

吉本興業所属 **中村ひでゆき**の

# シニア漫談

**\*開催日\***  
6月8日(月)  
**\*開演\***  
午後1時30分  
**入場無料!**  
定員27名  
※申し込み受付 先着順

高齢者の方への  
お弁当配達  
アルバイトで出会う方との  
お面白エピソードを  
漫談の形式で披露。  
みなさん、  
お人柄が良いのだが、  
なにしろ口が悪い(笑)

触れ合うことで  
芸人の道標ともなった  
人生の先輩方に  
笑顔の恩返し!

中村ひでゆき・プロフィール  
1981年、埼玉生まれ/  
2004年デビュー/主な  
活動:2019年より「あなた  
の街に住みますプロジェクト」  
で「東京住みます  
芸人」に任命される。  
2021年1/21放送の「ア  
メトクロー!」の40歳  
過ぎてバイトやめられない  
芸人」に出演し、披露した  
高齢者の方への弁当配達  
の仕事の話が話題となる。

笑ってしんみり……  
涙を聴きにお出かけください

◆出演は、  
立川らく人さん  
または  
立川志ら門さん  
プラス前座一名のときもあり。

笑ってしんみり……  
涙を聴きにお出かけください

気持ちも口角も上げに  
大宮前館へ  
お出かけください

参加型(パタカラ)お口の健康体操  
も一緒に!

# 落語会

[開催日]  
6月22日 月曜日  
(毎月第4月曜日開催)

[時間]  
午後1時30分~2時30分頃

[入場料]  
500円

◆出演は、  
立川らく人さん  
または  
立川志ら門さん  
プラス前座一名のときもあり。

笑ってしんみり……  
涙を聴きにお出かけください

※今月は立川志ら門さん

令和8年  
6月

# 協働事業のご案内

©お申し込み & お問い合わせ  
tel.03-3334-9640  
(ゆうゆう大宮前館)  
<https://www.cb-sugiplu.com>

**Information** 給水や“なみチャレ”散歩でもご利用ください!

## 協働事業の予定表

**煎茶道講座**▶第2第4金曜日/14:00~16:00/1回1000円 ※別途、水屋代/各回500円(注:12月は休講)  
**おとなの折り紙教室**▶第1金曜日/13:30~15:30/各回500円  
**ぬり絵の力**▶第2第4月曜日/14:00~16:00/各回550円  
**腹話術を楽しむ会**▶第3火曜日/10:00~11:30/500円

★  
**リラックスヨガ**▶第2第4第5火曜日/14:00~15:10/各回700円  
**ヘルシーストレッチ**▶第2第4第5月曜日/10:00~11:30/各回700円

★  
**上手に歌ってみま専科**▶第1木曜日/14:30~16:00/1000円(各回)  
**歌声ライブ**▶第2水曜日/13:15~14:45/各回500円  
**ボイストレッチ**▶第1土曜日/10:00~11:30/1000円  
**ボイストレッチプラス**▶第3金曜日/10:00~11:30/1000円  
**シャンソンの扉**▶第2土曜日/10:00~11:30/800円

★  
**やり直し英会話**▶第1第2第4火曜日/10:00~11:30/各回1500円  
**楽しく学ぶ英会話**▶第1第2第4木曜日/13:30~15:00/各回1500円 ※テキスト付  
**初めての中国語**▶第2第4水曜日/10:00~11:00/各回1800円

★  
**囲碁初級者講座**▶第1第3土曜日/13:00~16:00/各回500円  
**相続個別相談会**▶第2火曜日/①17:30~18:20 ②18:30~19:20/相談料300円 ※予約は前日まで

