

8月協働事業のご案内

協働事業はどなたでも参加できます。(予約申し込み制)
参加された杉並区在住の60歳以上の方には長寿ポイントを差し上げます。

使用部屋

日曜日					
2日	日曜映画会 予約先着順	① 9時半～ ② 1時～	●無料 邦画100分	定:各20名	洋1
23日	日曜映画会 予約先着順	① 9時半～ ② 1時～	●無料 洋画91分	定:各20名	洋1
毎週	堀松コーヒーさろん	11時～1時	●100円(コーヒー代)	定:8名	多目
月曜日					
3・17日	追加募集 ハーモニカさろん	1時半～3時	●400円	定:10名	洋1
24日	新企画! 切手さろん	2時～3時半	●無料	使用済み切手を募集しています	定:6名 多目
31日	ハンドケアマッサージ	2時～3時	●700円	定:8名	多目
火曜日					
4日	フラワーアレンジメント	2時～3時半	●1,000円 ★別途花材3回分前納5,000円	定:10名	和室
11日	ヴァイオリンコンサート	11時～12時	●700円	定:16名	洋1
18日	“ほっと”タイム	1時半～3時	●無料	ゆうゆう館利用のなんでも相談会	定:10名 多目
25日	かな書道で書く「和歌」	10時～11時半	●800円	定:10名	洋1
11・25日	はじめての水墨画	1時半～3時	●1,000円	定:10名	洋1
水曜日					
5・19日	手ぬぐいを使った健康体操	1時半～3時	●600円	定:15名	洋1
12・26日	イスに座ってフレイル予防運動	1時半～3時	●500円	定:10名	和室
12・26日	夕方 太極拳	6時～7時半	●700円	定:10名	洋1
12・26日	勉強自習室	4時半～6時半	●無料	定:5名	多目
木曜日					
13・27日	満員 大人のぬりえ	1時半～3時半	●600円	定:12名	和室
金曜日					
7・21日	人気! 背骨コンディショニング体操	①9時半～ ②10時45分～	●800円	定:各10名	洋1
14・28日	やさしいヨーガ	10時～11時半	●600円	定:8名	洋1

※講座参加費は 税込み金額です

	部屋	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		30	31	ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 松ノ木2-38-6 電話：03-3315-7760 開館時間帯 平日/土曜：9時～21時 日曜/祝日：9時～17時 第3木曜：13時～21時 休館日 ・年末年始 ・毎月第3日曜 ・6月、12月の第3木曜				1
午前	和室			●：協働事業 ▲：行政枠 ★：夜間 無印：一般団体 ・予定が変更 される場合が ありますので、 お問い合わせ の上ご来館下 さい NPO法人新しいホームをつくる会				あらぐさ:輪投げ
	洋1							
	洋2							
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン						
午後 &夜間	和室							麻雀・ひまわり
	洋1							
	洋2							
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン	●ハンドケア					
日付		2	3	4	5	6	7	8
午前	和室			バラの会・ヨガ	チューリップ			松寿会定例会
	洋1	●日曜映画会①	あらぐさ:輪投げ		山ぼうしの会		●背骨コデ・イヨコグ	
	洋2		つくしの会					
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン				ららカフェ		
午後 &夜間	和室			●フラワーアレンジメント	ゆうゆうGO！			麻雀・ひまわり 松寿会定例会
	洋1	●日曜映画会②	●ハーモニカサロン		●手拭い健康体操	松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	
	洋2	日曜会						
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン						
日付		9	10	11	12	13	14	15
午前	和室			●ヴァイオリンコンサート			●やさしいヨーガ	あらぐさ:輪投げ 梅寿会定例会
	洋1				山ぼうしの会		●やさしいヨーガ	
	洋2		フローラル				仏語読書会	
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン					不識の会	
午後 &夜間	和室			バラの会・ヨガ	●フレイル予防運動	●大人のぬりえ		麻雀・ひまわり 梅寿会定例会
	洋1	東田白寿会:輪投げ	梅寿会・手話ダンス	●初めての水墨画	ゆうゆうGO！ ★●太極拳	松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	
	洋2	日曜会	フローラル			ららカフェ		
	茶室							
	多目的	●コーヒーサロン			★●勉強自習室			
日付		16	17	18	19	20	21	22
午前	和室	全日休館		▲三療サービス	チューリップ	午前中休館 (13時開館)		
	洋1		あらぐさ:輪投げ	バラの会・ヨガ	山ぼうしの会		●背骨コデ・イヨコグ	
	洋2						松寿会・役員会	
	茶室							
	多目的							
午後 &夜間	和室			▲三療サービス	ゆうゆうGO！			れんげの会 麻雀・ひまわり
	洋1		●ハーモニカサロン		●手拭い健康体操	松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	
	洋2			日曜会			松寿会・役員会	
	茶室							
	多目的			●ほっとタイム		ららカフェ		
日付		23	24	25	26	27	28	29
午前	和室						●やさしいヨーガ	
	洋1	●日曜映画会①		●かな書道と和歌	山ぼうしの会		●やさしいヨーガ	
	洋2		フローラル					
	茶室				不識の会			
	多目的	●コーヒーサロン					不識の会	
午後 &夜間	和室			バラの会・ヨガ	●フレイル予防運動	●大人のぬりえ		
	洋1	●日曜映画会②	梅寿会・手話ダンス	●初めての水墨画	ゆうゆうGO！ ★●太極拳	東田白寿会:輪投げ	麻雀・松ノ木	
	洋2	日曜会	フローラル			ららカフェ		
	茶室				不識の会			
	多目的	●コーヒーサロン	●切手サロン		★●勉強自習室		きずなサロン	