

ゆうゆう荻窪東館便り

12月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

12月と言えば…。12月と聞くだけで焦りを感じてしまう人も。なんといっても1年の締めくくりに加えて、大きな行事クリスマスがあったり、忘年会や冬休み、新年に向けて大掃除や年賀状、お節料理の準備など、盛りだくさんなので当然と言えば当然ですね。秋に多かったお祭りは12月にはほとんどありませんが、近年では各地でイルミネーションが華やかでニュースになったりしています。冬の澄んだ空気の影響もあるのか、とても煌びやかに見えて思わず見とれてしまいます。表紙の写真は「ポインセチア」。どうしてクリスマスに飾られるかというと、17世紀にメキシコの宣教師たちがこの植物を「キリストの純潔な血」とみなし、クリスマスの祭りで使用したことがキッカケだそうです。花言葉は「幸運を祈る」だそうです。年末のもう一つのお楽しみ「年末ジャンボ宝くじ」。ポインセチアに願いを込めてみるのも効果的かも知れません。2025年も大変お世話になりました。2026年もよろしくお願いいたします。良いお年をお迎え下さい。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。



令和8年度上半期(令和8年4月1日～9月30日)高齢者団体優先申込抽選会のお知らせ

令和8年度上半期の抽選会を下記の日程で実施いたします。高齢者団体がより活動しやすくなるよう、申込みが出来る施設が拡大されます。そのため、次年度の抽選会から抽選手続きを前倒しで実施いたします。

抽選会日時:令和7年12月15日(月)10:00～

高齢者団体の施設利用が使いやすくなります。

高齢者団体優先枠の「空き枠」を、他のゆうゆう館(全26館)やコミュニティふらっと(全8館)を利用できるようになります。申請方法など、わからない点は受付職員までお問い合わせください。

お正月飾りを作ろう！

お正月に飾れるお飾りをご自分で作ってみませんか。材料は全てこちらでご用意いたします。ご自分のセンスで世界に一つだけのお正月飾りをお持ち帰りいただけます。自信のない方も、フラワーアレンジメントの先生が優しくアドバイスをいたします。気軽に手ぶらでご参加下さい。

2026年が良い年になりますよう、今年は買うのではなく作ってみては！お待ちしております！ ※12/1より受付

◆令和7年12月8日(月) 13:30～14:15 参加費:660円(別途材料費1,500円)



12月 協働事業のご案内

◆ボイストレーニング 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！ 日時:5・19日 15:00～ 洋室1・2 参加費:1,100円 毎月第1・3金曜 16:30	◆学び直そう世界の歴史サロン 戦後世界史と米国の戦争 日時:16日 13:00～ 洋室1・2 参加費:660円 毎月第3火曜 15:00
◆荻窪ほっとサロン バイオリンとピアノ演奏 日時:12日 10:00～ 洋室1・2 協力金:100円 第2金曜 11:00	◆リラクゼーションヨガ 当法人の運営する施設で人気No1の協働事業です！ 日時:10・24日 10:00～ 洋室1 参加費:880円 毎月第2・4水曜 11:30
◆ピアノに合わせて歌おう！ 季節の歌や懐かしい曲を生のピアノ演奏に合わせて歌います！ 日時:5・19日 13:30～ 洋室1・2 参加費:550円 毎月第1・3金曜 14:30	◆ウクレレ弾き語りサロン ハワイアンから歌謡曲まで。歌だけのご参加也大歓迎！ 日時:7・20日 10:00～ 洋室1・2 参加費:660円 毎月第1日曜・第3土曜 12:00
◆杉並ゆかりの作家を読むサロン 荻窪はなぜ文豪が多いのか…答えはこのサロンにあるかも！？ 日時:16日 10:00～ 洋室1 参加費:660円 毎月第3火曜 12:00	◆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:9・23日 10:00～ 洋室1 参加費:660円 毎月第2・4火曜 12:00



ゆうゆう萩蓬東館 行事予定表(令和7年12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
11月30日			12月1日			12月2日			12月3日			12月4日			12月5日			12月6日					
午前	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 にないです。		体操 (ほへえみ)			読み聞かせ (りぶりんと)		手話 (あすなろ)	わがまち体操 (行政使用)		自彙術 (花の会)	会議 (萩蓬東館会)		体操 (萩の会)		吟詠 (雅会)	トイッ名作 (読む会)						
午後			輪投げ (はんざい会)			フラダンス (モキハナ)	にこにこ	手芸 (萩蓬カルフ)	輪投げ (萩蓬東)		英語 (ロザリン)	絵手紙 (レモン会)	コトワケ フラッグ	ホイスレーニン (協働事業)		輪投げ (萩蓬)	フリカッポーラを歌う (英語ボッナス)						
夜間											スベイン語 (フェベス)												
12月7日			12月8日			12月9日			12月10日			12月11日			12月12日			12月13日					
午前	ウクレレサロン 協働事業		体操 (仲良しウラ)		手芸 (いい)	ITサロン 自彙術 (十文字)	読み聞かせ (ほへえみ)	リラクソガ サードス	傾聴 (花の会)	自彙術 口腔予防 (はのは会)	萩蓬ほっとサロン (協働事業)	会長会 (いいき)	絵画 (えふで)		中学英語 (学びなおし)	茶道 (茶道90)							
午後	盆踊り (同好会)		吹矢 (風ウラ)	お正月 飾り	銀の石 (囲碁)	手話ダンス (囀と踊り)	舞踊 (ひまわり会)	舞踊 ストレッチ (やさい)	朗読 勉強会 (行政使用)	萩蓬 ウラハの会 (行政使用)	輪投げ (杉の樹)	コトワケ フラッグ	輪投げ (まどか)										
夜間	夜間休館			NEW !																			
12月14日			12月15日			12月16日			12月17日			12月18日			12月19日			12月20日					
午前	体操 (萩蓬体操)	フリッジ (アリスの会)	R8上半期 抽選会		銀の石 (囲碁)	世界史 協働事業	習字 (つれづれの会)	役員会 (協和会)	わがまち体操 (行政使用)		事務連絡会議		体操 (萩の会)	高校英語 (学びなおし)	PC PCウラ フリカッポーラを歌う (英語ボッナス)	役員会 (東寿会)							
午後	フリッジ (アリスの会)	輪投げ (はんざい会)	朗読 (美しむ会)				手芸 (萩蓬カルフ)	輪投げ (千歳会)	落語 (萩蓬東)	読み聞かせ (なごみの会)													
夜間	夜間休館																						
12月21日			12月22日			12月23日			12月24日			12月25日			12月26日			12月27日					
午前			ウラウラ (仲良しウラ)	体操 (ほへえみ)	手芸 (いい)	ITサロン 自彙術 (十文字)	リラクソガ サードス	そらばん (わらしの会)	自彙術 (花の会)	絵画 (えふで)	フリッジ (アリスの会)		リズム体操 (ウラウラの会)										
午後	全休館日		輪投げ (はんざい会)		銀の石 (囲碁)	手話ダンス (囀と踊り)	舞踊 ストレッチ (ロザリン)	朗読 勉強会 (萩蓬東)	音楽療法 コトワケ (杉の樹)	手芸 (和の会)	ストレッチ (和の会)												
夜間																							
12月28日			12月29日			12月30日			12月31日			Memo			年末年始休暇								
午前																							
午後																							
夜間																							

どうも！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、ゆうゆう福祉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.dormaikoubou.com/facility>



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、ゆうゆう萩蓬東館のホームページを開設しました。

一度覗いてみてください
<https://www.donmaikoubou.com/facility>



…協働事業

…行政使用

…休館日