



ゆうゆう桃井だより

2026年8月号

発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館



NO. 237

土曜倶楽部

夕暮れシネマ

今年も年に1度の「夕暮れシネマ」を開催します。今回は、いつもの映画上映とは趣を変え、世界を舞台に活躍する**日本人の15歳天才バイオリン少女を追った作品**をご覧ください。
若き才能が奏でる美しい音色をお楽しみください。上映後は、シネマサロンの今永さんを囲み、スタッフ手作りの**カレーをいただきながら**、参加者同士の交流も深めていただければと思います。

日 時：8月15日（土）午後3時30分～6時

参加費：無料

定 員：25名（7月15日申し込み開始）



パソコンサロン



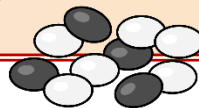
【開催日】毎月第1・第3月曜日 2時～3時30分

【参加費】1回500円

【持ち物】ノートパソコン・マウス

Wordで作品作りを楽しみながら、Wordの基本を覚えていきます。初心者の方も大歓迎！

今後の予定は、レシピ作成・グリーティングカード・カレンダー作成など。



囲碁サロン

【開催日】毎月第2・第4木曜日 9時～12時

【参加費】無料

【持ち物】無し

時間内でしたら、ご都合の良い時間にいらして碁が楽しめます。おひとりでも、お友達とご一緒でも大歓迎！初めての方はスタッフに教えてもらえます。

サロン紹介

参加ご希望の方・お問い合わせは、

桃井館までご連絡ください！

【開催日】毎週水曜日

5時10分～6時30分

【参加費】1回300円

【持ち物】無し

ダーツは、年齢を問わず誰でも気軽に始められるスポーツです。的を狙って投げることで認知症予防にも役立ちます。毎週1回、楽しくダーツを楽しみませんか。

ダーツで遊ぼう



【開催日】毎月第3金曜日

1時30分～3時

【参加費】1回200円

【持ち物】無し

毎月テーマを決めて、参加者の皆さんと楽しく語り合うサロンです。お茶とお菓子をいただきながら、さまざまなお話をすることで、新しい発見や学びがたくさんあります。



ももカフェ

三療サービス（マッサージ） 60歳以上の杉並区民対象	24日（月）	午前10時～午後3時10分	有 料 （要確認）
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	申し込み開始：8月1日（土）午前9時から 8月はお休み		

ゆうゆう桃井館

〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）午前9時～午後9時 （日・祝日）午前9時～午後5時

8月の一休館日8月16日（日）・8月の午前休館日8月20日（木）

8月サロンのご案内

サロン名		催 日	時 間	参加費
当日OK!	ゆうゆう健康体操	4 日（火）・1 1 日（火） 1 8 日（火）・2 5 日（火）	①午前 9 時 3 0 分～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 4 5 分～1 1 時 4 5 分	3 0 0 円
		6 日（木）・1 3 日（木） 2 7 日（木）	①午前 9 時 3 0 分～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 4 5 分～1 1 時 4 5 分	
		注）6 日（木）・1 1 日（火）は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	1 3 日（木）・2 7 日（木）	午前 9 時～1 2 時	無 料
要 予 約 （満員の場合もあり要確認）	パソコンサロン	3 日（月）・1 7 日（月）	午後 2 時～3 時 3 0 分	5 0 0 円
	折り紙教室	① 3 日（月）② 1 0 日（月）	午前 1 0 時～1 2 時	無 料
	桃井マージャン教室	4 日（火）・1 1 日（火） 1 8 日（火）・2 5 日（火）	午前 1 0 時～午後 1 時	5 0 0 円
	パソコン・スマホ 個人相談会	1 1 日（火）	① 午後 2 時～3 時 ② 午後 3 時～4 時	5 0 0 円
	ダーツで遊ぼう	5 日（水）・1 2 日（水） 1 9 日（水）・2 6 日（水）	午後 5 時 1 0 分～6 時 3 0 分	3 0 0 円
	マージャンサロン	6 日（木）・1 3 日（木） 2 0 日（木）・2 7 日（木）	午後 1 時～4 時	5 0 0 円
	やさしい英会話	6 日（木）・2 0 日（木）	①午後 1 時 3 0 分～2 時 3 0 分 ②午後 2 時 4 5 分～3 時 4 5 分	5 0 0 円
	ゆうゆう卓球	1 0 日（月）・2 4 日（月）	午前 1 0 時～1 2 時	3 0 0 円
	ゆうゆう卓球 ②	1 2 日（水）・2 6 日（水）	午後 1 2 時 5 0 分～2 時 5 0 分	3 0 0 円
	初心者卓球	1 2 日（水）・2 6 日（水）	午後 3 時～4 時 4 5 分	3 0 0 円
	おたのしみ昼食会	1 4 日（金）	午前 1 1 時～午後 1 時	7 0 0 円
	書道教室	2 5 日（火）	（A）午後 1 時 3 0 分～3 時 （B）午後 3 時 2 0 分～4 時 5 0 分	5 0 0 円
	ウクレレ講座 A	2 8 日（金）	午前 9 時 4 5 分～1 1 時	6 0 0 円
	ウクレレ講座 B	2 8 日（金）	午前 1 1 時 1 5 分～午後 1 2 時 3 0 分	6 0 0 円
	おとこのおしゃべり会	2 2 日（土）	午後 3 時 3 0 分～5 時 3 0 分	2 0 0 円
	絵手紙教室・手芸サロン・お楽しみ料理教室はお休みです			
7 月 15 日 受 付 開 始	シネマサロン 定員 3 0 名	4 日（火）	午後 2 時～	無 料
	土曜倶楽部	1 5 日（土）	午後 3 時 3 0 分～6 時	無 料
	ももカフェ	2 1 日（金）	午後 1 時 3 0 分～3 時	2 0 0 円
	みんなで楽ランチ	2 8 日（金）	午前 1 1 時 3 0 分～午後 1 時	1 0 0 円
	卓球ひろば	2 日（日）・9 日（日）	①午前 9 時～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 3 0 分～1 2 時	高校生～大人 1 人 2 0 0 円 小中学生 1 人 1 0 0 円
		火曜・木曜・金曜・土曜 （日にち要確認）	①午後 5 時～6 時 3 0 分 ②午後 6 時 3 0 分～8 時	

