

高齢者以外の方も使用できます



高齢者が活動をしていない時や事業を行っていない時、空いている部屋を「目的外使用」としてご使用になれます。

●使用できる部屋

各ゆうゆう館の洋室等
※使用料金が設定されている部屋に限ります。また、空き枠がある部屋のみとなります。

●使用できる時間

午前	午前9時～正午	※各時間区分の前後に45分間延長することもできます。ただし、午前の前延長及び夜間の後延長はできません。また、日曜・祝日は、午後5時で閉館となるため、午後1の時間帯までの利用となります。
午後1	午後1時～3時	
午後2	午後4時～6時	
夜間	午後7時～9時	

●使用料金

各ゆうゆう館の部屋ごとで異なります。施設の使用料については、各ゆうゆう館にお問合せください。また、区公式ホームページでも確認できます。

●空き枠案内

各ゆうゆう館にお問合せください。「夜間利用分」「下高井戸館」は、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」でもご覧になれます。

●申込及び支払方法

館により、申込方法が異なります。

(1) ゆうゆう下高井戸館を除くゆうゆう館

時間区分	予約方法	申込期間	支払方法
午前 午後1 午後2	使用したいゆうゆう館の窓口で直接申込	使用する日の属する月の2か月前の27日から前日まで	ゆうゆう館の窓口で使用当日に使用する部屋の料金を支払
夜間	杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」で申込		

(2) ゆうゆう下高井戸館

使用時間帯にかかわらず、使用する日の属する月の2か月前の27日から前日まで、杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」で申込。支払いは、ゆうゆう館の窓口で使用当日。
※「さざんかねっと」の利用には、事前に地域区民センター等の施設窓口で利用者登録が必要です。

●使用制限

政治活動・宗教活動・営利活動を目的とした使用はできません。
音を出す活動の場合、状況に応じて活動内容を制限させていただく場合があります。

利用対象

杉並区にお住まいの60歳以上の方々

利用手続き

利用証が必要になります。初めてご利用になる方は、氏名・住所・年齢が確認できる健康保険証等をお持ちください。即日発行します。この利用証は区内28か所の「ゆうゆう館」で共通に使えます。

利用方法

◆**個人利用** (ゆうゆう西田館とゆうゆう上荻窪館は個人利用はできません。)
一般和室または談話室・談話コーナーで、テレビ、囲碁・将棋などを自由に利用できます。お一人でもご利用になれます。

◆**団体利用**
趣味やいきがいづくりなどの活動に、洋室、和室、茶室、講座室、多目的室、ホールなどを利用できます。洋室は全館にありますが、その他の部屋については、館ごとに異なります。

—**団体登録要件等**—
★60歳以上の区民5人以上で構成された団体が登録できます。登録の仕方や利用方法などについては、利用を希望する館にお問合せください。
★毎年、上半期・下半期に分け、それぞれ2月と8月に抽選会を行い、半年分の予約ができます。

◆**目的外使用**
空いている部屋がある場合は、一般の方も使用できます。(要事前予約/有料)

利用料金

◆**個人利用及び団体利用** 無料

ゆうゆう館で行っている主な事業

◆**協働事業**
詳しくは、中面をご覧ください。

◆**三療サービス**
マッサージを、有料で利用できます。実施日、予約方法及び施術料については、各ゆうゆう館にお問合せください。

自主グループによる団体活動

コーラス・カラオケ・民謡・大正琴・踊り・フラダンス・体操・気功・手芸・書道・囲碁・輪投げなど、様々な内容で自主グループによる団体活動が行われています。詳細は、各ゆうゆう館にお問合せください。

高齢者の「生涯現役」を応援します!

