2026年 ゆうゆう荻窪館
11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	11月4・18日	第1・3水曜日 15:30～16:30	1回 500円
歌って元気！	11月6・13・20・27日	毎週金曜日 17:30～18:30	1回 500円
健康麻雀 満	11月5・12・26日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00～16:30	1回 500円
	11月14・21・28日	第1土曜を除く毎土曜日 13:00～16:30	
楽しくストレッチ	11月1・8・22・29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	11月5・19日	第1・3木曜日 13:30～14:45	1回 500円
三味線教室	11月9・23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	11月5・19日	第1・3木曜日 17:30～18:30	1回 500円
陶芸教室	11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	11月20日	第3金曜日 14：30～16：00	1 回300円
	11月24日	第4火曜日 10：30～12：00	1 回300円
ペン習字 満 1・3組	11月3・17日	第1・3火曜日 10:30～12:00	1回 500円
2・4組	11月10・24日	第2・4火曜日 10:30～12:00	1回 500円
フラダンス教室	11月2・16・30日	第1・3・5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	11月23日	第4月曜日 10:00～11:00	1回 500円
初めての太極拳	11月10・17・24日	第2・3・4火曜日 17：30～19：00	4500円 500円X9回テキスト代含む
セルフケア背骨コンディショニング	11月3・17日	第1・3火曜日 13：15～14：30	1 回1000円
楽しい初級英会話	11月6・20日	第1・3金曜日 10：30～12：00	1回700円
シャンソン教室	11月4・18日	第1・3木曜日 13:00～14:30	1回 700円
使いこなそう！スマホ教室 満	11月13日	第2金曜日 10：00～11：00	1回1000円（要予約） テキスト代含む
アクリル絵の具で花を描く「いの花アート」	11月9日	第2月曜日 13：30～15：30	1回500円 別途材料費1000円
老い支度のすゝめ(介護保険)	11月13日	13：30～15：30	100円（要予約）お茶菓子付
おれんじカフェ（みんなで歌おう）	11月27日	14：00～16：00	100円(申込不要）お茶菓子付
映画鑑賞会	11月30日	13:30～16:00	無料（要予約）
シニアピアノ教室 満	11月11・25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11月11日(第2水)です。
11月1日(日)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は11月4・18日(第1・3水曜日午前9時15分～)
11月13・27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(11月15日)は休館です。また11月19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11月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（1）

日	1	2	3	4	5	6	7
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		月曜会（謡曲） ハーベストPC（パソコン） 第二雀会（麻雀）	チェリッシュ（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）	遊ぼう会 楽しい初級英会話	宮前二丁目防災会 自彊術西田会（健康体操）
午後	ストレッチ ストレッチ	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） 椋欅会（カルタ）	セルフケア青春コンディショニング Tuesdayの会 椋欅会（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）	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） 椋欅会（麻雀）	ボロウドTー（フラワーアレンジ） カサブランカ（麻雀） 囲碁の土日会（囲碁）
夜間	閉館		閉館		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	8	9	10	11	12	13	14
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）	椋欅会（体操） ペン習字	悠水会 宮前まちづくりの会 三療サービス	ホアロハ（フラダンス） ユピア（手描き染）	わがまち一番体操 使いこなそう！スマホ教室	自彊術西田会（健康体操）
午後	ストレッチ ストレッチ	三味線 いの花アート すずめの会（麻雀） 椋欅会（カルタ）	火木の会（麻雀） 花の会（手芸） 囲碁かよう会（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	老い支度のすゝめ わがまち財務の会（打合せ） 椋欅会（麻雀）	健康麻雀 ボハイ・ケ・アロハ／ボロウドTー 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！	

8年11月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（2）

日	15				16				17				18				19				20				21			
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（囲碁）		ハーベストPC（パソコン）				ペン習字	第二雀会（麻雀）	わがまち一番体操		樽檄会（役員会）		事務連絡会				地域交流会	楽しい初級英会話	地域交流会		樽檄会（体操）		自彊術西田会（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）	樽檄会（カルタ）	セルフケア背骨コンディショニング	Tuesdayの会	樽檄会（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	エアロビクス太極拳（荻の会）	さわやか総務委員会（打合せ）			悠水会（太極拳）	楽々折り紙		樽檄会（麻雀）	健康麻雀	ボロウドTー（フラワーアレンジ）	健康麻雀	
夜間									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	22				23				24				25				26				27				28			
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				骨盤体操	骨盤体操	骨盤体操		樽檄会（朗読）	楽々折り紙	ペン習字		悠水会				ホアロハ（フラダンス）				わがまち一番体操						自彊術西田会（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）		樽檄会（カルタ）		火木の会（麻雀）	花の会（手芸）		ピアノ教室	ピアノコラージュ（コラージュ制作）	荻のはな（介護者の会）		木曜会	健康麻雀	健康麻雀		チームオレンジ（サロン）			樽檄会（麻雀）	健康麻雀	ボハイ・ケ・アロハ／ボロウドTー	健康麻雀	
夜間	閉館				閉館				太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

8年11月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（3）

日	29				30																			
曜日	日				月																			
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	陶芸教室		陶芸教室		フラダンス教室 オーシャン																			
午後	ストレッチ		ストレッチ	囲碁の土日会（囲碁）	映画鑑賞		映画鑑賞																	
夜間	閉館																							

日																								
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																								
午後																								
夜間																								