

# ゆうゆう阿佐谷館だより

2019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

1月の協働事業の予定です

## ◇フランスの家庭料理◇

～コルドンブルーのフレンチ～

日時 1月26日 土曜日 10:00～14:00 参加費 1800円

※エプロン・三角巾・ふきんをご持参ください

満員御礼

## ◇はじめてのキッズ英語◇

1月13日・27日(日) 10時30分～11時15分 1回 500円

お子様にたのしくネイティブ英語にふれていただけます

講師 萩原ロザリン 先生 対象:4歳～小学校低学年まで

予約受付中!

## ◇論語に学ぶ◇

1月の詳細は後日お知らせいたします

ひと時、中国の古典に親しみ物語としての論語を楽しみましょう

講師 西尾謙太郎

予約受付中!

※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9日・23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 1月16日・30日(水) 10:00～11:30 600円

予約受付中!

英会話入門及び英会話プラス共に 講師 Peter Finan 先生

## ◇アンチエイジング・ゲーム◇

日程 1月8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 1月12日(土) 13:30～15:30 800円

予約受付中!

## ◇ピラティス◇

心も身体もリフレッシュ

日時 1月10日(木) 14:00～15:00 500円

予約受付中!

マットの上で行うエクササイズ! 運動が苦手でも身体が硬くても大丈夫!

## ◇日本の名歌を歌おう◇

日程 1月27日(日) 13:30～16:00 300円

当日参加OK

## ◇朝の茶話会◇

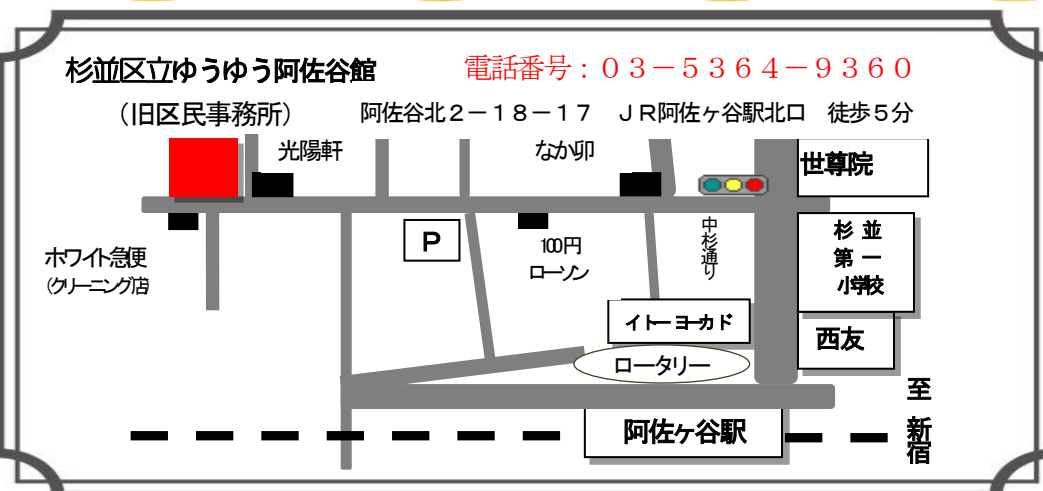
日程 1月6日(日) 10:00～12:00 300円

当日参加OK

## ◇ストレッチ&ダンス◇

日程 1月5日・19日(土)18:00～19:30 500円

当日参加OK



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 1月の予定

2019年 1月

12月9日現在

| 曜日<br>部屋名<br>担当<br>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 | 的多室目 | 和室 | 洋1 | 洋2 | 洋3  | 洋4 | 的多室目 | 和室 | 洋1 | 洋2 | 洋3 | 洋4 | 的多室目 | 和室 | 洋1 | 洋2 | 洋3 | 洋4 | 的多室目 | 和室 | 洋1 | 洋2 | 洋3 | 洋4 | 的多室目 | 和室 | 洋1 | 洋2 | 洋3 | 洋4 | 的多室目 | 和室 |   |  |  |  |
| 日付                     | 2019 |    |    |    |      |    |    |    |     |    |      |    |    |    |    |    | 1    |    |    |    | 2  |    |      |    | 3  |    |    |    | 4    |    |    |    | 5  |    |      |    |   |  |  |  |
| 午前                     | 2019 |    |    |    |      |    |    |    |     |    |      |    |    |    |    |    | 1    |    |    |    | 2  |    |      |    | 3  |    |    |    | 4    |    |    |    | 5  |    |      |    |   |  |  |  |
| 午後                     | 2019 |    |    |    |      |    |    |    |     |    |      |    |    |    |    |    | 1    |    |    |    | 2  |    |      |    | 3  |    |    |    | 4    |    |    |    | 5  |    |      |    |   |  |  |  |
| 夜間                     | 2019 |    |    |    |      |    |    |    |     |    |      |    |    |    |    |    | 1    |    |    |    | 2  |    |      |    | 3  |    |    |    | 4    |    |    |    | 5  |    |      |    |   |  |  |  |
| 日付                     | 6    |    |    |    | 7    |    |    |    | 8   |    |      |    | 9  |    |    |    | 10   |    |    |    | 11 |    |      |    | 12 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午前                     | 6    |    |    |    | 7    |    |    |    | 8   |    |      |    | 9  |    |    |    | 10   |    |    |    | 11 |    |      |    | 12 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午後                     | 6    |    |    |    | 7    |    |    |    | 8   |    |      |    | 9  |    |    |    | 10   |    |    |    | 11 |    |      |    | 12 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 夜間                     | 6    |    |    |    | 7    |    |    |    | 8   |    |      |    | 9  |    |    |    | 10   |    |    |    | 11 |    |      |    | 12 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 日付                     | 13   |    |    |    | 14   |    |    |    | 15  |    |      |    | 16 |    |    |    | 17   |    |    |    | 18 |    |      |    | 19 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午前                     | 13   |    |    |    | 14   |    |    |    | 15  |    |      |    | 16 |    |    |    | 17   |    |    |    | 18 |    |      |    | 19 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午後                     | 13   |    |    |    | 14   |    |    |    | 15  |    |      |    | 16 |    |    |    | 17   |    |    |    | 18 |    |      |    | 19 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 夜間                     | 13   |    |    |    | 14   |    |    |    | 15  |    |      |    | 16 |    |    |    | 17   |    |    |    | 18 |    |      |    | 19 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 日付                     | 20   |    |    |    | 21   |    |    |    | 22  |    |      |    | 23 |    |    |    | 24   |    |    |    | 25 |    |      |    | 26 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午前                     | 20   |    |    |    | 21   |    |    |    | 22  |    |      |    | 23 |    |    |    | 24   |    |    |    | 25 |    |      |    | 26 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午後                     | 20   |    |    |    | 21   |    |    |    | 22  |    |      |    | 23 |    |    |    | 24   |    |    |    | 25 |    |      |    | 26 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 夜間                     | 20   |    |    |    | 21   |    |    |    | 22  |    |      |    | 23 |    |    |    | 24   |    |    |    | 25 |    |      |    | 26 |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 日付                     | 27   |    |    |    | 28   |    |    |    | 29  |    |      |    | 30 |    |    |    | 31   |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午前                     | 27   |    |    |    | 28   |    |    |    | 29  |    |      |    | 30 |    |    |    | 31   |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 午後                     | 27   |    |    |    | 28   |    |    |    | 29  |    |      |    | 30 |    |    |    | 31   |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |
| 夜間                     | 27   |    |    |    | 28   |    |    |    | 29  |    |      |    | 30 |    |    |    | 31   |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |    |    |    |    |      |    |   |  |  |  |