ゆうゆう館 ご案内

ゆうゆう館は、区内にお住まいの60歳以上の皆様に、憩い、いきがい学び、ふれあい交流、健康づくりの場として、ご利用いただく施設です。



全館禁煙

お近くのゆうゆう館(28カ所)をご利用ください。



ゆうゆう館一覧

令和5年4月1日現在

ゆうゆう館名	所在地	電話番号	併設施設名	アクセス	運営団体	運営団体が主催する主な協働事業						
						音楽	健康	「作る」講座	「学ぶ」講座	ゲーム	イベント・交流会	その他
①天沼	天沼2-42-9	3391-8540	天沼保育園	JR中央線荻窪駅北口(関東バス3番)中村橋駅・練馬駅行き「日大二高前」下車 徒歩7分	NPO法人障害者就労支援センターどんまい福祉工房	ピアノで歌う会	卓球、ヨガ、バードウォッチング	盆栽、フラワーアレンジメント	パソコン、スマホ、書道、絵画		春・秋まつり、寄席	
②井草	井草2-15-15	3390-9672	井草児童館・井草保育園	西武新宿線「下井草」駅下車 徒歩7分	NPO法人ウィッシュ・プロジェクト	カラオケサロン、音楽教室	社交ダンス、卓球、体操、太極拳	リース、デコパージュ	パソコン、スマホサロン、心理学、傾聴	囲碁、将棋、ダーツ	食堂	
③和泉	和泉4-16-22	3323-5663	和泉保育園	京王井の頭線「永福町」駅下車 徒歩15分 東京メトロ丸ノ内線「方南町」駅下車 徒歩15分	公益社団法人杉並区シルバー人材センター	ピアノ入門・初級・上級	太極拳、エアロビ、ヨガ、イス体操	折り紙、水墨画、ビーズ、消しゴムハンコ、えんぴつ画	ズーム、英会話	マジック	音楽会	
④今川	今川4-12-10	5303-1501	今川図書館	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0番)武蔵関駅行き「井草八幡宮」下車 徒歩5分 JR中央線西荻窪駅北口(関東バス4番)井荻駅行き「今川4丁目」下車 徒歩7分	NPO法人竹箒の会		健康体操、ヨガ、フラダンス、太極拳	水彩画(抽象画)	パソコン、スマホ	卓上カーリングアートカード	アルトサクスライブ	
⑤梅里堀ノ内	堀ノ内3-37-4	3313-4319		東京メトロ丸ノ内線「新高円寺」駅下車 徒歩10分	NPO法人すぎなみ学びの楽園	日本の歌を唄う トーンチャイム	スポーツ吹き矢、3B体操、ヨガ	布ぞうり	水彩画、パソコン		春まつり、茶話会コンサート	
⑥永福	永福2-4-9	3321-6632		京王井の頭線「永福町」駅下車 徒歩10分	NPO法人新しいホームをつくる会	コーラス、ウクレレ、歌の会	健康体操、ヨガ、リズム体操	絵手紙、ぬり絵、料理	雑学講座、スマホ	麻雀	高齢者とこどもの料理作り	
⑦大宮堀ノ内	堀ノ内1-27-9	3317-9156	こすもす生活園	京王井の頭線永福町駅から(京王バス)中野駅南口・新宿駅西口行き「大宮八幡入口」下車 徒歩12分	NPO法人ゆるゆるマーマ	コーラス、ウクレレ、ピアノ	健康体操、ヨガ、ハイキング	ちぎり絵、絵手紙	書道、着付け			
⑧大宮前	宮前5-19-8	3334-9640	大宮前保育園	JR中央線西荻窪(南北バスすぎ丸かえで路線6番)久我山駅行き「宮前ふれあいの家北」下車 徒歩5分 京王井の頭線「久我山」駅下車 徒歩12分	NPO法人CBすぎなみプラス	歌の会(歌声ライブ、上手に歌ってみま専科)	ヨガ、ヘルシーストレッチ	書道、ぬり絵、折り紙	英会話、煎茶道、イタリア語	囲碁		
⑨荻窪	南荻窪2-25-17	3335-1716	荻窪保育園	JR中央線「荻窪」駅下車 徒歩10分 JR中央線荻窪駅南口(関東バス2番)宮前三丁目「南荻窪1丁目」下車 徒歩5分	NPO法人生きがいの会	三味線、シャンソン、歌って元気	ストレッチ、健康エアロビクス、フラダンス	ペン習字、陶芸	パソコン、フランス語	麻雀	お散歩ランチ	介護者の会
⑩荻窪東	荻窪4-23-12	3398-8738	荻窪東保育園	JR中央線「荻窪」駅南口から徒歩8分	NPO法人シニア総合研究協会	日本の歌、ポップス、ウクレレ	体操、フラ、手話ダンス、盆踊り	絵画	杉並の作家、世界史、茶道、独・仏文学、英語		国際交流、ほっとサロン	
