

ゆうゆう荻窪東館便り

11月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

10月に気温が30度を越えたのが6年ぶりだったようで、いつまで残暑が続くのかと思っておりましたが、気が付けば夏の暑さが嘘のように肌寒くなってまいりました。この寒暖の差がもたらす素晴らしい光景のひとつが「紅葉」です。もみじやかえでは赤く染まり、イチョウは黄色に染まります。このイチョウの起源は約2億年前、恐竜のいた時代から世界中に分布されていたそうで、生きている化石植物のひとつだそうです。そして、もみじなどは「紅葉（こうよう）」と呼び、黄色に染まるイチョウやポプラなどは「黄葉（おうよう）」と呼ぶそうです。そしてなんととっても食欲の秋。秋は旬を迎える食べ物が多いからという説と、冬に食べ物が少なくなる前に栄養を蓄えておくための本能で食欲が増すという説があります。どちらにしても夏に弱っている胃腸をいたわって食べすぎには注意しましょう。さて当法人が運営していたゆうゆう天沼館が9月末で閉館し、10月1日からコミュニティふらっと本天沼が開館いたしました。ぜひ遊びに来て下さい。 責任者 安住一成

ゆうゆう荻窪東館からのお願い

- ◆引き続き「三密(密閉、密集、密接)の回避」「人と人との距離の確保」「手洗いなどの手指の衛生確保」「室内のこまめな換気」「共用物品の消毒」等の基本的な感染防止対策の徹底にご協力ください。
- ◆感染防止対策としてマスクの着用は効果的ですが、施設内でのマスクの着用も個人の判断になります。熱中症のリスク等もふまえ、ご本人の意思に反して着脱を強いることのないようお願いいたします。



ゆうゆう荻窪東館 秋まつりのご案内

9月1日に予定していた敬老会イベントを下記の日時で開催いたします。どなたでも楽しめるイベントになっております。景品付きのゲームなどもあります(詳細はチラシをご覧ください。) この機会に、ゆうゆう荻窪東館に足をお運びください。

◆10月27日(日) 1部:10:00~12:20 2部13:10~15:30

「ピアノあわせてうたおう」ご報告

10月4日からスタートした「ピアノにあわせてうたおう」。昭和の名曲や唱歌などを合唱する協働事業です。生演奏で歌うため、難しい歌詞や、早口で難しいサビの部分の少しゆっくり歌えるように調整し、歌いやすく演奏します。季節にあった選曲を大勢で揃えて歌っていると学生時代の音楽室を思い出し、温かくなります。1回15曲程度歌う教室です。芸術の秋にぜひご参加下さい。

◆毎月第1・3金曜日 13:30~14:30 参加費:1回550円




11月 協働事業のご案内

◆荻窪ほっとサロン 管理栄養士による「はつらつ元気アップ生活」 日時:8日 10:00~11:00 第2金曜 洋室1・2 協力金:100円	◆学び直そう世界の歴史サロン 世界史の中のパレスチナ その2 日時:19日 13:00~15:00 毎月第3火曜 洋室1・2 参加費:660円
◆ポイストレーニング コロナ禍のマスク生活で動かせなかった口元を動かしませんか。 日時:1・15日 15:00~16:30 毎月第1・3金曜 洋室1・2 参加費:1,100円	◆国際交流サロン 様々な国の方をゲストに招き、文化の違いなどを学びます 日時:11/30 13:30~15:30 第5土曜 洋室1・2 参加費:660円
◆ピアノに合わせて歌おう! 季節の歌や懐かしい曲を生ピアノ演奏に合わせて歌います! 日時:1・15日 13:30~14:30 第1・3金曜 洋室1・2 参加費:550円	◆ウクレレ弾き語りサロン ハワイアンから歌謡曲まで。歌だけのご参加も大歓迎! 日時:3・16日 10:00~12:00 毎月第1日曜・第3土曜 洋室1・2 参加費:660円
◆杉並ゆかりの作家を読むサロン 荻窪はなぜ文学者が多いのか…答えはこのサロンにあるかも! 日時:19日 10:00~12:00 毎月第3火曜 洋室1 参加費:660円	◆ITサロン 講師が5名以上で、個別の疑問にもお答えいたします! 日時:12・26日 10:00~12:00 毎月第2・4火曜 洋室1 参加費:660円



ゆうゆう菰蓬東館 行事予定表(令和6年11月)

日曜日		月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	茶室	洋室1	洋室2	洋室3	
<p>どんまい福祉工房のホームページのご紹介</p> <p>今後、感染症対策等でのゆうゆう館が休館になるなどの対策として、ゆうゆう菰蓬東館のホームページを開設しました。 一度覗いてみて下さい。 https://www.dommaikoubou.com/facility</p> 																			
<p>ゆうゆう館の利用時間</p> <p>午前 9:00～12:00 午後 13:00～17:00 夜間 18:00～21:00</p> <p>※1階にも部屋への入室時間がございます。</p>																			
<p>Memo</p>																			
<p>11月3日</p>																			
<p>11月4日</p>																			
<p>11月5日</p>																			
<p>11月6日</p>																			
<p>11月7日</p>																			
<p>11月8日</p>																			
<p>11月9日</p>																			
<p>11月10日</p>																			
<p>11月11日</p>																			
<p>11月12日</p>																			
<p>11月13日</p>																			
<p>11月14日</p>																			
<p>11月15日</p>																			
<p>11月16日</p>																			
<p>11月17日</p>																			
<p>11月18日</p>																			
<p>11月19日</p>																			
<p>11月20日</p>																			
<p>11月21日</p>																			
<p>11月22日</p>																			
<p>11月23日</p>																			
<p>11月24日</p>																			
<p>11月25日</p>																			
<p>11月26日</p>																			
<p>11月27日</p>																			
<p>11月28日</p>																			
<p>11月29日</p>																			
<p>11月30日</p>																			
<p>夜間</p>																			
<p>午後</p>																			
<p>午前</p>																			

※令和6年10月10日付けで作成しました。その後の変更は菰蓬東館にお問い合わせ下さい。3398-8738