

美しい中国語が
身につく。

初めての中国語

入門・初級編



「楽しい」
(生徒さんの感想)
ようです。



・講師・
呉 雅麗 Wu Gareil

講師歴 20 年。毎年、両親の住む中国湖北省への里帰りを欠かさない。リアルレッスンで習得できる醍醐味は発音。発音からクリアして、奥深く面白い中国語をマスターしましょう。

〈開催〉
毎月 第 2・第 4 水曜日
(月 2 回)
8/12, 8/26
9/9, 9/23
10/14, 10/28
※直近 3 カ月の日程紹介です。

◆午前 10 時～11 時
◆受講料 1800 円(各回)

途中参加にも
対応します。

information 夏休みのある“講座”の日程にご注意ください。

落語会

〔開催日〕
8 月 24 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
〔木戸銭〕
500 円

笑ってしんみり……
嘶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。



※今月は
立川志ら門さん



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>

ゆうゆう大宮前館

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)
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
書き方教室▶第 2 第 4 水曜日/16:20～17:00/各回 800 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/14:30～16:00/500 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

★
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/① 17:30～18:20 ② 18:30～19:20/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/① 14:00～14:45 ② 15:00～15:45(各月 2 名)/相談料 300 円



参加費
300 円(各回)
※資料充実のため

〈開催時間〉
毎月 1 回
第 4 土曜日
17:00～19:00

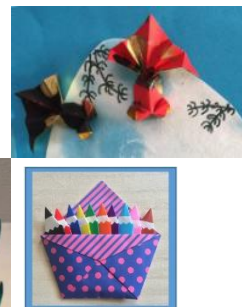
これから定年を迎える方、
定年退職されて間もない方々
に向けた、
情報収集、情報交換、懇談
のためのサロンです。

★今月は
22 日
です

毎月 1 回
第 1 金曜日 開催
午後 1 時 30 分～
3 時 30 分
参加費:500 円
(材料費込み)

※8 月は
7 日(金)

カラフル &
実用的な作品
を創ります。

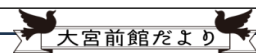


〈伝統折り紙〉

教室 折り紙 おとなの紙

◆講師
自然流桐齋
(じねんりゅうどうさい)

美しい言葉



まどろみの途

ドイツ語には「なつかしい」という言葉がないらしい。「思い出す」という言葉に収斂するのだと。倉本聰さんは「なつこむ」という美しい日本語がある、と書く。このふしだらな睡眠が心地よく至福の時に思われる。また、たふさけるという人の能力は人間にとって意外や幸せの要因である気がしてくる。ボケはすなわち「なつこむ」であると導く。体は脳がなければドライバーのいない車と同じ、1ミリの動かない。運動ができる体でいることも大切と脳ドックの定期的な受診を提唱する研究者は言う。行動半徑人との繋がり・会話が「なつこむ」・認知症の進行の予防になると。風鈴、夏祭り、浴衣:8 月の風物詩がいつまでも「なつこむ」と味わっていただけるよう心がけたいものです。

ゆうゆう大宮前館 令和 8 年 8 月 予定表

	日	月	火	水	木	金	土
午前							1 ボイストレッチ フリーブロー
午後							囲碁初級者講座
夜							
	2	3	4	5	6	7	8
午前	踊り	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	シャンソンの扉 輪投げ
午後	卓球(く)	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	卓球(ホ) 囲碁練習
夜	(17時閉館)						
	9	10	11	12	13	14	15
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		輪投げ 写経	輪投げ フリーブロー
午後	卓球(ラ)	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	煎茶講座	囲碁初級者講座 俳句
夜	(17時閉館)		(17時閉館)				
	16	17	18	19	20	21	22
午前	休館日	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 卓球(ラ)	午前休館	ボイストレッチ+	輪投げ
午後		健康エアロビクス	舞踊 絵手紙		親睦 パソコン キルト製作	スポーツ吹矢	スマホ個別相談会 囲碁練習
夜							定年退職者サロン
	23	24	25	26	27	28	29
午前	宮前五北防災会 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		輪投げ 写経	
午後	卓球(ラ)	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	煎茶講座	
夜	(17時閉館)						
	30	31					
午前		ヘルシーストレッチ					
午後							
夜	(17時閉館)						

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

ゆうゆう大宮前館
杉並区宮前 5 - 19 - 8

tel. 03 - 3334 - 9640