- * 当日OK! 以外のサロンは事前申し込み制。
- * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(お楽しみ昼食会は高齢者対象)
- * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です。
- * 調理・食事関係のサロンでは、アレルギー対応は行っていないので、お気を付けください。

8月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用
目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午 前 (9:00~12:00)				午 後 (1:00~5:00)				夜 間 (6:00~9:00)			
		洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②
1	土	ギムナ スティック体操					桃囲会 (囲碁)			卓球① 卓球②			
2	日	卓球① 卓球②				桃粋蕎 (そば打ち)		桃粋蕎 (そば打ち)		休 館			
3	月	紫陽花会 (フリーフロー)	折り紙 教室			パソコン サロン				悠々 (太極拳)			
4	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室	井草現代語 短歌会		シネマ サロン	桃井マージャン			シネマ 卓球②			
5	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 料亭TOM		ダーツで 遊ぼう		料亭TOM (料理)	
6	木		ゆうゆう 健康体操	十四松会 (料理)		やさしい 英会話	マージャン サロン	十四松会 (料理)		卓球① 卓球②			
7	金	ピンポン (卓球)				つくしの会 (書道)				卓球① 卓球②			
8	土	ギムナ スティック体操		BBC15 (料理)			桃囲会 (囲碁)	すみれ会 (生け花)		卓球① 卓球②			
9	日	卓球① 卓球②	すすかけの会 (マージャン)				すすかけの会 (マージャン)			休 館			
10	月	ゆうゆう 卓球	折り紙 教室			ピンポン (卓球)	清水ゆうわ サークル			悠々 (太極拳)			
11	火	桃井 マージャン教室	ゆうゆう 健康体操			絵手紙		PC・スマホ 個人相談会		休 館			
12	水	西荻 ハーモニカ教室		五喜・六台会 (料理)		ゆうゆう卓球② 初心者卓球	桃囲会 (囲碁)	五喜・六台会 (料理)		ダーツで 遊ぼう			
13	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン			マージャン サロン			エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②			
14	金		おたのしみ 昼食会	おたのしみ 昼食会		ピンポン (卓球)	パンダ (研修)	おたのしみ 昼食会		卓球① 卓球②			
15	土	ギムナ スティック体操				土曜 倶楽部	桃囲会 (囲碁)		土曜 倶楽部	卓球① 卓球②			

8月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用
目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午 前 (9:00~12:00)				午 後 (1:00~5:00)				夜 間 (6:00~9:00)			
		洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②
16	日	毎月第3日曜日は定期休館日です											
17	月	紫陽花会 (フリーフロー)				パソコン サロン				悠々 (太極拳)			
18	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室			ピンポン (卓球)	桃井マージャン	桃粋菁 (そば打ち)		卓球①			
										卓球②			
19	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)	紫の会 (編み物)	ダーツで 遊ぼう			
20	木	休館				やさしい 英会話	マージャン サロン		霜月会 (囲碁)	卓球①			
										卓球②			
21	金	ピンポン (卓球)				つくしの会 (書道)		ももカフェ		卓球①			
										卓球②			
22	土	ギムナ スティック体操				おしゃべり会	桃囲会 (囲碁)			おしゃべり会			
										卓球②			
23	日					ピンポン (卓球)				休 館			
24	月	ゆうゆう 卓球	三療 サービス	あじさい会 (料理)		清水ゆうわ サークル	三療サービス	あじさい会 (料理)		悠々 (太極拳)		運営委員会	
25	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室			書道教室	みどりの会 (着付け)	PC・スマホ 個人相談会		卓球①			
										卓球②			
26	水	西荻 ハーモニカ教室		グッドテイスト (料理)		ゆうゆう卓球② 初心者卓球	桃囲会 (囲碁)	グッドテイスト 腹八会		ダーツで 遊ぼう		腹八会 (料理)	
27	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	九九の会 (料理)		手芸サロン	マージャン サロン	九九の会 (料理)	エチュード (オカリナ)	卓球①	I KAMO 応援隊		
										卓球②			
28	金	ウクレレ 教室		楽ランチ		ピンポン (卓球)	パンダ (研修)	楽ランチ	霜月会 (囲碁)	卓球①			
										卓球②			
29	土	ピンポン (卓球)					桃囲会 (囲碁)			卓球①			
										卓球②			
30	日									休 館			
31	月					地域 交流会							