⑪上荻窪	上荻3-29-5	3395-1667	杉並会館・ケア24上荻	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0・1番)「荻窪警察署前」下車 徒歩3分	NPO法人たすけあいワーカーズさざんか	コーラス、シャンソン	健康体操、ヨガ、卓球	スケッチ、ぬり絵	文学講座、パソコン相談		オンライン朗読会	タオル帽子作りの会
⑫上高井戸	高井戸東2-6-17	3306-0441		京王井の頭線「高井戸」駅下車 徒歩10分 JR中央線荻窪駅南口(関東バス4番)芦花公園駅行き「高井戸東2丁目」下車 徒歩3分	NPO法人プロップK	コーラス、謡	美姿勢体操、ダーツ、フラダンス	リース作成	ケア24連携の介護講座他	初心者囲碁 囲碁	地域小学校連携書道展	
⑬久我山	久我山5-8-8	3332-2011	久我山保育園	京王井の頭線「久我山」駅北口から徒歩2分	NPO法人プロップK	コーラス	スロートレーニング、ダーツ	和菓子	スマホ、介護講座	初心者将棋	ダーツ大会、将棋大会	ダーツ指導員養成講座
⑭高円寺北	高円寺北3-20-8	3337-2266	高円寺北ふれあいの家	JR中央線「高円寺」駅北口から徒歩8分	社会福祉法人奉優会	歌のレッスン、歌声交流サロン	体ほぐし、のびのび体操 フラダンス	臨床美術	鉛筆デッサン	脳トレパズル	交流お茶会	
⑮高円寺東	高円寺南1-7-22	3315-1816	高円寺東児童館	東京メトロ丸ノ内線「東高円寺」駅下車 徒歩2分	NPO法人杉並介護者応援団	音楽探訪、ギター&歌	空手、ヨーガ、紅茶	編み物、タイル、親子アート	茶道、華道、絵画、パソコン		茶話会	グリーンケア、若年性認知症サポート
⑯高円寺南	高円寺南4-44-11	5378-8179	高円寺南保育園	JR中央線「高円寺」駅南口から徒歩2分	NPO法人竹箒の会	歌のサロン、花うたの会	ヨガ、フラダンス、健康体操、卓球		パソコン、スマホ	カーレットアートカード	名画サロン、高円寺南サロン	
⑰四宮	上井草2-28-3	3396-7692	四宮保育園	JR中央線荻窪駅北口(西武バス6番)石神井公園駅南口行き「井草中学校」下車 徒歩7分 西武新宿線「上井草」駅南口から 徒歩10分	NPO法人たすけあいワーカーズさざんか	歌声サロン、シャンソン、合唱、よし笛	ヨガ、ストレッチ、ダンス、体操、卓球	絵手紙、塗り絵	英会話、パソコン、書道	囲碁	映画 四宮ごはん	てらこや
⑱下井草	下井草3-13-9	3396-8882	下井草保育園・子ども子育てプラザ下井草	西武新宿線「下井草駅」南口から徒歩10分 JR中央線荻窪駅北口から(関東バス2番)下井草駅行き「永久橋」下車 徒歩5分	NPO法人ウィッシュ・プロジェクト		フレイル予防、健康ダンス、リトミック	書道、デッサン、水彩画、折り紙	英会話、ズーム、PC操作	囲碁、ダーツ	作品展 発表会	
⑲下高井戸	下高井戸4-19-6	3302-2161	子ども子育てプラザ下高井戸	京王井の頭線「西永福」駅下車 徒歩15分 京王線「桜上水」駅下車 徒歩12分	NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン	歌活	健康エアロビクス、ヨガ、手話ダンス	絵手紙、折り句、手芸	英会話・スマホ・パソコン	カーレット		
⑳善福寺	善福寺2-26-18	3394-8963	善福寺保育園	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0番)南善福寺行き「東京女子大北」下車 徒歩0分	NPO法人おでかけサービス杉並	歌	ストレッチ、バレエ、太極拳、気功	書道、花アレンジ	英会話、国際交流、能、スマホ	囲碁	安心サロン、桜・秋桜祭り、講演、演奏(芸)、リモート	援農、自習室
