

# ゆうゆう荻窪東館便り 6月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

今年も梅雨の季節がやってきました。この梅雨を代表する生き物に「かたつむり」「カエル」がいます。かたつむりに歯があるのをご存じでしたか？しかもその数10,000本から20,000本もあり、ヤスリ状になっている歯で、殻を維持形成するためにコンクリートから出る炭酸カルシウムを食べているそうです。また田んぼなどで見かけるアマガエル。ヒキガエルと比べるとみどり色の体がかわいらしくて、つい触ってしまう人も。実はアマガエルには毒があり、人の眼や口の粘膜を溶かすくらいの強さがあるそうです。万が一触ってしまった時は、必ず手を洗うようにしましょう。最後に、この季節に必須アイテムな傘ですが、使っているうちに水を弾きにくくなった経験はありませんか？そんな時、ご自宅のドライヤーで温風を当てると復活するそうです。傘はフッ素を使って撥水加工されていますが、使用して行くうちにフッ素の並びが乱れていき、水を弾く力が弱まるそうです。ドライヤーの温風を当てることで元の綺麗な並びに戻り、また水を弾くようになるそうです。ただ布の傘限

## 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。



## 涼み処(クーリングシェルター)設置のご案内

日頃からゆうゆう荻窪東館をご利用いただきありがとうございます。杉並区では熱中症対策として、気候変動適応法に基づくクーリングシェルターとして、公共施設の「涼み処」の運用を下記の期間で実施することになりました。当施設におきましては、一般和室を「涼み処」として開放し、6月からは給水機のご利用もできるようになります。この期間は一般の方もご利用になる事がありますのでよろしくお願いいたします。

◆期 間: 令和7年4月23日(水)から令和7年10月22日(水)まで



## ドローン・プログラミング教室

受付 6/11

空を自由に飛びたいな！そんな子供の頃に見た夢が、ドローンを通して体験できます。着陸→移動→旋回→離陸までの動きを、距離を計測して簡単なプログラミングをつくり、実際に目的地まで移動し、正確性を楽しみます。年齢に関係なく参加でき、最後に自由に操縦する、コントロール体験も。この機会にぜひご参加下さい。

◆令和7年6月24日(火) 13:00~14:45 参加費:660円 定員35名(申込順)



## 6月 協働事業のご案内

|                                                 |                 |       |            |                                           |                 |       |          |
|-------------------------------------------------|-----------------|-------|------------|-------------------------------------------|-----------------|-------|----------|
| ◆荻窪ほっとサロン<br>フラダンス・手話ダンス                        |                 |       |            | ◆学び直そう世界の歴史サロン<br>建国から現在に至る米国史の流れ         |                 |       |          |
| 日時:13日<br>第2金曜                                  | 10:00~<br>11:00 | 洋室1・2 | 協力金:100円   | 日時:17日<br>毎月第3火曜                          | 13:00~<br>15:00 | 洋室1・2 | 参加費:660円 |
| ◆ボイストレーニング<br>大きく口を開け、お腹から声を出すことでストレス解消に！       |                 |       |            | ◆リラクゼーションヨガ<br>当法人の運営する施設で人気No1の協働事業です！   |                 |       |          |
| 日時:6・20日<br>毎月第1・3金曜                            | 15:00~<br>16:30 | 洋室1・2 | 参加費:1,100円 | 日時:11・25日<br>毎月第2・4水曜                     | 10:00~<br>11:30 | 洋室1   | 参加費:880円 |
| ◆ピアノに合わせて歌おう！<br>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！    |                 |       |            | ◆ウクレレ弾き語りサロン<br>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:6・20日<br>毎月第1・3金曜                            | 13:30~<br>14:30 | 洋室1・2 | 参加費:550円   | 日時:1・21日<br>毎月第1日曜・第3土曜                   | 10:00~<br>12:00 | 洋室1・2 | 参加費:660円 |
| ◆杉並ゆかりの作家を読むサロン<br>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！ |                 |       |            | ◆ITサロン<br>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:17日<br>毎月第3火曜                                | 10:00~<br>12:00 | 洋室1   | 参加費:660円   | 日時:10・24日<br>毎月第2・4火曜                     | 10:00~<br>12:00 | 洋室1   | 参加費:660円 |



