゆう荻窪東館 秋まつりのご案内

9月1日に予定していた敬老イベントが台風のため中止となり、10月27日にゆうゆう荻窪東館、全館を使った秋まつりを実施いたします。

- 1部 10:00~10:30 「フレイル予防について」の講和
10:40~12:15 高齢者団体発表会(4団体)
- 2部 13:00~15:30 高齢者団体発表会(4団体)
協働事業「ウクレレ弾き語りサロン」演奏会・輪投げ大会(景品あり)

※10月27日~11月3日の期間、高齢者団体の作品展示も実施いたします。

◆10月27日(日) 1部:10:00~12:15 2部13:00~15:30

はじめての韓国語教室

10月8日より毎月第2・4火曜日「はじめての韓国語教室」を実施いたします。韓国映画や韓国旅行に行きたいと考えている方、ハングル文字を覚えようとしたけど難しく挫折してしまった方などを対象とした連続講座です。10回の連続講座で簡単なハングル文字の読み書きが出来るようになります。講師は、韓国観光大学、敬仁女子大学で教鞭をとられていたキャリアの女性講師です。

◆毎月第2・4火曜(10/8・22、11/12・26、12/10・24、1/14・28、2/25、3/11・25) 12:30~13:30 参加費:1回1,100円

10月 協働事業のご案内


| | | | | | | | |
|--|-----------------|-------|------------|---|-----------------|-------|----------|
| ◆荻窪ほっとサロン(継続協働事業) 看護師による「はつらつ元気アップ生活」 | | | | ◆学び直そう世界の歴史サロン 世界史の中のパレスチナ その1 | | | |
| 日時:11日 第2金曜 | 10:00~ 11:00 | 洋室1・2 | 協力金:100円 | 日時:15日 毎月第3火曜 | 13:00~ 15:00 | 洋室1・2 | 参加費:660円 |
| ◆ボイストレーニング 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。 | | | | ◆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:4・18日 毎月第1・3金曜 | 15:00~ 16:30 | 洋室1・2 | 参加費:1,100円 | 日時:9・23日 毎月第2・4水曜 | 10:00~ 11:30 | 洋室1 | 参加費:660円 |
| ◆ピアノに合わせて歌おう! 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! | | | | ◆ウクレレ弾き語りサロン 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:4・18日 第1・3日金曜 | 13:30~ 14:30 | 洋室1・2 | 参加費:550円 | 日時:6・19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 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!? | | | | ◆ITサロン 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:15日 毎月第3火曜 | 10:00~ 12:00 | 洋室1 | 参加費:660円 | 日時:8・22日 毎月第2・4火曜 | 10:00~ 12:00 | 洋室1 | 参加費:660円 |

杉並区立 ゆうゆう荻窪東館 (委託団体:NPO法人障害者就労支援センターどんまい福祉工房)
〒167-0051 杉並区荻窪4丁目23番12号 TEL・FAX 03-3398-8738

