

ゆうゆう荻窪東館便り

3月号



当館の協働事業は長寿応援ポイント対象事業です。

少しずつ気温が上がり、日差しの中に春の息吹を感じられる季節となりました。ひな祭りやお花見、卒業式などおめでたい行事も多く、新たなスタートを感じさせる月でもあります。表紙の写真のように、菜の花や桜が咲き誇る穏やかなイメージの春ですが、実は春と秋は天気が変わりやすく、「春一番」と呼ばれる強い風が吹くこともあります。春一番には明確な気象条件があり、立春（2月4日ごろ）から春分（3月20日ごろ）までの期間に、日本海に低気圧があり、各地で初めて南よりの強い風が吹いて気温が上昇することが条件とされています。春分を過ぎてから吹いた風は春一番とは呼ばれず、単なる強風とされるそうです。いずれにしても強い風は花粉の飛散を広げやすいため、花粉症などアレルギーのある方は体調管理に十分ご注意ください。季節の変わり目、日々の体調の変化に気を配りながら、春を元気に迎えていきたいですね。 職員一同

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。



「保育園との交流会」のご報告

1月29日にお隣の荻窪東保育園の園児がゆうゆう館に遊びに来ました。初めて来た児童がほとんどで、「こうなっていたんだー」と興味津々の中、協働事業「ウクレレサロン」の皆さまの演奏で、手話ダンスと一緒に踊ったり、ゆずの会の皆さまのご協力、輪投げの体験をしました。最後は園児による「歌」を披露していただき、おかげさまで大盛況な交流会となりました。ありがとうございました。



4月からの協働事業「いろえんぴつ絵画教室」のご案内

4月から毎月第2・4日曜日の午後「いろえんぴつ絵画教室」を開催いたします。講師は長年コミュニティふらっとで講師をつとめていらっしゃる松里護先生です。下絵に色鉛筆で色を重ねて行き、写実的な作品に仕上げて行きます。

- ◆ 4月12日(日)から毎月第2・4日曜日 14:00~16:00 ※右は先生の作品
- 参加費:880円(別途材料費300円) 定員10名



3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:6:20日 15:00~ 今月は第1・3金曜 16:30 洋室1・2 参加費:1,100円	◆学び直そう世界の歴史サロン 北朝鮮の核開発の歴史と現在 日時:17日 13:00~ 毎月第3火曜 15:00 洋室1・2 参加費:660円
◆荻窪ほっとサロン ギターと歌と体操 日時:13日 10:00~ 第2金曜 11:00 洋室1・2 協力金:100円	◆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:11・25日 10:00~ 毎月第2・4水曜 11:30 洋室1 参加費:880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:6:20日 13:30~ 今月は第1・3金曜 14:30 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:1・21日 10:00~ 毎月第1日曜・第3土曜 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 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:17日 10:00~ 毎月第3火曜 12:00 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:10・24日 10:00~ 毎月第2・4火曜 12:00 洋室1 参加費:660円



