

ゆうゆう阿佐谷館だより

2019年5月号

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。

5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♪

◇論語に学ぶ◇

日程 5月4日・18日(土)

14:00~16:00 1回 500円

中国の古典が日々の生活・仕事・人間関係などと密接につながっていることを楽しく鑑賞する読書会です

講師 西尾謙太郎

予約受付中!

◇ストレッチ&ダンス◇

日程 5月18日(土) 18:00~19:30 500円

ストレッチ&アイソレーションで体幹を整え鍛えます

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~

キャンセル待ち

日程 5月1日・15日(水) 10:00~11:30 500円

◇英会話入門プラス◇

日程 5月8日・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 講師 Peter Finan

予約受付中!

◇アンチエイジング・ゲーム◇

日程 5月7日(火) 10:00~12:00 500円

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

予約受付中!

◇日本画教室◇~はじめの一步~

日程 5月11日(土) 13:30~15:30 800円

初めての方でも丁寧に教えて頂き楽しめます

予約受付中!

◇日本の名歌を歌おう◇

日程 5月26日(日) 13:30~16:00 300円

体を使っての発声法を学び皆で歌います

当日参加OK

◇朝の茶話会◇

日程 5月5日(日) 10:00~12:00 300円

当日参加OK

◇ピラティス◇ 心と身体もリフレッシュ

キャンセル待ち!

日程 5月2日・16日(木) 14:00~15:00 1回 500円

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!

































































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 5月の予定

2019年 5月

4月14日現在

曜日 部屋名	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				
	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
日付	1																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	2																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	3																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	4																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	5																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	6																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	7																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	8																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	9																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	10																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	11																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	12																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	13																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	14																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	15																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	16																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	17																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	18																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	19																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	20																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	21																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	22																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	23																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	24																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	25																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	26																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	27																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	28																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	29																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	30																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						
日付	31																						
午前																							
午後																							
夜間	閉館																						