㉑高井戸西	高井戸西1-17-5	3332-1076	高井戸西児童館	京王井の頭線「富士見ヶ丘」駅南口から徒歩7分	NPO法人竹箒の会	みんなで歌おう、シャンソン、名曲	体操、卓球	ハワイアンキルト	パソコン、IT個人相談		夕焼けサロン	地域でつながる会
㉒高井戸東	高井戸東3-14-9	3304-9573	高井戸東保育園	京王井の頭線「浜田山」駅下車 徒歩5分	NPO法人さらプロジェクト	歌声さろん、ピアノ	ヨーガ、筋トレ、ゆる体操	ぬり絵、パステルアート	パソコン教室・ひろば 終活セミナー	麻雀、囲碁	食事会、作品展示会	
㉓西荻北	西荻北2-27-18	3396-8871	西荻北保育園	JR中央線「西荻窪」駅北口から徒歩8分	NPO法人さらプロジェクト	歌声さろん、歌って元気、ピアノ	エアロビ	ぬり絵、パステルアート	お茶、パソコン、ハウスメンテ、フランス語、英会話		食事会	
㉔西田	荻窪1-56-3	3391-8747	児童青少年センター・男女平等推進センター	JR中央線荻窪駅南口(関東バス51番)「シャレール荻窪」下車 徒歩5分	NPO法人生きがいの会	三味線、民謡、シャンソン、合唱	卓球、ヨガ、太極拳、ストレッチ	草木染、絵手紙、紙細工	パソコン、スマホ講座、書道、川柳	麻雀	春祭り、不用品交換会	
㉕方南 <small>(令和5年11月末開館予定)</small>	方南1-51-7	3324-1171	方南児童館	JR阿佐ヶ谷駅南口(都営・京王バス)渋谷駅行き「金寺」下車 徒歩3分 東京メトロ丸ノ内線「方南町」駅下車 徒歩8分	NPO法人さらプロジェクト	歌声さろん、ジャズ、リコーダー、ガムラン	筋トレ、ゆる体操、フラ	ぬり絵、墨絵、書道、パステルアート	終活セミナー		落語会	
㉖堀ノ内松ノ木	松ノ木2-38-6	3315-7760		東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅から(京王・関東バス)永福町行き「松ノ木公園」下車 徒歩3分 京王井の頭線永福町から(京王・関東バス)高円寺駅行き「松ノ木公園」下車 徒歩3分	NPO法人新しいホームをつくる会	ハーモニカ、パイオリン	ヨガ、瞑想	塗絵、フラワーアレンジ	かな書道、墨画、杉並写真史		食事会、喫茶	切手整理
㉗桃井	桃井1-35-2	3399-5025	桃井グループ保育室	JR中央線荻窪駅北口(関東バス2番)下井草駅行き「清水1丁目」下車 徒歩7分	NPO法人おでかけサービス杉並	コンサート、歌声サロン、ウクレレ	体操、卓球	手芸、絵手紙、書道、料理	英会話	麻雀、ダーツ、囲碁	昼食会、男のおしゃべり会、ももカフェ	自習室
㉘和田	和田1-41-10	3384-3751	さざんかステップアップ和田教室	JR中央線阿佐ヶ谷駅南口から渋谷駅行き(都営・京王バス)「堀ノ内」下車 徒歩7分 東京メトロ丸ノ内線「東高円寺」駅下車 徒歩13分	NPO法人ゆるゆるマーマ	歌のサロン	ヨガ、ピラティス、ストレッチ、ハイキング	フェイクフラワーアレンジメント	葉膳、脳トレ		チャリティーバザー、子ども食堂	

※ゆうゆう館名は五十音順です

施設案内

【開館時間】

午前9時から午後9時まで
日曜・祝日は午前9時から午後5時まで
第3木曜日は午後1時から午後9時まで

【休館日】

毎月第3日曜日、6月・12月の第3木曜日、年末年始(12月28日～1月4日)
※今川館は、毎月第1日曜日、第3木曜日、年末年始(12月31日～1月4日)と今川図書館特別整理期間

ゆうゆう館協働事業ご案内

ゆうゆう館では、「いきがい学び」「ふれあい交流」「健康づくり」などに関する講座・催し(左表「運営団体が主催する主な協働事業」参照)を実施しています。

各ゆうゆう館の施設運営業務を担う、NPO法人などの公益団体が運営する事業です。事業により、参加費がかかります。

また、一部を除き、高齢者に限らず参加できるので、多世代で楽しむことができます。

「何かはじめてみたいけれど、どうすれば…」などとお考えの方は、どうぞ、ゆうゆう館へ!

問合せ・申込み

直接各ゆうゆう館へお問合せください。