

ゆうゆう荻窪東館便り

12月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

12月と言えば…。12月と聞くだけで焦りを感じてしまう人も。なんといっても1年の締めくくりに加えて、大きな行事クリスマスがあったり、忘年会や冬休み、新年に向けて大掃除や年賀状、お節料理の準備など、盛りだくさんなので当然と言えば当然ですね。秋に多かったお祭りは12月にはほとんどありませんが、近年では各地でイルミネーションが華やかでニュースになったりしています。冬の澄んだ空気の影響もあるのか、とても煌びやかに見えて思わず見とれてしまいます。表紙の写真は「ポインセチア」。どうしてクリスマスに飾られるかというと、17世紀にメキシコの宣教師たちがこの植物を「キリストの純潔な血」とみなし、クリスマスの祭りで使用したことがキッカケだそうです。花言葉は「幸運を祈る」だそうです。年末のもう一つのお楽しみ「年末ジャンボ宝くじ」。ポインセチアに願いを込めてみるのも効果的かも知れません。2025年も大変お世話になりました。2026年もよろしくお願いいたします。良いお年をお迎え下さい。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。



令和8年度上半期(令和8年4月1日～9月30日)高齢者団体優先申込抽選会のお知らせ

令和8年度上半期の抽選会を下記の日程で実施いたします。高齢者団体がより活動しやすくなるよう、申込みが出来る施設が拡大されます。そのため、次年度の抽選会から抽選手続きを前倒しで実施いたします。

抽選会日時: 令和7年12月15日(月) 10:00～

高齢者団体の施設利用が使いやすくなります。

高齢者団体優先枠の「空き枠」を、他のゆうゆう館(全26館)やコミュニティふらっと(全8館)を利用できるようになります。申請方法など、わからない点は受付職員までお問い合わせください。

お正月飾りを作ろう！

お正月に飾れるお飾りをご自分で作ってみませんか。材料は全てこちらでご用意いたします。ご自分のセンスで世界に一つだけのお正月飾りをお持ち帰りいただけます。自信のない方も、フラワーアレンジメントの先生が優しくアドバイスをいたします。気軽に手ぶらでご参加下さい。

2026年が良い年になりますよう、今年は買うのではなく作ってみては！お待ちしております！ ※12/1より受付

◆令和7年12月8日(月) 13:30～14:15 参加費:660円(別途材料費1,500円)



12月 協働事業のご案内

◆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！				◆学び直そう世界の歴史サロン 戦後世界史と米国の戦争			
日時:5・19日 毎月第1・3金曜	15:00～ 16:30	洋室1・2	参加費:1,100円	日時:16日 毎月第3火曜	13:00～ 15:00	洋室1・2	参加費:660円
◆荻窪ほっとサロン バイオリンとピアノ演奏				◆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:12日 第2金曜	10:00～ 11:00	洋室1・2	協力金:100円	日時:10・24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:5・19日 毎月第1・3金曜	13:30～ 14:30	洋室1・2	参加費:550円	日時:7・20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:16日 毎月第3火曜	10:00～ 12:00	洋室1	参加費:660円	日時:9・23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7年12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	
	11月30日				12月1日				12月2日				12月3日				12月4日				12月5日				12月6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 ※いづれも部屋への入室時間 になります。				体操 (ほゝえみ)				読み聞かせ (りぶりんと)		手話 (あすなろ)		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 (さんざし会)			囲碁 (銀の石)	フラダンス (モキハナ)	にこにこ (荻窪フレンド)	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)			
夜間																		スペイン語 (フェベス)									アメリカンフォークを歌う (英語ポップス)		
	12月7日				12月8日				12月9日				12月10日				12月11日				12月12日				12月13日				
午前	ウクレレサロン 協働事業				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)	リラクヨガ 協働事業			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)				吹き矢 (風クラブ)	お正月 飾り 協働事業		銀の石 (囲碁)		手話ダンス (唄と踊り)			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 フリッジ (杉の樹)			輪投げ (まどか)				中学英語 (学びなおし)		茶道 (茶道サロン)		
夜間	夜間休館								上級英語 (ロザリン)				ストレッチ (やさしい)												フランス文学 (研究会)				
	12月14日				12月15日				12月16日				12月17日				12月18日				12月19日				12月20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)	R8上半期 抽選会				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)		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)	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)						ピアノにあわせて歌う会 (協働事業)				高校英語 (学びなおし)	PC クラブ アメリカンフォークを歌う (英語ポップス)			
夜間	夜間休館								フラダンス (モキハナ)												ボイストレーニング (協働事業)								
	12月21日				12月22日				12月23日				12月24日				12月25日				12月26日				12月27日				
午前	全休館日				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)			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)			絵画 (えふで)		ブリッジ (アリスの会)			
午後					輪投げ (さんざし会)			銀の石 (囲碁)		手話ダンス (唄と踊り)			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 フリッジ (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)				
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)						フランス文学					
	12月28日				12月29日				12月30日				12月31日																
午前	年末年始休暇																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								
午後																													
夜間																													

