

# ゆうゆう阿佐谷館だより

2018年8月号



ゆうゆう館は高齢者の生きがい充実、地域での活躍の場作り、健康づくりの為に、60歳以上の区民が使用できます。さざんかねっとでは、一般の方もご利用できます。



## 2018年 高齢者団体下期抽選会

8月17日金曜日

会場 杉並区役所本庁中棟6階 第4会議室

受付時間 9時から9時30分まで

8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、認知症予防のための料理やゲーム、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 8月1日(水)と15日(水) 10:00~11:30 500円

キャンセル待ち  
受付中

◇英会話入門プラス◇

日程 8月8日(水)と22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 8月7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◇～はじめの一步～

日程 8月11日(土)13:30~15:30 800円

予約受付中!



◇ストレッチ&ダンス◇

日程 8月4日(土)と18日(土)18:00~20:00 500円

当日参加OK

◇日本の名歌を歌おう◇

日程 8月26日(日) 13:30~16:00 300円

当日参加OK

◇朝の茶話会◇

日程 8月5日(日) 10:00~12:00 300円

当日参加OK

◇ピラティス◇

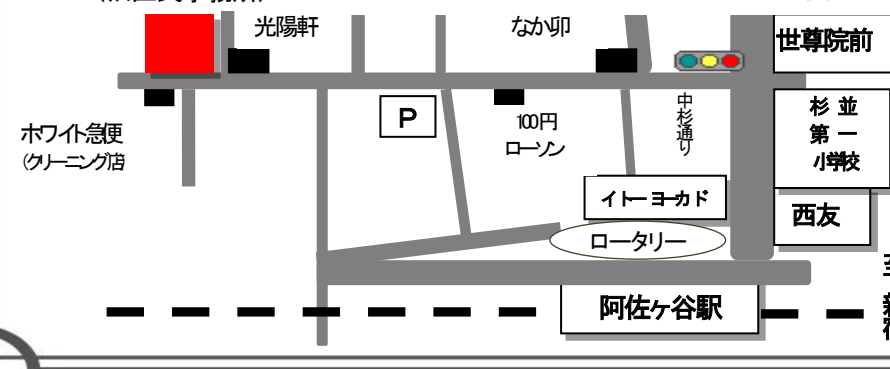
心も身体もリフレッシュ

日時 8月2日(木) 14:00~15:00 500円



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



ゆうゆう阿佐谷館 8月の予定

2018年 8月

7月12日現在

曜日 部屋名 担当 時間帯	協働事業				行政				高齢者				日				月				火				水				木				金				土																																																											
	1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階		1階		2階																																																													
	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目	洋1	洋2	洋3	洋4	和室	的多室目																																																						
日付	1																2																3																4																																															
午前																	英会話 太極拳 サンフラワー																シンブル 大さつき イングリッシュ クラブ																ケイ ルピナス サラン会 PC相談室 さつき会 池田式智能気功																ダンス カトレア SES 紫会 天の会 やよいの会																着付 つちや ぶなの 香山会 忘れな 草の会 百日草 の会															
午後																	杉聴協 サンフラワー																大森ヨガの会 イングリッシュ クラブ																ティス サラン会 PC相談室 さつき会 池田式智能気功																ダンス カトレア SES 紫会 天の会 やよいの会																着付 つちや ぶなの 香山会 忘れな 草の会 百日草 の会															
夜間																																	夜活																自強術																ダンス カトレア SES 紫会 天の会 やよいの会																着付 つちや ぶなの 香山会 忘れな 草の会 百日草 の会															
日付	5				6				7				8				9				10				11																																																																							
午前	朝の 茶話会				みのり 詩舞 道の会 なでしこ ままこ				アンチ ゲーム フリージア アフラ				SOSO NOS 阿佐谷 のぎく				ブラ 英会話 阿佐谷 太極拳 杉聴協 柿ババ シンブル チ				ルピナス 木曜会				ダンス カトレア SES 天の会 クローバー				着付 つちや ぶなの 香山会 忘れな 草の会 百日草 の会																																																																			
午後	もの作りの会 コスモス会				展望クラブ ラムール グループ綾 メヌエット 葉月会 阿佐谷クラブ				フリージア アフラ				基苦道クラブ フリージア アフラ				クラカメの会 ふづき会 大森ヨガの会 おりづるの会				P C相談室 サラン会 プルメリア アムの会				おとめ 阿佐谷 寿連合会 更女 紅花会				日本面教室 阿佐谷 囲碁 愛好会 百日草 の会																																																																			
夜間	閉館								盆楽								新婦人 カンナ 着付				自強術				閉館				閉館																																																																			
日付	12				13				14				15				16				17				18																																																																							
午前					なでしこ 寿楽会 第二 映像 カオン 書を学 ぶ会				楽しく み 池田式 智能気功				SOSO NOS 阿佐谷 のぎく				英会話 阿佐谷 太極拳 杉聴協 メアリー				閉館				カトレア 喜楽会 阿佐谷 ダンス 紫会 天の会 SES				着付 つちや ぶなの 香山会 忘れな 草の会 百日草 の会																																																																			
午後	らくちん 健康 体操				フリージア アフラ				すぎなみ ムーサ				ラムール さつき会 基苦道 クラブ				ソウセツ カ 新婦人 カンナ 着付 杉聴協				ラスト ワルツ の 会 さつき会 サラン会				おとめ 水画 墨東会 アラン				杉並区 俳句 連盟 阿佐谷 囲碁 愛好会 百日草 の会																																																																			
夜間	閉館								舞の会												自強術				舞の会 ダンス カトレア SES 天の会 やよいの会				ダンス カトレア SES 天の会 やよいの会																																																																			
日付	19				20				21				22				23				24				25																																																																							
午前					ままこ 寿楽会 第二 なでしこ 詩舞 同好会				SOSO NOS 阿佐谷 のぎく				ブラ 英会話 阿佐谷 太極拳 杉聴協				ケイ ルピナス むつき 墨東会 レビ アンナ				カトレア イン SES 傾聴 チェリ				香山会 書を学 ぶ会 楽しく の会 百日草 の会																																																																							
午後	休館				展望 クラブ ラムール グループ 綾 押し花 会 みのり 会 寿楽会 役員会				フリージア アフラ				フリージア アフラ				ソウセツ カ 杉聴協 サン フラワー 新婦人 カンナ 着付 おりづる の会				さつき 会 おとめ P C相談 室 池田式 智能 気功				なか 杉友 の会 三 療 介護 者の 前後				寿々 の会 阿佐谷 囲碁 愛好 会 ブルー ファン タ 百日草 の会																																																																			
夜間					育成 安全 パ ロール				盆楽				スタッフ 会議				自強術				舞の会				ダンス カトレア SES 天の会 やよいの会																																																																							
日付	26				27				28				29				30				31																																																																											
午前	健康 体操 らくちん				なでしこ 寿楽会 第二 シア ター				SOSO NOS 阿佐谷 のぎく				阿佐 谷 太極 拳 杉聴協				コス モス ルピ ナス				ダンス カトレア SES 天の会 やよいの会																																																																											
午後	日本の 名歌 を 歌おう				フリー ジア アフラ				メヌ エット 葉月 会 紅花 会 池田 式 智能 気功 阿佐 谷 ク ラブ				ラム ール 基苦 道 ク ラブ 杉並 修 声 会 よひ ら 会 サン フ ラ ワ ー				さつき 会 イン グ リ ッ シュ ブ レ イ ク				自強術																																																																											
夜間	閉館								ヨガ カン ナ				舞の 会																																																																																			

