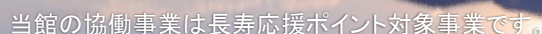


1月号




2026年（令和8年）の幕開けです。今年の干支は「午年（うまどし）」正確には「丙午（ひのえうま）」の年。馬は走りぬく、力強い、勝利を目指すといった良い意味で使われることが多い動物で「勢いとエネルギーに満ちて、活動的になる」年と言われています。その年を占うように話題になるのが「初夢」諸説ありますが、昨今では1月1日から1月2日にかけてみる夢を初夢と呼ぶことが一般的だそうで「一富士二鷹三茄子（一ふじ二たか三なすび）」が縁起の良い夢として有名です。しかしこの続きがあるってご存じでしたか？「四扇五煙草六座頭（四おうぎ五たばこ六ざとう）」と続くそうで、扇は富士山同様で末広がりを意味し、煙草は煙が上にあがっていくことから運氣上昇を表しているそうです。さて問題は6番目の座頭とは…？髪を毛を剃った盲人のことを言うそうで、髪「毛がない」ことから「怪我がない」という語呂合わせだそうです。2026年も皆様にとって良い年になりますように。ゆうゆう荻窪東館でお待ちしております。職員一同

◆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。



ゆうゆう荻窪東館 行事予定表(令和8年1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				
																	1月1日				1月2日				1月3日							
午前	<div>どんまい福祉工房のホームページのご紹介</div> <div>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。 <a href="https://www.donmaikoubo.com/facility">https://www.donmaikoubo.com/facility</a></div> <div></div>								<div>ゆうゆう館の利用時間</div> <div>午前 9:00～12:00 午後 13:00～17:00 夜間 18:00～21:00</div> <div>※いずれも部屋への入室時間になります。</div>				Memo				年始休暇															
午後																																
夜間																																
	1月4日				1月5日				1月6日				1月7日				1月8日				1月9日				1月10日							
午前	年始休暇				体操 (ほゝえみ)				読み聞かせ (りぷりんと)		手話 (あすなろ)		わがまち体操 (行政使用)				自彊術 (花の会)	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					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)	輪投げ (さんざし会)	コントラクトフリッジ (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																									フランス文学 (研究会)							
	1月11日				1月12日				1月13日				1月14日				1月15日				1月16日				1月17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)	リラクヨガ (協働事業)	三療サービス		傾聴 (なごみの会)	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)		手話ダンス (唄と踊り)			舞踊 (ひまわり会)	(行政使用)		荻窪ソックスの会 (行政使用)	英語 (ロザリン)	絵手紙 (レモン会)		コントラクトフリッジ (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)	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				夜間休館				上級英語 (ロザリン)				ストレッチ (やさしい)				スペイン語 (フェベス)															
	1月18日				1月19日				1月20日				1月21日				1月22日				1月23日				1月24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)	わがまち体操 (行政使用)				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)	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)	音楽療法 (やすらぎ会)	コントラクトフリッジ (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									フラダンス (モキハナ)								フレイル予防 (サポーターの会)							フランス文学								
	1月25日				1月26日				1月27日				1月28日				1月29日				1月30日				1月31日							
午前	ポッチャ (ポッチャの会)				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)			リラクヨガ (協働事業)		そろばん (わらじの会)		荻窪東保育園 輪投げ交流会															
午後	体操 (貯筋体操)				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)						ピアノにあわせて歌う会 (協働事業)				国際交流サロン (協働事業)							
夜間	夜間休館								上級英語 (ロザリン)				ストレッチ (やさしい)																			

※令和7年12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