



ゆうゆう桃井だより

2024年12月号



発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館



NO. 218

土曜倶楽部

歌声サロン



今月は、皆さん待ちに待った「歌声サロン」です。冬にちなんだ歌をたっぷり歌って、これからますます寒くなる冬を乗り切っていきましょう！

日 時：12月21日（土）午後2時～3時30分
伴奏・進行：鋤柄尚美さん／高橋千佳子さん
参加費：500円
定員：25名



お楽しみ料理教室

冬のご馳走料理



今月は、桃井館スタッフでもある野澤国子さんに、ちょっとお洒落な・・・でも気取らない美味しいお料理を教えてください。年末年始、ご家族など人が集まる機会が増える時期にきっと役に立ちます！是非ご参加ください。

日 時：12月21日（土）午前10時～午後1時
講師：野澤国子さん
参加費：1200円
定員：12名
持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

アボカドと海老の揚げ春巻き
豆とイカのサラダ
根菜のグラタン
（フランスパン）



※キャンセルは2日前までに！ 前日・当日のキャンセルの場合はキャンセル料700円をいただきます。



はじめてのおとご飯 3



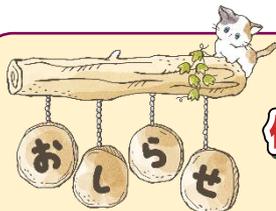
桃井館3回目になります、男性限定のお料理教室を行います。お料理初心者の方も、ちょっと腕に覚えがある人も、どなたでも大歓迎です。みんなで楽しく作って料理の腕をあげてみませんか。

日 時：12月8日（日）
午前10時～午後1時
講師：野澤国子さん
参加費：1200円
定員：12名
持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

キノコとベーコンの炊き込みご飯
レタス・玉葱とウインナーのコンソメスープ
大根・笹かまのサラダ
フルーツ



※キャンセルは2日前までに！ 前日・当日のキャンセルの場合はキャンセル料700円をいただきます。



休館について

年末年始による休館 12月28日（土）～1月4日（土）
※1月5日（日）から通常通り開館いたします
館内LED工事による休館 1月29日（水）～2月4日（火）
※変更になる場合もありますので詳細は桃井館にご確認ください

ゆうゆう桃井館

〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）午前9時～午後9時 （日・祝日）午前9時～午後5時

12月の休館日 12月15日（日）・12月19日（木）／12月28日（土）～1月4日（土）

12月サロンのご案内

サロン名		催 日	時 間	参加費
当日OK!	ゆうゆう健康体操	3日(火)・10日(火) 17日(火)・24日(火)	①午前 9時30分～10時30分 ②午前 10時45分～11時45分	300円
		5日(木)・12日(木) 26日(木)	①午前 9時30分～10時30分 ②午前 10時45分～11時45分	
		注) 5日(木)・10日(火)は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	12日(木)・26日(木)	午前9時～12時	無 料
桃井自習室	6日(金)・13日(金) 20日(金)	午後5時30分～8時30分	無 料	
要 予 約 (満員の場合もあり要確認)	パソコンサロン	2日(月)・16日(月)	午後2時～3時30分	500円
	桃井マージャン教室	3日(火)・10日(火) 17日(火)・24日(火)	午前10時～午後1時	500円
	パソコン・スマホ 個人相談会	10日(火)・24日(火)	① 午後2時～3時 ② 午後3時～4時	500円
	ダーツで遊ぼう	4日(水)・11日(水) 18日(水)・25日(水)	午後5時10分～6時30分	300円
	マージャンサロン	5日(木)・12日(木) 26日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	5日(木)・12日(木) 26日(木)	時間変更あり 要確認	500円
	初心者卓球	11日(水)・25日(水)	午後1時30分～3時30分	300円
	卓球サロン	13日(金)・23日(月)	午前10時～12時	300円
	折り紙教室	2日(月)	午前10時～12時	無 料
	おたのしみ昼食会	13日(金)	午前11時～午後1時	700円
	絵手紙	10日(火)	午後2時～4時	540円
	ウクレレ中級講座	27日(金)	午前10時30分～11時30分	600円
	ウクレレ初級講座	27日(金)	午前11時40分～12時40分	600円
	書道教室	24日(火)	(A) 午後1時30分～3時 (B) 午後3時20分～4時50分	500円
	手芸クラブ	お 休 み		
11月15日受付開始	シネマサロン 定員30名	3日(火)	午後2時～	無 料
	ももカフェ	8日(日)	午前10時～午後1時	1200円
	土曜倶楽部	21日(土)	午後2時～3時30分	500円
	みんなで楽ランチ	27日(金)	午前11時30分～午後1時	100円
	おたのしみ料理教室	21日(土)	午前10時～午後1時	1200円
	台貸し卓球	1日(日)・8日(日) 毎週火曜・木曜・土曜 (日にち要確認)	①午前 9時～10時30分 ②午前 10時30分～12時 ③ 午後5時～6時30分 ④ 午後6時30分～8時	高校生～大人 1人200円 小中学生 1人100円
<p>* 当日OK! 以外のサロンは事前申し込み制。 * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(お楽しみ昼食会は高齢者対象) * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です。(桃井自習室は除く)</p> 				
三療サービス(マッサージ) 60歳以上の杉並区民対象	23日(月)	午前10時～午後3時10分	有 料	(要確認)
申込受付: 12月1日(金) 午前9時から				
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	22日(日)	午前9時30分～10時30分	無 料	

