

ゆうゆう荻窪東館便り 4月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

やわらかい日差しに、あちらこちらで花が咲き始め、街に彩りを与えてくれる4月。過去5年に新聞各紙に掲載された回数が多い、4月から連想されるもののランキングで堂々の1位は「新年度」で97,810回掲載されたそうです。2位の「お花見」が31,456回なので、断トツで「新年度」に替わるということを意識されている方が多いようです。3位以降「入学式・入園式」「入社式」「新学期」などが続き、やはり新しいことが始まる月の印象が強いようです。ではなぜ4月なのでしょう。これは江戸時代、年貢（今の税金）が大きくかかっているそうで、秋に収穫したお米を売って得たお金を年貢として納めるにあたり、1月では間に合わなかったため新年度や新学期などが4月はじまりになったと言われています。そしてランキング6位は「花粉症」で7,164回。花粉症で悩んでいる人には意外と少ない？と感じますね。日本人の3人に一人が花粉症と言われているので、花粉症さえなければ一年で一番好きな季節なのに…と思っている人も大勢いらっしゃるのでは。4月の行事で、最近になって日本でも見かけるようになった「イースター」（イエス・キリストの復活を祝ったお祭り）で、イースターエッグ探しやイースターバニーなど、イベントとして盛り上がっています。イースターは日付で決まっているのではなく、今年のイースターは4月20日（日）です。温かくなってきて過ごしやすい季節ですが、花冷えと言われるように急に寒くなる事があるので、軽く羽織れる上着を持ち歩くことお勧めいたします。

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。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7年度実施予定の協働事業のご紹介

- ◆第2回 おしゃべり屋食会…………… 6月実施予定 参加費1,100円 地域の隠れた名店の料理を食べながら楽しくおしゃべり
- ◆ドローンを使ったプログラミング教室…7月実施予定 参加費未定 施設の中で障害物を交わしてドローンを着地させるPGを作ろう
- ◆園芸教室……………7月実施予定 参加費未定 荻窪東館で秋野菜を作ってみよう！
- ◆フードドライヤー試食会……………10月実施予定 参加費未定 上記の出来た新鮮な野菜をフードドライヤーでドライ野菜に！

4月 協働事業のご案内

◆荻窪ほっとサロン オカリナ演奏				◆学び直そう世界の歴史サロン 核兵器・軍縮の世界史			
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 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: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:4・18日 毎月第1・3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7年4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					
									4月1日				4月2日				4月3日				4月4日				4月5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)				自彊術 (花の会)	会議 (荻窪東町会)			体操 (荻の会)				体操 (雅会)								
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)								
夜間																	スペイン語 (フェベス)				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)								
	4月6日				4月7日				4月8日				4月9日				4月10日				4月11日				4月12日								
午前	ウクレレサロン 協働事業				体操 (ほゝえみ)				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 (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)		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)							
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)									
	4月13日				4月14日				4月15日				4月16日				4月17日				4月18日				4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	フレイル予防 (サポーターの会)		ブリッジ (アリスの会)		吹き矢 (風クラブ)			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)	絵手紙 (レモン会)		コントラフブリッジ (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)									
夜間	夜間休館								フラダンス (モキハナ)								スペイン語 (フェベス)				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)								
	4月20日				4月21日				4月22日				4月23日				4月24日				4月25日				4月26日								
午前	全休館日				体操 (ほゝえみ)					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 (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)		朗読 (楽しむ会)		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)	トランプ (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								
	4月27日				4月28日				4月29日				4月30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)									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	体操 (貯筋体操)				輪投げ (さんざし会)			銀の石 (囲碁)																									
夜間	夜間休館								夜間休館																								