ゆうゆう荻窪東館 行事予定表(令和7年6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                 | 茶室                   | 洋室1                 | 洋室2                  | 洋室3                 | 茶室                   | 洋室1                 | 洋室2                  | 洋室3 | 茶室 |
| 6月1日  |                   |                |               | 6月2日             |               |                |              | 6月3日             |                    |              |                 | 6月4日               |                    |                 |                     | 6月5日                |                      |                     |                      | 6月6日                |                      |                     |                      | 6月7日                |                      |     |    |
| 午前    | ウクレレサロン<br>(協働事業) |                |               | 体操<br>(ほへみ)      |               |                |              | 読み聞かせ<br>(りぶりんと) |                    |              | 手話<br>(あすなろ)    | わがまち一番体操<br>(行政使用) |                    |                 | 自彊術<br>(花の会)        | 会議<br>(花の会)         |                      | 体操<br>(荻の会)         |                      |                     | 体操<br>(荻の会)          | 体操<br>(雅会)          | ピアノ名作<br>(読む会)       |                     |                      |     |    |
| 午後    | 盆踊り<br>(同好会)      |                |               | 輪投げ<br>(ほへみ)     |               |                |              | フラダンス<br>(モキハナ)  |                    |              | 手芸<br>(荻窪ワグ)    | 輪投げ<br>(千歳会)       | 落語<br>(荻保孝)        |                 | 朗読<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 英語<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 絵手紙<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 英語<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 絵手紙<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 英語<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 絵手紙<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 英語<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 絵手紙<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 英語<br>勉強会<br>(朗読散歩) | 絵手紙<br>勉強会<br>(朗読散歩) |     |    |
| 夜間    | 夜間休館              |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 6月8日  |                   |                |               | 6月9日             |               |                |              | 6月10日            |                    |              |                 | 6月11日              |                    |                 |                     | 6月12日               |                      |                     |                      | 6月13日               |                      |                     |                      | 6月14日               |                      |     |    |
| 午前    | 体操<br>(荻窪ワグ)      | フリッジ<br>(ワグの会) | 役員会<br>(ゆずの会) | フリッジ<br>(ワグの会)   | 役員会<br>(ゆずの会) | ITサロン<br>(十文字) | 自彊術<br>(十文字) | 読み聞かせ<br>(あすなろ)  | ITサロン<br>(十文字)     | 自彊術<br>(十文字) | 読み聞かせ<br>(あすなろ) | ITサロン<br>(十文字)     | 自彊術<br>(十文字)       | 読み聞かせ<br>(あすなろ) | ITサロン<br>(十文字)      | 自彊術<br>(十文字)        | 読み聞かせ<br>(あすなろ)      | ITサロン<br>(十文字)      | 自彊術<br>(十文字)         | 読み聞かせ<br>(あすなろ)     | ITサロン<br>(十文字)       | 自彊術<br>(十文字)        | 読み聞かせ<br>(あすなろ)      | ITサロン<br>(十文字)      | 自彊術<br>(十文字)         |     |    |
| 午後    | フリッジ<br>(ワグの会)    | フリッジ<br>(ワグの会) | 吹き矢<br>(風ワグ)  |                  |               | 手話<br>(いし)     | 銀の石<br>(困基)  |                  | 手話<br>(いし)         | 銀の石<br>(困基)  |                 | 手話<br>(いし)         | 銀の石<br>(困基)        |                 | 手話<br>(いし)          | 銀の石<br>(困基)         |                      | 手話<br>(いし)          | 銀の石<br>(困基)          |                     | 手話<br>(いし)           | 銀の石<br>(困基)         |                      | 手話<br>(いし)          | 銀の石<br>(困基)          |     |    |
| 夜間    | 夜間休館              |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 6月15日 |                   |                |               | 6月16日            |               |                |              | 6月17日            |                    |              |                 | 6月18日              |                    |                 |                     | 6月19日               |                      |                     |                      | 6月20日               |                      |                     |                      | 6月21日               |                      |     |    |
