



ゆうゆう和泉館だよ

令和7年2月号



令和7年度 新規受講者募集のお知らせ

1. 期 間: 令和7年4月~令和8年3月まで ☆1 講座:各回90分間
2. 場 所: ゆうゆう和泉館
3. 定 員: 15名(ピアノは7名、消しゴムはんこは12名)
4. 参加費: 1回600円(ピアノ900円)
5. 応募方法: 往復はがきに①講座番号&講座名 ②氏名(フリガナ) ③住所 ④生年月日 ⑤電話番号&携帯番号
を記入して郵送してください。*講座番号&講座名は裏面をご参照ください。
*QRコードで応募する際は、はがきと同様に5つとの項目とメールアドレスを入力して送信してください。
6. はがきでの応募先: 〒168-0063 杉並区和泉4-16-22 2F ゆうゆう和泉館
7. 募集期限: 令和7年2月28日(金)必着
8. 結果通知: 令和7年3月10日(月)までに通知いたします。
(定員を超えた場合は抽選とし新規の方を優先します)



- ・最少催行人数7名に満たない場合は閉講する場合があります。
 - ・応募者が定員を超えた場合は、抽選により受講者を決定いたします。
 - ・抽選に外れた方は、キャンセル待ちとして登録させていただきます。
- また、応募締切り後の参加希望者もその後、同様に先着順で登録させていただきます。
- ・取消・退会をする場合はゆうゆう和泉館まで連絡をお願いします。
 - ・無断欠席が連続2回生じた場合は、いったん退会となり再度のお申込みが必要となります。
 - ・全講座が 長寿応援ポイント対象事業ですが、年齢に関係なく受講できます。

【お問合せ先 03-3323-5663(担当者から折返し連絡いたします)】

映画上映のご案内

“事前予約なし”

無料

高齢者長寿応援ポイント対象事業

3月7日(金) 午後5時15分開演

3月30日(日) 午後1時30分開演

休館・荒天で中止になる場合があります。

詳細については、ゆうゆう和泉館までお問い合わせください。



駐車場・駐輪場はございません。

～最寄り駅のご案内～

- 方南町駅 地下鉄丸ノ内線 徒歩 15分
- 永福町駅 井の頭線 徒歩 15分
- 八幡通バス(永70・72)(宿33)(中71) 徒歩 8分
- 大宮八幡入口バス同上(新02)(高45) 徒歩 8分
- 大宮台バス(新02)(高45)(宿33) 徒歩 5分
- 方南八幡通バス(宿91) 新宿⇄新代田 徒歩 15分
- 釜寺バス(渋66) 阿佐ヶ谷⇄渋谷 徒歩 15分

ゆうゆう和泉館 開催講座一覧

日曜日

金曜日

第1週	NO.1 基本のえんぴつ画教室 (午前10時~11時30分) 参加費:1回600円 教材費:2,500円 定員:15名 持ち物:教材セット(受講時に購入していただきます)
	NO.2 養生太極拳 (午後1時~2時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:飲み物、体育館履(スリッパ・サンダル不可) 動きやすい服装
	NO.3 水墨画教室 (午後3時~4時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名

第1週	NO.7 フラワーアレンジメント (午後1時~2時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 教材費:1回1,100円 (3カ月ごとにまとめてお支払いいただきます) 持ち物:牛乳パック、はさみ
	NO.8 折り紙教室 (午後1時~2時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名 持ち物:折り紙(15cm×15cm)、はさみ
第2週	NO.9 消しゴムはんこ教室 (午後3時~4時30分) 参加費:1回600円 教材費:4,000円 定員:12名 持ち物:教材セット(受講時に購入していただきます) シャープペンシルHB、カッターマット、くず入れ

第2週	NO.4 こんな時に使える 英会話教室 (英会話教室に初めて通う方限定) (午前10時~11時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名 ※参加者のレベルを合わせるため、英語力が高いと講師が判断した方には、ご辞退いただく場合があります。
	NO.5 ピアノ初級クラス (午後1時~2時30分) 参加費:1回900円(教材費別) 定員:7名(課題曲を全員で練習します)
	NO.6 初心者のマジック入門 (午後3時~4時30分) 参加費:1回600円(教材費別) 定員:15名

