



敬老発表会のご案内

日時 9月30日(水) 13:00～16:50

日頃、ゆうゆう上荻窪館で活動されている地域の皆様の発表会と作品展を行います。歌って、笑って、カラダを動かして楽しみましょう。

どなたでも参加できます。是非お越しください。参加費：無料

お楽しみ特別企画：吉本芸人の高齢者漫談 16:05～16:50

吉本興業兼こころの杖所属
中村ひでゆきさん登場！



◆団体・協働事業の発表

上荻シルバーズ・童謡
カイマナヒラ ・ウクレレ
上荻シルバーズ・気功体操
上荻シルバーズ・カラオケ
さざんか劇団 ・人形紹介
バレエストレッチ
楽しいシャンソン講座
上荻コーラス倶楽部



◆生活に役立つ防災講座

荻窪消防署・防災課のお話し
防災食のお土産あります

◆脳トレクイズ・体操
分かった方は手を挙げて！
クイズの後は、体操で身体
をほぐそう **さあ、クイズです！**



◆みんなで歌おう
全員参加で歌いましょう

作品展：9月30日(水)、10月16日(金)～10月31日(土)

団体：水羊会／水墨画 いざよい会／絵手紙
上荻シルバーズ／手芸 おぎの会／俳句
協働事業：小さなスケッチ／水彩画 めり絵／色鉛筆画
チクチクでボランティア／タオル帽子 ふれあいランチ会／折り紙
活動写真紹介：全団体と協働事業 上荻シルバーズ

※10月1日(木)～10月15日(木)は、杉並会館工事のため、休館となります。

◇お問い合わせ◇

ゆうゆう上荻窪館

(杉並区上荻3-29-5 杉並会館等複合施設内 03-3395-1667)

運営：NPOたすけあいワーカーズさざんか

