

2026年 ゆうゆう荻窪館 10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	10月7・21日	第1・3水曜日 15:30～16:30	1回 500円
歌って元気!	10月2・9・16・23・30日	毎週金曜日 17:30～18:30	1回 500円
健康麻雀	10月1・8・22・29日 10月10・17・24・31日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00～16:30 第1土曜を除く毎土曜日 13:00～16:30	1回 500円
楽しくストレッチ	10月4・11・25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	10月1・15日	第1・3木曜日 13:30～14:45	1回 500円
三味線教室	10月12・26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	10月1・15日	第1・3木曜日 17:30～18:30	1回 500円
陶芸教室	10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	10月16日 10月27日	第3金曜日 14:30～16:00 第4火曜日 10:30～12:00	1回300円 1回300円
ペン習字	1・3組 10月6・20日 2・4組 10月13・27日	第1・3火曜日 10:30～12:00 第2・4火曜日 10:30～12:00	1回 500円 1回 500円
フラダンス教室	10月5・19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	10月26日	第4月曜日 10:00～11:00	1回 500円
初めての太極拳	10月6・13・20・27日	第1・2・3・4火曜日 17:30～19:00	6000円 500円×12回テキスト代含む
セルフケア背骨コンディショニング	10月6・20日	第1・3火曜日 13:15～14:30	1回1000円
楽しい初級英会話	10月2・16日	第1・3金曜日 10:30～12:00	1回700円
シャンソン教室	10月7・21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	10月9日	第2金曜日 10:00～11:00	1回1000円(要予約) テキスト代含む
アロマでハンドマッサージ	10月14日	13:30～15:30	1回500円 時間予約制・15分毎(8名)
映画鑑賞会	10月30日	13:30～16:00	無料(要予約)
シニアピアノ教室	10月14・28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10月14日(第2水)です。
10月1日(木)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は10月7・21日(第1・3水曜日午前9時15分～)
10月9・23日(第2・4金曜日①午前9時15分～②午前10時30分～)
に実施します。

◎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(10月18日)は休館です。また10月15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10月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(1)

日																	1 木				2 金				3 土			
曜日																												
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																	ホアロハ (フラダン ス)					遊ぼう会	楽しい 初級英会話		宮前二丁目 防災会		自強術西田会 (健康体操)	
午後																	エアロビクス (太極拳・荻の 会)	健康麻雀	健康麻雀		(悠水会 太極拳)			椿樓会 (麻雀)		カサブランカ (麻雀)	ボロウドター (フラワール アレンジ)	
夜間																	Jポップ & フォーク		Jポップ & フォーク		歌って元気!		歌って元気!					

日	4				5				6				7				8				9				10			
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					(購曲) 月曜会		ハーベスト (パソコン)		チェリツシュ (ヨガ)		ペン習字	第二雀会 (麻雀)	わがまち一番 体操		お江戸の会 (偶数月)		ホアロハ (フラダンス)	ユビア (手描き染)			わがまち一番 体操	使いこなそう！ スマホ教室					自強術西田会 (健康体操)	
午後	ストレッチ		ストレッチ	園芸の土日会 (園芸)	フラダンス教室 オーシャン	ハナミズキ (ミュージックベル)	すずめの会 (麻雀)	椿樓会 (カルタ)	セルフケア 青春コンディショニング	Tuesday の会	椿樓会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)	シャンソン 歌って健康	すみれ (カラオケ)	シャンソン 歌って健康	ねえよんで (読聞かせ)	健康麻雀	ユビア (手描き染)	健康麻雀			わがまち財務 の会 (打合せ)		椿樓会 (麻雀)	健康麻雀	ボハイ・ケ・ア ロウドター	健康麻雀	
夜間	閉館								太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

8年10月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(2)

日	11				12				13				14				15				16				17			
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	ゆうゆう ピンポン						(つわぶき (ヨガ))		(体操) 棒撞会		ペン習字		悠水会	宮前まちづく りの会	三療サービ ス		連絡会 事務						初級英会話 楽しい		(体操) 棒撞会		(健康術西田会 健康体操)	
午後	ストレッチ		ストレッチ	囲碁の土日会 (囲碁)	三味線	すずめの会 (麻雀)		(棒撞会 (カルタ))		花の会 (手芸)	火木の会 (麻雀)	龍馬かよう会 (偶数月)	ピアノ教室	アロマでハン ドマッサージ	三療サービ ス		エアロビクス 会	さわやか健康要 員会(打合せ)			(悠水会 太極拳)	染々折り紙		(麻雀) 棒撞会	健康麻雀	ボロウドター ア (フレンジ)	健康麻雀	
夜間	閉館				閉館				太極拳		太極拳						Jポップ& フォーク		Jポップ& フォーク		歌って元気！		歌って元気！					

7

日	18				19				20				21				22				23				24			
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				(月曜会 囃曲)		ハイベスト (パソコン)				ペン習字	(第二雀会 麻雀)	わがまち一 番 体操		(役員会) 棒撞会		ホアロハ (フラダン ス)				わがまち一 番 体操						(健康術西田会 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)	(棒撞会 カルタ)	セルフケア 青年コンディ ショニング	Tuesd ayの会	棒撞会 (大正琴)	(第二雀会 麻雀)	歌って健康 シャンソン	(カラオケ) すみれ	歌って健康 シャンソン	(聴聞かせ)	木曜会	健康麻雀	健康麻雀		チームオレン ジ (打合せ)			(棒撞会 麻雀)	健康麻雀	ボロウドター ア ハイ・ケ・ア ロハ	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!					

8年10月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(3)

日	25				26				27				28				29				30				31			
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	ビュ ンポ ン				骨盤 体操	骨盤 体操	骨盤 体操		(朗読) 神楽会	楽々 折り紙	ペン 習字		悠水 会				陶芸 教室		陶芸 教室									
午後	スト レッチ		スト レッチ		三味 線	すずめ の会 (麻雀)		(カルタ) 神楽会		火木の 会 (麻雀)	花の 会 (手芸)		ピアノ 教室		秋のはな (介護者の 会)		健康 麻雀		健康 麻雀		映画鑑 賞		映画鑑 賞		健康 麻雀		健康 麻雀	囲碁の 土日会 (囲碁)
夜間	閉館				DCN教室 (奇数月)				太極 拳		太極 拳			ピアノ コーラ ー (制作)							歌って 元気！		歌って 元気！					

[illegible]