



## 日本フィル出張コンサート

### 弦楽四重奏団

ヴァイオリン・ヴァイオリン・ヴィオラ・チェロ

♪クラシックからポピュラーミュージックまで  
みなさまにお楽しみいただける曲をお届けします。

♪子供向け曲が2~3曲入る予定



無料



会場：ゆうゆう和泉館

入場予定者：30名

※演奏者及び演奏曲目は現時点で未定で、  
1週間前くらいに決定いたしますので、ご了承ください。

## 3月24日(月)

開場:10時30分

開演:11時~11時45分

※当日会場でリハーサルがありますので、会場へのご案内は10時30分からになります。

申込方法:3月1日(土)~電話(03-3323-5663)にてお申込みください。

先着順で、予定人数に達しましたら、終了させていただきます。

☆この他にもご参加いただける講座がございます。裏面をご覧ください。

### 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

## 4月4日(金) 午後5時開演

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

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

**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。



金曜日

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

第2週

**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

**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

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3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
	31										1		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	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	ストレッチ 和碁				ころばん 体操	囲碁 愛基会	(協)初ピアノ 13時～	
午後2							ピアノ 麦クラブ	続養生 太極拳					(協)映画上映会	
夜間														
	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 和碁		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	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	いずみクラブ	
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	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		29		30	
午前	日本フィル出張コン サート 11:00～		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	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～		和泉寿会		和泉寿会		
午後2							骨盤矯正運動 調和の会	(協)イス体操 15時～	(協)映画上映会					
夜間									協働事業					