

ゆうゆう阿佐谷館だより

2018年1月号

明けましておめでとうございます

本年もどうぞよろしくお祈りします
皆様のご来館を心よりお待ちしております

スタッフ一同

ゆうゆう館は区の高齢者の施設です。高齢者の生きがい充実、地域での活躍の場作り、健康づくりに加え、地域の多様な世代の方の利用や交流を図るため、
どなたでも参加が可能な協働事業を実施しております。

1月の協働事業の予定です

協働事業は
どなたでもご参加いただけます

親子やお孫さん、多世代で楽しめる料理教室や、認知症予防の為に料理やゲーム、身体を使った歌やダンスを学びながらいろいろな方と交流できるさまざまな教室を企画しています。
気軽にイキイキ元気に楽しめる協働事業です。
みなさんのご参加をお待ちしております。

お待ちしております♪

※協働事業では参加者が5名以下の場合中止になることがあります。ご了承ください。

◇英会話入門◇ ～オリンピックに向けておもてなし～

日程 1月17日と31日(水) 10:00~11:30 500円

◇英会話入門プラス◇

日程 1月10日と24日(水) 10:00~11:30 600円

講師は英会話入門及び英会話プラス共に Peter Finan 先生

◇アンチエイジング・ゲーム◇

日程 1月9日(火) 10:00~12:00 500円

当日参加OK

ゲームを通して楽しく遊ぶことで、いつの間にか脳の若返りをはかります

◇日本画教室◇～はじめての一步～

日程 1月13日(土)13:30~15:30 800円

予約受付中!

◇ストレッチ&ダンス◇

日程 1月6日(土)と20日(土)18:00~20:00 500円

当日参加OK

ストレッチとリズムに乗って体を動かします

◇日本の名歌を歌おう◇

日程 1月28日(日) 13:30~16:00 300円

当日参加OK

体を使っての発声法を学び皆で歌います

◇朝の茶話会◇

日程 1月7日(日) 10:00~12:00 300円

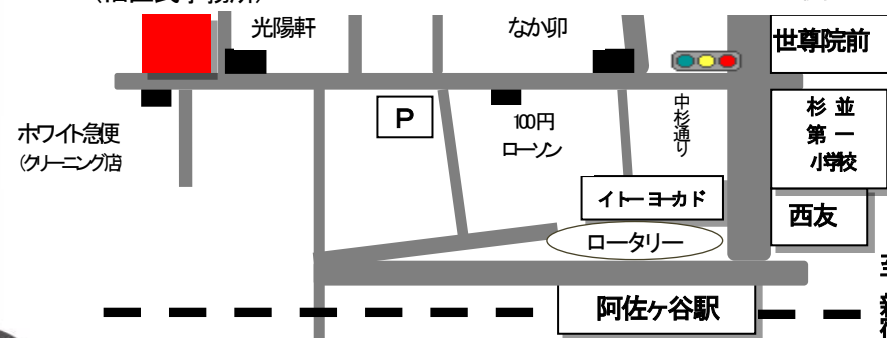
当日参加OK

おしゃべりをしながら皆でゆっくりと朝食をいただきます



杉並区立ゆうゆう阿佐谷館 電話番号: 03-5364-9360

(旧区民事務所) 阿佐谷北2-18-17 JR阿佐ヶ谷駅北口 徒歩5分



運営: NPO法人 介護者サポートネットワークセンター・アラジン

03-5368-1955

