



10月号

ゆうゆう広場 だより

★杉並区協働事業

協働事業は年齢不問です。
どなたでもご参加下さい。
・長寿応援ポイント有り

協働事業の対応について

いつもコロナ感染予防対策へのご理解、ご協力、ありがとうございます。
引き続き10月も、どうぞよろしくお願い致します。



感染の状況によっては、変更、中止の可能性もあります。

『※予約不要』(裏面) の場合でも事前に広場へお問い合わせ下さい。

- ・発熱、咳、強い倦怠感など、風邪症状がある方は、利用をお控え下さい。
- ・館内でのマスク着用、入館時の消毒液での手指の消毒をお願いします。
- ・部屋利用時には適宜窓を開放し、換気を行ってください。冷暖房時でもお願いします。

■運営に関して

- ・団体活動、協働事業前後に机、椅子の消毒を行います。その他適宜消毒。
- ・受付にて検温を行います。発熱のある方は、入館をお断りすることがあります。
- ・密集を避けるため、利用人数が各部屋定員の概ね1/2以下になります。
1/2を超過しますと、ご参加頂けない場合もあります。

※詳しい説明は、別チラシ【ゆうゆう館を利用される皆様へ】をご覧ください。

■エクセルの基礎★

～表・グラフ作成、印刷の基本操作～

※パソコンのご持参も歓迎します

10月14日(水) 21日(水) 28日(水)

時間 13:30～15:30

受講料 4,500円 (3日分合計)

別途教材費 500円

パソコン講座

要予約

Windows10・8.1/Word2016・2013を使用

【ゆうゆう広場へのアクセス】

◆JR阿佐ヶ谷駅から関東バス

中村橋駅行き【白鷺1丁目】下車 徒歩6分

石神井公園行き 下井草駅行き【大鳥前】下車 徒歩5分 杉並区立東原中学校

◆JR荻窪駅から関東バス

中村橋駅行き 練馬駅行き

【白鷺1丁目】下車 徒歩6分

下井草駅行き【下井草1丁目】下車 徒歩6分

◆西武新宿線 鷺ノ宮駅から徒歩13分

運営：特定非営利活動法人わくわくネット

〒167-0022 杉並区下井草1-28-5

杉並区立東原中学校 東門入る ゆうゆう広場

電話 03-6913-5270 <http://npo-wakuwaku.net/>

<http://yuyuhiroba.livedoor.blog/>



WW.net

■パソコンルーム

※予約不要

10月7日(水) 14日(水) 21日(水)
 28日(水) 10:00~12:00



10月3日(土) 17日(土) 13:30~15:30
 困りごとの個別対応相談会。

参加費：1,000円

密集を避けるため、各部屋の利用定員が概ね半数になっています。半数を超えますと、事業にご参加頂けない場合もあります。どうぞご了承ください。

パソコン講座

要予約

■エクセルの基礎

--表・グラフ作成、印刷の基本操作--

10月14日(水) 21日(水) 28日(水)
 13:30~15:30

初めての方、復習をしたい方もぜひ。

参加費：4,500円(3日分計)
 +テキスト代500円

■パソコン・ミニサロン

要予約

--お絵描き、他--



10月17日(土) 14:00~16:00

『パソコンでお絵描き』がリニューアル。
 和気あいあいと作品作り。

参加費：1,300円 別途テキスト代200円~

■ウォーキングのすすめ

※予約不要

10月10日(土) 10:00~12:00



楽しみや習慣化効用の事例と、
 ミニウォーキング(2~5km)。雨天中止。

参加費：無料

■iPad & スマホルーム

当面の間中止します。

※①と②は完全入替制。

毎月第4水曜日

① 13:00~14:00
 ② 14:15~15:15

毎月第3水曜日

① 9:45~10:45
 ② 11:00~12:00

困りごとの個別対応相談会。体験もOK!
 ※アンドロイドタブレットも、ご質問内容により対応可能です。

定員：各2名 参加費：各1,000円



■健康体操

※予約不要

10月3日(土) 17日(土)
 10:00~12:00



玄米ダンベルなどを使った体操や、
 ストレッチ。

参加費：200円

■ウクレレ

※予約不要

初級 10月7日(水) 21日(水)
 16:00~17:30



中級 10月14日(水) 28日(水)
 (満員) 16:00~17:30

ハワイアンや懐かしの名曲を練習。

参加費：各1,200円

■英会話(初級)

※予約不要

10月7日(水) 21日(水)
 13:30~15:30

アメリカ人先生を囲んで 楽しく英会話。

見学歓迎!(無料) 参加費：1,100円

■夕どきサロン

要予約



10月は中止です。

毎月第2土曜日 17:00~18:30

特製弁当を頂きながら 楽しく和みましょう。

参加費：1,000円

■名画座

※予約不要

10月10日(土)

13:30~15:15(終了時間は作品により変更有)

邦画または洋画の1作品上映。

間に10分の休憩有。

参加費：無料