<https://www.donmaikoubo.com/facility>



ゆうゆう荻窪東館 行事予定表(令和6年10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 | 洋室1 | 洋室2 | 洋室3 | 茶室 | | | | | | | | | | | | | |
| | 10月1日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 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。 一度覗いてみてください。 https://www.donmaikoubo.com/facility  | | | | | | | | 読み聞かせ (りぶりんと) | 手話 (あすなろ) | わがまち一番体操 (行政使用) | 会議 (RISA) | 自彊術 (花の会) | 会議 (荻窪東町会) | | 体操 (荻の会) | | | | 体操 (荻の会) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | | | | | | | フラダンス (モキハナ) | 手芸 (荻窪フレンド) | 輪投げ (千歳会) | 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) | ピアノにあわせて歌う会 (協働事業) | ボイストレーニング (協働事業) | | 吟詠 (荻窪) | | 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) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夜間 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10月6日 | | | | 10月7日 | | | | 10月8日 | | | | 10月9日 | | | | 10月10日 | | | | 10月11日 | | | | 10月12日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | ウクレレサロン 協働事業 | | | | 体操 (ほろえみ) | 協働事業 企画中 | | | ITサロン 協働事業 | 自彊術 (十文字) | 読み聞かせ (絵本を楽しむ) | リラクヨガ 協働事業 | 三療 サービス | | 傾聴 (なごみの会) | 自彊術 (花の会) | 口腔予防 (はのは会) | | | | | | 荻窪ほっとサロン (協働事業) | | 会長会 (杉いき連) | 絵画 (えふで) | シャドーボックス SB作成 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | | | 体操 (月曜会) | | | 囲碁 (銀の石) | 韓国語 協働事業 | 手話ダンス (暁と踊り) | | 舞踊 (ひまわり会) | (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) | | | | | | コントラフフリッジ (杉の樹) | 輪投げ (まどか) | | | 中学英語 (学びなおし) | | 茶道 (茶道サロ) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夜間 | 夜間休館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10月13日 | | | | 10月14日 | | | | 10月15日 | | | | 10月16日 | | | | 10月17日 | | | | 10月18日 | | | | 10月19日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 体操 (貯筋体操) | | ブリッジ (アリスの会) | 役員会 (ゆずの会) | フォークダンス (仲良しクラブ) | 体操 (スマイル) | | 手芸 (いと) | 杉並ゆかり の作家 協働事業 | 習字 (つれづれの会) | | 役員会 (協和会) | わがまち一番体操 (行政使用) | | 事務連絡会議 | | | | | | | | 体操 (荻の会) | | | | ウクレレ 協働事業 | | 役員会 (東寿会) | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | 盆踊り (同好会) | ブリッジ (アリスの会) | | 吹き矢 (風クラブ) | 協働事業 企画中 | | 銀の石 (囲碁) | 世界史 協働事業 | | | 手芸 (荻窪フレンド) | 輪投げ (千歳会) | 落語 (荻保亭) | 読み聞かせ (なごみの会) | 朗読勉強会 (朗読散歩) | 英語 (ロザリン) | | | | | コントラフフリッジ (杉の樹) | ピアノにあわせて歌う会 (協働事業) | | | 高校英語 (学びなおし) | 写真 (みずほ) | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夜間 | 夜間休館 | | | | | | | | 夜間休館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10月20日 | | | | 10月21日 | | | | 10月22日 | | | | 10月23日 | | | | 10月24日 | | | | 10月25日 | | | | 10月26日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | 全休館日 | | | | | | | | 体操 (ほろえみ) | | | ITサロン 協働事業 | 自彊術 (十文字) | | リラクヨガ 協働事業 | 三療 サービス | 会議 (RISA) | そろばん (わらじの会) | 自彊術 (花の会) | | | | | | | | リズム体操 (ダリアの会) | | | 絵画 (えふで) | シャドーボックス SB作成 | ブリッジ (アリスの会) | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | | | | | | | 体操 (月曜会) | 朗読 (楽しむ会) | | 銀の石 (囲碁) | 韓国語 協働事業 | 手話ダンス (暁と踊り) | | 舞踊 (ひまわり会) | (行政使用) | 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) | ストレッチ (岩井会) | | | | | | | | | | 中学英語 (学びなおし) | ブリッジ (アリスの会) | 茶道 (茶道サロ) | | | | | | | | | | | |
| 夜間 | | | | | | | | | | | | | 上級英語 (ロザリン) | | | ストレッチ (やさしい) | | | | | | フレイル予防 (サポーターの会) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 10月27日 | | | | 10月28日 | | | | 10月29日 | | | | 10月30日 | | | | 10月31日 | | | | 11月1日 | | | | 11月2日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午前 | ゆうゆう荻窪東館 秋まつり | | | | フォークダンス (仲良しクラブ) | 体操 (ほろえみ) | | 手芸 (いと) | | | | | | | | | | | | | | | | Memo | | | | 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。 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 | | | | | 輪投げ (さんざし会) | 協働事業 企画中 | | 銀の石 (囲碁) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 夜間 | | | | | 夜間休館 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

※令和6年9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

…協働事業 …行政使用 …休館日