

2024年11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

ゆうゆう西田館

NPO法人
生きがいの会

11月のご案内

ご近所の
カルチャーセンター
を目指します



秋の夜長、ゆうぐれシアターはいかがですか？
7日・16時30分から「巴里の屋根の下」



プログラム	開催日	時間	費用
楽しいウクレレ教室	12日・26日(火曜日) 7日・21日(木曜日)	午前10時から12時 午後2時から4時 	1回 500円
夕暮れストレッチ	5日・12日・19日・26日(火曜日)	午後4時30分から5時30分	1回 300円
ゆるゆるヨガ	12日・26日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
絵手紙を楽しむ	5日(火曜日)	午後2時から3時30分	1回 500円
民謡を愉しむ 	6日・20日(水曜日)	午後3時から5時	1回 600円
みんなで合唱!	6日・20日(水曜日) 	午前11時から12時10分	1回 500円
ラージボール卓球教室	5日・19日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
初心者のための太極拳	2日・16日(土曜日)	午前10時から12時	1回 500円
心を歌うシャンソン	4日・18日(月曜日)	午後2時から3時30分	1回 700円
ゆるゆるストレッチ	3日(日曜日)	午前10時から11時30分	1回 500円
エアロビクス 	10日・24日(日曜日)	午後2時から3時15分	1回 500円
らくらく川柳教室	11日(月曜日)	午後12時30分から	1回 1,500円
西田パソコン何でも相談	2日・16日(土曜日)	午前9時30分から12時	1回 1,000円
西田パソコンサロンC	9日・23日(土曜日)	午前9時30分から13時	1回 1,000円
初心者・麻雀教室	7日・28日(木曜日) 15日(金曜日)	午前10時から12時 (予約制)	1回 600円
健康麻雀を楽しむ	1日・3日・6日・8日・10日・13日・15日・20日・22日・24日・27日・29日	午後1時から4時30分 (予約制)	1回 500円
西田映画観賞会	3日・10日・24日(日曜日)	3日は2時から 10日・24日は10時から	無料
書を楽しむ	8日・22日(金曜日)	午後2時30分から4時30分	1回 500円
初めての草木染	18日(月曜日)	午後2時から3時30分 (予約制)	1回 600円 (別途材料費)
大人のピアノ教室	1日・6日・13日・20日・22日・27日	午前10時から15時の間 (個人レッスン)	1回 1,500円
西田 三味線教室 	9日・23日・29日	午前10時から午後5時30分まで (個人レッスン)	1回 1,200円
夕暮れシアター	7日・21日(木曜日)	午後4時30分から	無料

三療サービス
14日(木曜日) 1日受付開始

ゆうゆう西田館 杉並区荻窪1-56-3 TEL・FAX 03-3391-8747

11月のゆうゆう西田館協働事業案内 ※各プログラムは長寿応援ポイント対象です

17日は休館日

2024/10/14作成

令和6年11月「ゆうゆう西田館」活動予定

赤(協働事業) 黒(高齢者団体) 青(行政使用)

	日	月	火	水	木	金	土	
	ゆるゆるヨガ 高齢者の為のヨガ教室です 10/12・10/26 AM10時から12時 参加費 ¥600					1	2	
午前							輪投 卓球グループアミ	太極拳 パソコン何でも相談
午後							麻雀 大人のピアノ	楽器・歌の会 ころばん体操
夜間								
	3	4	5	6	7	8	9	
午前	ゆるゆるストレッチ	ユーカラ 大正琴	卓球 手芸	合唱 歌・カナリアの会	さわやか・役員会 初・麻雀	民謡 読み聞かせ	卓球グループアミ パソコンC	
午後	映画 麻雀	シャンソン 自彊術	絵手紙 フラダンス	大人のピアノ 麻雀	ウクレレ教室・初級 自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 三味線	
夜間	/		夕暮れストレッチ	民謡	夕暮れシアター			
	10	11	12	13	14	15	16	
午前	松浜マヒナーズ 映画	わがまち一番 大正琴	ゆるゆるヨガ ウクレレ教室・中級	ピンポン 大人のピアノ	コール紫苑 三療サービス	輪投 卓球グループアミ	太極拳 パソコン何でも相談	
午後	エアロビクス 麻雀	川柳 自彊術	フラダンス	いきいき連合会 麻雀	自彊術	麻雀 初・麻雀	ころばん体操 楽器・歌の会	
夜間	/		夕暮れストレッチ					
	17	18	19	20	21	22	23	
午前		ユーカラ 大正琴	卓球 手芸	合唱 スケッチの会	事務連絡会	民謡 大人のピアノ	卓球グループアミ パソコンC	
午後		シャンソン 自彊術・草木染	フラダンス	大人のピアノ 麻雀	ウクレレ教室・初級 自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 三味線	
夜間		休館日	夕暮れストレッチ	民謡	夕暮れシアター	/		
	24	25	26	27	28	29	30	
午前	松浜マヒナーズ 映画	わがまち一番 大正琴	ゆるゆるヨガ ウクレレ教室・中級	ピンポン 大人のピアノ	コール紫苑 初・麻雀	卓球グループアミ 三味線	ピンポン	
午後	エアロビクス 麻雀	自彊術	美エクラブ フラダンス	麻雀	自彊術	麻雀		
夜間	/		夕暮れストレッチ					



日曜日、エアロビクスはいかがです

ゆうゆう西田館

皆様のご来館をお待ちしています

03-3391-8747

NPO法人
生きがいの会HP



QRコードでLINEの
友達に追加してね

