

ゆうゆう桃井だより



3月号 No. 173

2021年2月15日発行

発行：NPO法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう桃井館

発行責任者：樋口蓉子

ゆうゆう桃井館



国の緊急事態宣言発出に伴い、引き続きゆうゆう館は3月7日（日）までの間、利用が制限されます。また、今後の国や都の動向・区の方針により変更になる場合もあります。大変ご不便をおかけしますが、どうぞご協力をお願いいたします。

- * 開館時間は午前9時から午後8時までに短縮します。
- * 午後5時以降、協働事業は中止、団体及び一般利用はできません。
- * ゆうゆう館内での飲食を伴う活動は全面禁止となります。



身体と気持ちを前向きに! コロナ禍でも感染予防に配慮して開催しています



見学も歓迎です

詳しい日程などは裏面をごらんください

- 【書道教室】太字で漢字、細筆で仮名、静かに和やかに“習字のお稽古”しませんか。
- 【絵手紙サロン】移り行く季節の風物や懐かしい行事などを、はがきに描いて記憶と共に残します。
- 【ウクレレ講座】心癒すウクレレの音色で、おなじみのハワイアンやポピュラーソングを御一緒に。
- 【やさしい英会話】中学生レベルのテキストを使って気軽に楽しく“Let's speak English!”
- 【ゆうゆう健康体操】体調に合わせて、無理なく体を動かしましょう。3人の講師が交代で指導します。
- 【ストレッチ+マイム】寒さで縮んでしまったしまった体や関節をストレッチ。肩こりや腰痛の予防、改善にも。

報告 おとこのおしゃべり会

Zoom ミーティング

1月23日の「おとこのおしゃべり会」を初めてリモートで開催しました。メンバー7人がそれぞれのご自宅から、お一人は桃井館に来られて参加。桃井館ではタブレットとプロジェクターを繋ぎ、おしゃべり会の様子を拡大して映写しました。オリンピックのボランティアの話、コロナの状況、前回開催以降の近況報告など話が盛り上がり、3時から4時30分まで開催しました。次回は2月27日（土）、初めての方も歓迎です。



おかげさまで15周年!

ゆうゆう桃井館を受託している「NPO法人おでかけサービス杉並」が創立15周年を迎えました。ゆうゆう桃井館・善福寺館、移動サービス、NEKO（ネコ）の手サポート、けやきの見える家、外出支援相談センターもび〜の各事業を通して「住み慣れたまちで暮らしたい あなたの生活 サポートします」をコンセプトに、たくさんの皆様のご協力に支えられて活動を続けてきました。これからもどうぞよろしく願いいたします。年4回発行している「おでかけだより」の記念号を発行します。どうぞお楽しみに。

参加お申し込み・お問い合わせは **ゆうゆう桃井館へ** 〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

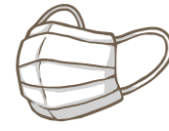
TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）9：00～21：00 （日・祝日）9：00～17：00

3月の一日休館日 3月21日（日） 3月の午前休館日 3月18日（木）



サロンのご案内



- * 今後の動向によっては変更になる場合があります。
- * 館内では、検温・マスク着用・消毒・換気など最新の注意を払って運営しています。
- * 換気を行っておりお部屋の寒暖の差がありますので、各自防寒のご用意をお願いいたします。
- * マスク・飲み物をご持参ください。

サロン名	催日	時間	参加費	
当日OK! ゆうゆう健康体操	2日(火)・9日(火) 16日(火)・23日(火) 30日(火)	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分	300円	
	4日(木)・11日(木) 25日(木)	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分		
	注) 4日(木) 9日(火) は和室で行います			
満員御礼 桃井マージャン教室	2日(火)・9日(火) 16日(火)・23日(火)	午前10時～午後1時	500円	
当日OK! ダーツで遊ぼう	10日(水)・17日(水) 24日(水)・31日(水)	午後5時20分～7時	300円	
満員御礼 マージャンサロン	4日(木)・11日(木) 18日(木)・25日(木)	午後1時～4時	500円	
	やさしい英会話	4日(木)・18日(木)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	500円
当日OK! 囲碁サロン	11日(木)・25日(木)	午前9時～12時	無料	
	シネマサロン 20名様まで要予約	2日(火)	午後2時～	無料
	絵手紙	9日(火)	午後2時～4時	500円 別に教材費40円
当日OK! しなやかな体をつくる ストレッチ+マイム	12日(金)	午前10時～11時	500円	
当日OK! 書道教室	23日(火)	午後2時～4時	500円	
	手芸クラブ	25日(木)	午後1時30分～3時30分	800円 (材料費込み)
	ウクレレ中級講座	26日(金)	午前9時45分～11時	600円
	ウクレレ初級講座	26日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
当日OK! おとこのおしゃべり会	27日(土)	午後4時30分～6時	200円	

お楽しみ料理教室・おたのしみ昼食会・みんしょく・土曜倶楽部 はお休みです

- * 当日OK! 以外のサロンは事前にお申し込みください
- * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(おたのしみ昼食会は高齢者対象です)
- * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です

