

2026年

ゆうゆう荻窪館

5月の協働事業案内



★協働事業はどなたでも参加できます。年齢制限はありません。

★すべてのプログラムは「長寿応援ポイント」の対象です(60歳以上)。

※講座によっては満員の場合もありますので、お問い合わせください。満は満員。

| 事業名 | 開催日 | 曜日・時間 | 費用 |
|------------------|---------------|---|---|
| 歌って健康 | 5月6・20日 | 第1・3水曜日 15:30~16:30 | 1回 500円 |
| 歌って元気! | 5月1・8・15・22日 | 第1・2・3・4金曜日 17:30~18:30 | 1回 500円 |
| 健康麻雀 | 5月7・14・28日 | 第3木曜を除く毎木曜日 13:00~16:30 | 1回 500円 |
| | 5月9・16・23・30日 | 第1土曜を除く毎土曜日 13:00~16:30 | |
| 楽しくストレッチ | 5月3・10・24・31日 | 第3日曜を除く毎日曜日 13:00~14:30 | 1回 500円 |
| 健康エアロビクス | 5月7・21日 | 第1・3木曜日 13:30~14:45 | 1回 500円 |
| 三味線教室 | 5月11・25日 | 第2・4月曜日 ①13:30~14:45 ②15:00~16:15 | 2,000円 1,000円×2回の1ヶ月分 別途テキスト代200円 |
| Jポップ&フォーク | 5月7・21日 | 第1・3木曜日 17:30~18:30 | 1回 500円 |
| 陶芸教室 | 5月29日 | 毎月29日 10:00~12:00 | 1回 500円 別途材料燃焼費2,000円 |
| 楽々折り紙 | 5月26日 | 第4火曜日 10:30~12:00 | 1回300円 |
| | 5月15日 | 第3金曜日 14:30~16:00 | 1回300円 |
| ペン習字 | 1・3組 5月5・19日 | 第1・3火曜日 10:30~12:00 | 1回 500円 |
| | 2・4組 5月12・26日 | 第2・4火曜日 10:30~12:00 | 1回 500円 |
| フラダンス教室 | 5月4・18日 | 第1・3月曜日 13:00~14:00 | 1回 600円 |
| フラワーアレンジメント | お休み | 10:00~12:00 | 1回 500円 別途花・器代2600円 |
| やさしい骨盤体操 | 5月25日 | 第4月曜日 10:00~11:00 | 1回 500円 |
| 初めての太極拳 | 5月12・19・26日 | 第2・3・4火曜日 17:30~19:00 | 3500円 500円×7回テキスト代含む |
| セルフケア背骨コンディショニング | 5月5・19日 | 第1・3火曜日 13:15~14:30 | 1回1000円 |
| 楽しい初級英会話 | 5月1・15日 | 第1・3金曜日 10:30~12:00 | 1回700円 |
| シャンソン教室 | 5月6・20日 | 第1・3水曜日 13:00~14:30 | 1回 700円 |
| 使いこなそう!スマホ教室(初歩) | 5月8日 | 第2金曜日 10:00~11:00 | 1回1000円(要予約) テキスト代含む |
| 100円ポーチをリメイクしよう | 5月11日 | 13:30~15:30 | 1回500円 別途材料費200円 |
| 映画鑑賞会 | 5月1・29日 | 13:30~16:00 | 無料(要予約) |
| シニアピアノ教室 | 5月13・27日 | 第2・4水曜日 ①13:00~14:30 ②14:40~16:10 | 3,000円 (1,500円×2回の1か月分) (テキスト代別途) |

※三療サービスは5月13日(第2水)です。
5月1日(金)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は5月8・22日に実施します。
(第2・4金曜日①午前9時15分~②午前10時30分~)

◎開館時間は午前9時から午後9時まで。日・祝日は午後5時まで。

◎第3日曜(5月17日)は休館です。また5月21日(木)は事務連絡会のため一時まで休館となります。

NPO法人 生きがいの会

ゆうゆう荻窪館 杉並区南荻窪2-25-17 ☎&FAX (03-3335-1716)

8年5月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(2)

| 日 | 10 | | | | 11 | | | | 12 | | | | 13 | | | | 14 | | | | 15 | | | | 16 | | | |
|----|---------------|------|-------|----|------|---------------|-----------------------|--------------|-------------|-------------|-----------------|-------|------|---------------|------------|------|----------------------|---------------|-------------|--------------|--------|-------|--------------|-------------|------|---------------|------------------|----------------|
| 曜日 | 日 | | | | 月 | | | | 火 | | | | 水 | | | | 木 | | | | 金 | | | | 土 | | | |
| 部屋 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 |
| 午前 | ピゆうゆう ボンゆう | | | | | | (ヨガ) つわぶき | | (体操) 神楽会 | | ペン習字 | | 悠水会 | 宮前まちつ くりの会 | 三療サービ ス | | (ホアラロハ フラダン ス) | ユピア (手描き染) | 神楽会 (書道) | | (輪投げ会) | | 楽しい 初級英会話 | | (体操) | | 自強術西田会 (健康体操) | |
| 午後 | ストレッチ | | ストレッチ | | 三味線 | すずめの会 (麻雀) | 百円ポーチを リメイクしよ う | 神楽会 (カルタ) | | 花の会 (手芸) | 龍馬かよう会 (偶数月) | ピアノ教室 | | 三療サービ ス | | 健康麻雀 | ユピア (手描き染) | 健康麻雀 | | 悠水会 (太極拳) | | 楽々折り紙 | | 神楽会 (麻雀) | | ボロウドアー レンジ | 健康麻雀 | 囲碁の土日会 (囲碁) |
| 夜間 | 閉館 | | | | | | | | 太極拳 | | 太極拳 | | | | | | | | | | 歌って元気! | | 歌って元気! | | | | | |

7

| 日 | 17 | | | | 18 | | | | 19 | | | | 20 | | | | 21 | | | | 22 | | | | 23 | | | | | | |
|----|------|------|----|----|-------------|------------------|------------------------|---------------|--------------|------|--------------------------|---------------|--------------|--------------|----|----------------|-----------------|----------------|---------------|-------------|-------------|--------------------|----|-----------------|--------|------|-------------|------------------|-------------------|------|----------------|
| 曜日 | 日 | | | | 月 | | | | 火 | | | | 水 | | | | 木 | | | | 金 | | | | 土 | | | | | | |
| 部屋 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | 洋(大) | 洋(小) | 和室 | 茶室 | | | |
| 午前 | 休館日 | | | | (謡曲) 月囃会 | | ハーベスト P C (パソコン) | | | | ペン習字 | 第二雀会 (麻雀) | | (役員会) | | | 連絡会 事務 | | | | | わがまち一番 体操 | | チェリッシュ (ヨガ) | | | | 自強術西田会 (健康体操) | | | |
| 午後 | | | | | | フラダンス教室 オーシャン | | すずめの会 (麻雀) | 神楽会 (カルタ) | | セルフケア 背骨コンディ ショニング | Tuesday の会 | 神楽会 (大正琴) | 第二雀会 (麻雀) | | 歌って健康 シャンソン | ねえよんで (腕間かせ) | 歌って健康 シャンソン | すみれ (カラオケ) | エアロビクス 会 | 太極拳(荻 窪) | さわやか総務委 員会(打合せ) | | シニアダンス (ダンス) | | | 神楽会 (麻雀) | | ボハイ・ケ・ア ボロウドアー | 健康麻雀 | 囲碁の土日会 (囲碁) |
| 夜間 | | | | | | | | | | | | | | 太極拳 | | | | | | | | | | | 歌って元気! | | 歌って元気! | | | | |