第3週	NO.10 足腰を鍛える シニアのエアロビクス (午後1時~2時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:飲み物、体育館履(スリッパ・サンダル不可) 動きやすい服装
	NO.11 リラックスヨガ (午後3時~4時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:バスタオル、飲み物、動きやすい服装
第4週	NO.12 ピアノ入門クラス (午後1時~2時30分) 参加費:1回900円(教材費別) 定員:7名 (課題曲を全員で練習します)
	NO.13 転倒予防イスタ体操 (午後3時~4時30分) 参加費:1回600円 定員:15名 持ち物:体育館履(スリッパ・サンダル不可)、 浴用タオル、飲み物、動きやすい服装 ※医師から運動制限を受けている方は参加できません

全講座:高齢者長寿応援ポイント対象事業
(1回1ポイント)



※各講座ともに転倒防止のため、
かかとのある上履き(室内履き)をご持参ください。

詳細につきましては、下記までご連絡ください。

お問合せ先:ゆうゆう和泉館

杉並区和泉4-16-22(和泉保育園2階) ☎ 03-3323-5663

企画・運営 公益社団法人 杉並区シルバー人材センター



令和 7 年2月 ゆうゆう和泉館行事予定表

	月		火		水		木		金		土		日	
	洋1	洋2	洋1	洋2	洋1	洋2	洋1	洋2	洋1	洋2	洋1	洋2	洋1	洋2
午前											輪投げ いずみクラブ	ヨガ 方南和気の会	(協)えんぴつ画 10時～	
午後1											ころばん 体操	囲碁 愛基会	(協)太極拳 13時～	
午後2													(協)水墨画 15時～	
夜間														
	3		4		5		6		7		8		9	
午前	輪投げ 泉寿会	麻雀 遊友倶楽部	ダーツ 話すぞうの会		わがまち 一番体操		輪投げ 和泉寿会	楽しい 絵手紙		合唱 和泉寿会	輪投げ いずみクラブ	ヨガ 方南和気の会	(協)英会話教室 10時～	
午後1			体操 友々会	麻雀 ささやく会	ヨガ リラックス	麻雀 雀雀会	ストレッチ 和碓				ころばん 体操	囲碁 愛基会	(協)初ピアノ 13時～	
午後2	麻雀 いずみクラブ						ピアノ 麦クラブ	続養生 太極拳					(協)マジック 15時～	
夜間									(協)映画上映会					
	10		11		12		13		14		15		16	
午前	輪投げ 泉寿会	麻雀 遊友倶楽部	ダーツ はなすぞうの会	ピアノ ピアノ麦	わがまち 一番体操		ストレッチ 和碓		合唱 和泉寿会	三療	輪投げ いずみクラブ	俳句 和泉寿会		
午後1	手芸 和泉寿会		体操 友々会	麻雀 ささやく会	ヨガ リラックス	麻雀 雀雀会	エアロビ パワフルサクラ		(協)折紙 13時～	三療	ころばん 体操	囲碁 愛基会	休館日	
午後2									(協)はんこ 教室15時					
夜間									協働事業					
	17		18		19		20		21		22		23	
午前	輪投げ 泉寿会	麻雀 遊友倶楽部	輪投げ 和泉寿会	役員会 いずみクラブ	ささえ愛 銀の会		事務連絡会			合唱 和泉寿会	輪投げ いずみクラブ	ヨガ 方南和気の会	和泉寿会	
午後1	確認会	麻雀 いずみクラブ	体操 友々会	麻雀 ささやく会	ヨガ リラックス	麻雀 雀雀会	骨盤矯正運動 調和の会		(協)エアロビ 13時～		ころばん 体操		泉寿会	
午後2									ピアノ 麦クラブ	(協)ヨガ 15時～	マジック 和泉マジック同好会			
夜間									協働事業					
	24		25		26		27		28					
午前	輪投げ 泉寿会	麻雀 遊友倶楽部	輪投げ 和泉寿会	ピアノ ピアノ麦	ささえ愛 銀の会		フラ フラハナ	詩吟 和泉寿会	合唱 和泉寿会					
午後1	麻雀 いずみクラブ		体操 友々会	麻雀 ささやく会	ヨガ リラックス	麻雀 雀雀会	エアロビ パワフルサクラ	(協)ピアノ(入)クラス 13時～						
午後2								骨盤矯正運動 調和の会	(協)イス体操 15時～					
夜間									協働事業					