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。

灼熱の夏が終わりようやく涼しくなってまいりました。10月は運動会やハロウィンなどイベントが目白押し。中でもお月見は奈良・平安時代から貴族たちの間で始まった日本の伝統的な文化のひとつです。月見団子を用意して、すすきを飾り、美しい月を愛でるお月見。今年の中秋の名月は10月6日（月）だそうです。すすきの鋭い切り口は魔よけの意味があると言われています。今年は本格的なお月見を楽しんでみてはいかがでしょうか。　　責任者　安住一成

涼み処（クーリングシェルター）設置のご案内

日頃からゆうゆう荻窪東館をご利用いただきありがとうございます。杉並区では熱中症対策として、気候変動適応法に基づくクーリングシェルターとして、公共施設の「涼み処」の運用を下記の期間で実施しております。
当施設におきましては一般和室を「涼み処」として開放しております。給水機も設置されましたが、緊急を要する方の優先利用や、出来るだけ多くの方にご利用いただけるよう、最大1時間程度のご利用お願いいたします。
この期間は一般の方もご利用になる事がありますのでご了承ください。

◆期　間：令和7年4月23日（水）から令和7年10月22日（水）まで

おしゃべり昼食会のご案内

第1回おしゃべり昼食会の様子

10月31日（金）2回目になります「おしゃべり昼食会」を開催いたします。地域にお住いの方々とおしゃべりをしながら、荻窪にある隠れた名店の美味しい料理を食べながら、楽しい時間を過ごしませんか。5店舗以上のお店の味を楽しめます。ご飯、お味噌汁はゆうゆう館で炊きたてをご用意いたします。お気軽にご参加下さい。
お料理の注文の関係で、お申込みは10月24日（金）までとさせていただきます。

日　時：令和7年10月31日（金）11：30～13：00　参加費：1，100円（食事代含む）

こけ玉教室のご報告

９月９日、「こけ玉教室」を開催しました。今回使用した野草は「岩シャジン」をメインに、紅葉がきれいな「ハゼ」、常緑で、日本庭の雰囲気を演出する「玉龍」の3種の寄せこけ玉を作りました。子供の頃に作った泥団子を思い出すように土をよく混ぜ合わせたあと、個々のセンスで仕上げて行きました。最後は自分で作ったこけ玉が一番！と喜んでいただきました。

１０月　協働事業のご案内

◆荻窪ほっとサロン 朗読会				◆学び直そう世界の歴史サロン 沖縄の戦後と現在			
日時：10日 第2金曜	10：00～ 11：00	洋室1・2	協力金：100円	日時：21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 大きく口を開け、お腹から声を出すことでストレス解消に！				◆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：3・17日 毎月第1・3金曜	15：00～ 16：30	洋室1・2	参加費：1，100円	日時：8・22日 毎月第2・4水曜	10：00～ 11：30	洋室1	参加費：880円
◆ピアノに合わせて歌おう！ 季節の歌や懐かしい曲を生の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：3・17日 毎月第1・3金曜	13：30～ 14：30	洋室1・2	参加費：550円	日時：5・18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：21日 毎月第3火曜	10：00～ 12：00	洋室1	参加費：660円	日時：14・28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

令和7年9月10日　発行

ゆうゆう荻窪東館　行事予定表（令和7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
													10月1日				10月2日				10月3日				10月4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。				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								わがまち体操（行政使用）				自彊術（花の会）	会議（荻窪東町会）			体操（荻の会）				体操（雅会）			
午後													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）		コントラクトブリッジ（杉の樹）	ピアノにあわせて歌う会（協働事業）			吟詠（荻窪）		ドイツ名作（読む会）		
																					ボイストレーニング（協働事業）				アメリカンフォークを歌う（英語ポップス）			
夜間																	スペイン語（フェベス）											
	10月5日				10月6日				10月7日				10月8日				10月9日				10月10日				10月11日			
午前	ウクレレサロン 協働事業				体操（ほゝえみ）				読み聞かせ（りぷりんと）			手話（あすなろ）	リラクヨガ 協働事業	三療サービス（行政使用）		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）			
午後	盆踊り（同好会）				輪投げ（さんざし会）			囲碁（銀の石）	フラダンス（モキハナ）			手芸（荻窪フレンド）	舞踊（ひまわり会）		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）	コントラクトブリッジ（杉の樹）			輪投げ（まどか）				中学英語（学びなおし）			茶道（茶道サロン）
													ストレッチ（やさしい）												フランス文学（研究会）			
夜間	夜間休館																											
	10月12日				10月13日				10月14日				10月15日				10月16日				10月17日				10月18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）	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）	わがまち体操（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			ブリッジ（アリスの会）		吹き矢（風クラブ）			銀の石（囲碁）	上級英語（ロザリン）	手話ダンス（唄と踊り）			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）	絵手紙（レモン会）		コントラクトブリッジ（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）			
																					ボイストレーニング（協働事業）				アメリカンフォークを歌う（英語ポップス）			
夜間	夜間休館				夜間休館												スペイン語（フェベス）											
	10月19日				10月20日				10月21日				10月22日				10月23日				10月24日				10月25日			
午前	全休館日				体操（ほゝえみ）				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）	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（ダリアの会）				絵画（えふで）		ブリッジ（アリスの会）	
午後					輪投げ（さんざし会）	朗読（楽しむ会）		銀の石（囲碁）	世界史 協働事業			手芸（荻窪フレンド）	舞踊（ひまわり会）			朗読勉強会（朗読散歩）	音楽療法（やすらぎ会）	コントラクトブリッジ（杉の樹）		手芸（コスモス）	ストレッチ（和の会）				中学英語（学びなおし）		ブリッジ（アリスの会）	茶道（茶道サロン）
									フラダンス（モキハナ）				ストレッチ（やさしい）												フランス文学			
夜間																	フレイル予防（サポーターの会）											
	10月26日				10月27日				10月28日				10月29日				10月30日				10月31日							
午前	ボッチャ（ボッチャの会）				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	自彊術（十文字）											おしゃべり昼食会 協働事業				Menu			
午後	体操（貯筋体操）				輪投げ（さんざし会）			銀の石（囲碁）	上級英語（ロザリン）	手話ダンス（唄と踊り）																		
夜間	夜間休館																											

※令和7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せ下さい。3398－8738

…協働事業　…行政使用　…休館日