



あけましておめでとうございます。本年も「ゆどうふ」を宜しく願います。

2016年！明けました！昨年一年は「ゆどうふ」法人化1年目、目まぐるしくかけぬけた1年間でした。お世話になった皆様に感謝の気持ちを込めて、今年1年も、ゆどうふらしく、あったか〜く、一人でも多くの方に、「表現するって楽しい！」と思って頂けるよう、活動して参りたいと思います。



また、この「ほかほか だより」ですが、皆様にもっと身近に「ゆどうふ」を知って頂けるよう発行が決定いたしました！（パチパチパチ・・・！）本号は、その記念すべき第1号。予定では、奇数月に1回、ゆどうふの「今」を載せて発行予定です。ぜひお楽しみに！！



今年もビッグライブがやってくる！！！！

お待たせしました！2016年度のビッグライブ内容が決定いたしました。ステージに立って、大好きな歌を歌ってみたい！ギターを練習しているけれど、披露する機会がない！書きためていた詞を歌にのせてみたい！

・・・そんな皆さん、「ゆどうふ」と一緒にライブに出てみませんか？

私達「ゆどうふ」が、皆さんの「表現」を、全力でサポートします！バンドメンバーがいなくても、ゆどうふスタッフが一緒に演奏します☆

★開催日：2016年8月20日（土）PMスタート予定

★場所：スタジオACT（町田駅 徒歩3分）

★出演料・持ち時間：未定

★募集締め切り：2016年3月末日予定

※出演希望多数の場合、抽選となります。

詳しい応募方法は、2月中旬に発表します。乞うご期待！！



★2014年度ビッグライブ

★参加者の声★

（2006年出演Sさん女性）

とても緊張しましたが終わった後の充実感は忘れられません。今でもふとした時に出演した気持ちを思い出すこともあります。

支援部 公開講座告知

今年度最後の公開講座です！ワークショップなども交えて、元気に過ごせる情報をたくさんお伝えする予定です。お時間ある方、ご興味ある方、ぜひ参加ください。

<第4回 ゆどうふ公開講座>

「自分にトリセツを作ろう！元気に過ごすために大切なこと」



★講師：新屋 将

（NPO法人ゆどうふ監事、コーブランドセンター認定WRAPファシリテーター）

★日時：2016年2月6日（土）14:00～16:30 ※13:30開場

★会費：1,500円/人（会員様500円）

★場所：町田市民フォーラム講習室

★定員：20名

お申込みは裏面のご連絡先まで、メールでも電話でも受け付け中です★

お届け★

「うお～む」 日和

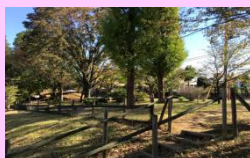
※「うお～む」とは、NPO「ゆどうふ」が運営している
鶴川駅のフリースペースです。今月のニュースをお届け！！

「日曜開所が決定しました！！」

今まで月～金開所だった「うお～む」ですが、
2月から、月に1回程度、日曜日にも開所すること
になりました！

★次回の日曜開所：2月14日 午後

週末行くところが無いなあ、一人じゃ行きにくいけど
誰かと仲間と、行って見たいところがあるなあ…って方、
リクエストと一緒に、下記連絡先(代表辻岡)まで
ご連絡ください☆
お待ちしております！！



近くの公園にも遊びにいきます！

イベント報告&告知コーナー

★12月23日(祝・水)横濱キャンドルカフェ
今年で10回目を迎える、「I LOVE YOKOHAMA」さん
主催イベント。当日はかな～り寒く、みんな重ね着で
モッコモコ状態でしたが、幻想的で、とっても素敵な
雰囲気の中で楽しく演奏させて頂きました☆



★1月30日(土)小田急テイサービス公演
@ふらわぁ祖師谷

「NPO法人 ゆどうふ」ってこんな団体・・・

人が自分らしく表現することで、お互いに繋がることのできる社会を目指して、町田市を拠点に、
下記2つの事業を展開しています。ご興味ございましたら、ぜひご連絡ください。

- ① 支援事業—「引きこもり」等問題を抱えている若者とご家族のサポート
- ② 音楽事業—表現が苦手でも、「自分らしく表現」出来るようサポート

フリースペース「うお～む」について

引きこもり等で困りの方が、自分らしく生活をしていくための
はじの一步をゆっくり自分のペースで考える場所です。
ご本人でも、ご家族でもお気軽にお越しください。

- 住所・・・東京都町田市鶴川2-19-14
- お問い合わせTEL・・・042-860-2790
- メールアドレス・・・ info@yudofu.or.jp

ゆどうふ NPO

ほかほか だより VOL. 1

今月の/ ゆどうふの具

※毎月「ゆどうふ」のゆかいな具(スタッフ?!)を
紹介していくコーナーです! 今月は誰かな?!

こんにちは、スタッフの

今泉友来(いまいづみゆき)と申します。
普段は都内で会社員として働いていて、
ゆどうふの活動には土日にも携わっています。

氣志團とフロレスと虎が好きです。
あと、商店街で買い物をしたり、
喫茶店でまったりするのも好きです。

コーナータイトルにちなんで
自分を具に例えるなら...

長ネギかなあとと思います。
煮えてもあまい形が変わらない
ところが似ている気がします。

どうぞよろしくお祈りします!



～理事長辻岡 今月のひとこと～

寒い日が続いておりますが、
みなさん体調など崩されていませんか?
さて、この「ほかほかだより」ですが、みなさまに
私たちの活動をもっと知ってほしい!
という思いでお届けすることにしました。

一人で考え込む時間が長びくと、悪いことばかり
考えたり、はじめ悩んでいたことと全然違うところに
頭がいつかしまっていました。
「人に話したところで、解決するのは自分だから…」
でも、人に受け止めてもらうことで自分自身の中
がクリアになっただけ気持ちがいいです。
人のつながりってすごいですよね。
関わる方が、「自分のままでいいんだ!」って思える、
ほかほかした場になれたらと思っています。
どうぞよろしくお祈りいたします。