| 午前    |                   |                |               | 体操<br>(ほへみ)      |               |                |              | 役員会<br>(協和会)     | わがまち一番体操<br>(行政使用) |              |                 | 役員会<br>(協和会)       | わがまち一番体操<br>(行政使用) |                 |                     | 役員会<br>(協和会)        | わがまち一番体操<br>(行政使用)   |                     |                      | 役員会<br>(協和会)        | わがまち一番体操<br>(行政使用)   |                     |                      | 役員会<br>(協和会)        |                      |     |    |
| 午後    |                   |                |               | 輪投げ<br>(ほへみ)     |               |                |              | 手芸<br>(荻窪ワグ)     | 輪投げ<br>(千歳会)       |              |                 | 手芸<br>(荻窪ワグ)       | 輪投げ<br>(千歳会)       |                 |                     | 手芸<br>(荻窪ワグ)        | 輪投げ<br>(千歳会)         |                     |                      | 手芸<br>(荻窪ワグ)        | 輪投げ<br>(千歳会)         |                     |                      | 手芸<br>(荻窪ワグ)        |                      |     |    |
| 夜間    | 夜間休館              |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 6月22日 |                   |                |               | 6月23日            |               |                |              | 6月24日            |                    |              |                 | 6月25日              |                    |                 |                     | 6月26日               |                      |                     |                      | 6月27日               |                      |                     |                      | 6月28日               |                      |     |    |
| 午前    | ボッチャ<br>(ボッチャの会)  |                |               | ボッチャ<br>(ボッチャの会) |               |                |              | ITサロン<br>(十文字)   | 自彊術<br>(十文字)       |              |                 | ITサロン<br>(十文字)     | 自彊術<br>(十文字)       |                 |                     | ITサロン<br>(十文字)      | 自彊術<br>(十文字)         |                     |                      | ITサロン<br>(十文字)      | 自彊術<br>(十文字)         |                     |                      | ITサロン<br>(十文字)      |                      |     |    |
| 午後    | 体操<br>(荻窪ワグ)      |                |               | 体操<br>(ほへみ)      |               |                |              | 手芸<br>(いし)       | 銀の石<br>(困基)        |              |                 | 手芸<br>(いし)         | 銀の石<br>(困基)        |                 |                     | 手芸<br>(いし)          | 銀の石<br>(困基)          |                     |                      | 手芸<br>(いし)          | 銀の石<br>(困基)          |                     |                      | 手芸<br>(いし)          |                      |     |    |
| 夜間    | 夜間休館              |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 6月29日 |                   |                |               | 6月30日            |               |                |              | 6月31日            |                    |              |                 | 7月1日               |                    |                 |                     | 7月2日                |                      |                     |                      | 7月3日                |                      |                     |                      | 7月4日                |                      |     |    |
| 午前    |                   |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 午後    |                   |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |
| 夜間    | 夜間休館              |                |               |                  |               |                |              |                  |                    |              |                 |                    |                    |                 |                     |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |                     |                      |     |    |

どうも！福祉工房のホームページご紹介

今後、感染症対策等でゆうゆう館が休館になるなどの対策として、ゆうゆう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.donnaikoubou.com/facility>



ゆうゆう館の利用時間  
午前 9:00~12:00  
午後 13:00~17:00  
夜間 18:00~21:00  
※いづれも部屋への入室時間  
に合わせます。

Menu

※令和7年5月10日付けで作成しました。その後の変更は荻窪東館にお問い合わせ下さい。3398-8738

…協働事業

…行政使用

…休館日

どんまい福祉工房のホームページのご紹介

今後、感染症対策等でゆうゆう館が休館になるなどの対策として、ゆうゆう荻窪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.donmaikoubou.com/facility>



ゆうゆう館の利用時間

午前 9:00~12:00  
午後 13:00~17:00  
夜間 18:00~21:00  
※いづれも部屋への入室時間  
に な り ま す。

Menu