# スマホ個別相談会

～毎月第4土曜日 開催～  
6月は27日

個別相談① 午後2:00~2:45  
個別相談② 午後3:00~3:45  
相談料300円  
※事前予約制です。各月2名

お申し込み時に、ご使用の機種・内容などお問い合わせください。  
ご相談内容によっては対応しきれない場合もございます。  
ご了承ください。

ケータイシヨップへ駆け込む前のちよっとした困りごとなど気軽な相談室としてご利用ください。マンツーマンで対応します。

注:開催日の対応が2名様と少数ですので、直前のキャンセルはご遠慮ください。

[相談員]  
行政書士・NPO法人 CBすぎなみプラス 代表:高橋潔  
当館2022-23年度「スマホ初心者講座」講師

# 書き方教室

えんぴつの持ち方から始める硬筆の教室です

きれいな文字が身につくとそれはあなたを彩る永遠のプロフィール。

6月からスタートの新講座

6/10, 6/24  
7/8, 7/22  
8/12, 8/26  
(直近3ヶ月の日程です。)  
午後4時20分~5時

\*参加費\*  
800円(各回)

■対象:年長~小学6年生

〈開催日〉  
第2・第4 水曜日(月2回)  
・講師・  
筆宝貴美江  
ひつぽう きみえ

★今よりもっと字がうまくなりたいた方も!

何食べる? 大宮前館だより 誰と食べる?

新年度も2か月が過ぎ、新規利用証の発行が増えたのは季節柄でしょうか。食べるという行為は、何を食べたかということ以上に、誰といつ、どのような状況で食べたかに大きく影響される繊細な体験であって……食べるとは記憶を食べるに他ならない、と四方田犬彦さんは書いています。が、宇宙でも食卓を囲むのは貴重な機会・交流だと言るのは山崎直子さん。それも(手巻き寿司の)わさびが大変人気があったとか。冒険家の高橋大輔さんが無人島で欲しかったのもわさびで、登山家の田部井淳子さんもエベレストで絶大な威力を発揮したのがわさびだったと。みなさんの記憶に残るわさびのようないえ、閉店の貼り紙が惜しまれる地元のお肉屋さんのような大宮前館を目指します!

# ゆうゆう大宮前館 令和8年6月予定表

	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前		てぬぐい体操 さくら会体操	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓 トールペイント		輪投げ	ボイストレッチ フリーブロー
午後		健康エアロビクス	舞踊 絵手紙	卓球(ラ) 親睦	上手に歌って～ パソコン 楽しく学ぶ英会話	スポーツ吹矢 おとなの折り紙教室	囲碁初級者講座
夜							
	7	8	9	10	11	12	13
午前	踊り	MDH ヘルシーストレッチ	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓 初めての中国語	わがまち一番体操	輪投げ 写経	シャンソンの扉 輪投げ
午後	卓球(く)	ぬり絵の力	リラックスヨガ	歌声ライブ 書き方教室	健康エアロビクス 手芸 楽しく学ぶ英会話	煎茶道講座	卓球(ホ) 囲碁練習
夜	(17時閉館)		相続個別相談会				
	14	15	16	17	18	19	20
午前	踊り	てぬぐい体操 さくら会体操	太極拳 腹話術を楽しむ会	銭太鼓 トールペイント 三療サービス 三療サービス	休館日	ボイストレッチ+ スポーツ吹矢	輪投げ フリーブロー
午後	卓球(ラ)	健康エアロビクス	舞踊 絵手紙	卓球(ラ)		囲碁初級者講座 俳句	
夜	(17時閉館)						
	21	22	23	24	25	26	27
午前	休館日	MDH ヘルシーストレッチ	太極拳 やり直し英会話	銭太鼓 初めての中国語	わがまち一番体操	輪投げ 写経	輪投げ
午後		落語会 ぬり絵の力	リラックスヨガ	卓球(ホ) 書き方教室	健康エアロビクス 手芸 楽しく学ぶ英会話	煎茶道講座	囲碁練習 スマホ個別相談会
夜							
	28	29	30	<p>太字の書体(青色)⇒ゆうゆう館主催(協働事業) / ㊞団体は定期利用枠を掲載</p>			
午前	宮前五北防災会 踊り	ヘルシーストレッチ	リラックスヨガ				
午後	卓球(ラ)						
夜	(17時閉館)						



ゆうゆう大宮前館  
杉並区宮前5-19-8  
tel. 03-3334-9640