12月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用

目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午前 (9:00~12:00)				午後 (1:00~5:00)				夜間 (6:00~9:00)			
		洋室①	和室	多目的室	洋室②	洋室①	和室	多目的室	洋室②	洋室①	和室	多目的室	洋室②
1	日	卓球① 卓球②	目的外		目的外	コーラスを 楽しむ会				休館			
2	月	紫陽花会 (フリーフロー)	折り紙 教室			パソコン サロン	おでかけサービ ス 打合せ	すぎなみ 栄養と食の会		悠々 (太極拳)	おでかけサービ ス 打合せ		
3	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室	井草現代語 短歌会		シネマ サロン				卓球① 卓球②			
4	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 (料理)		ダーツで 遊ぼう			
5	木	碁遊会 (囲碁)	ゆうゆう 健康体操	十四松 (料理)		やさしい 英会話	マージャン サロン	十四松 (料理)		卓球① 卓球②			
6	金		碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)			桃井 自習室			
7	土	ギムナ スティック体操		BBC15 (料理)		桃囲会 (囲碁)	BBC15 (料理)			卓球① 卓球②			
8	日	卓球① 卓球②	すすかけの会 (マージャン)	はじめての おとこ飯	目的外		すすかけの会 (マージャン)	はじめての おとこ飯		休館			
9	月	紫陽花会 (フリーフロー)			コスモス会 (編み物)		清水ゆうわ サークル	五喜会 (料理)	コスモス会 (編み物)	悠々 (太極拳)	五喜会 (料理)	五喜会 (料理)	
10	火	桃井 マージャン教室	ゆうゆう 健康体操			絵手紙		PC・スマホ 個人相談会		卓球① 卓球②			
11	水	西荻 ハーモニカ教室				初心者卓球			アジサイ会 (フラダンス)	ダーツで 遊ぼう			
12	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	ろくでなしの 台所		やさしい 英会話	マージャン サロン	ろくでなしの 台所	エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②			
13	金	卓球 サロン	おたのしみ 昼食会	おたのしみ 昼食会		ラベンダー (コーラス)	パンダ (研修)	おたのしみ 昼食会		桃井 自習室			
14	土	ギムナ スティック体操					桃囲会 (囲碁)	すみれ会 (生け花)		卓球① 卓球②			
15	日	毎月第3日曜日は定期休館日です											

12月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用
目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午前 (9:00~12:00)				午後 (1:00~5:00)				夜間 (6:00~9:00)			
		洋室①	和室	多目的室	洋室②	洋室①	和室	多目的室	洋室②	洋室①	和室	多目的室	洋室②
16	月	紫陽花会 (フリーフロー)		りんごの会 (料理)		パソコン サロン		りんごの会 (料理)		悠々 (太極拳)			
17	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マーじゃん教室			ピンポン (卓球)		桃粋蕎 (そば打ち)		卓球① 卓球②			
18	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)	紫の会 (編み物)	ダーツで 遊ぼう			
19	木	12月第3木曜日は一日休館日です											
20	金		碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)	ももカフェ		桃井 自習室			
21	土	ギムナ スティック体操		お楽しみ 料理教室		土曜 倶楽部	桃囲会 (囲碁)	お楽しみ 料理教室	土曜 倶楽部	卓球① 卓球②			
22	日	わがまち 一番体操	目的外			コーラスを 楽しむ会				休館			
23	月	卓球 サロン	三療 サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	清水ゆうわ サークル	三療サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	悠々 (太極拳)		運営 委員会	
24	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マーじゃん教室			書道教室	みどりの会 (着付け)	PC・スマホ 個人相談会		卓球① 卓球②			
25	水	西荻 ハーモニカ教室		グッドテイスト (料理)		初心者卓球		グッドテイスト 腹八会	アジサイ会 (フラダンス)	ダーツで 遊ぼう		腹八会 (料理)	
26	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	九九の会 (料理)		手芸クラブ	マーじゃん サロン	九九の会 やさしい英会話	エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②	I KAMO 応援隊		
27	金	ウクレレ 教室		楽ランチ			パンダ (研修)	楽ランチ	霜月会 (囲碁)				
28	土	年末休館日											
29	日												
30	月												
31	火												