



こころ寄せ合う地域家族

ゆうゆう善福寺だより

発行: NP0法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう善福寺館



ゆうゆう館の企画は

0歳から100歳以上まで

どなたでもご利用いただけます！



井草八幡宮 神楽殿 能楽発表会

日時 10月24日(土) 13:00~16:00

場所 井草八幡宮 神楽殿 観覧 無料

指導 辻井八郎さん(金春流能楽師・
重要無形文化財総合認定)

林美佐さん(金春流能楽師)



ゆうゆう善福寺館の「能楽入門 はじめの一步
~仕舞と謡~」で学ぶ皆さんが、日頃のお稽古
の成果を発表します。

緑豊かな境内に佇む神楽殿を舞台に、能楽の
美しい所作や謡の響きをお楽しみ頂けます。
ぜひお気軽にお越しください。

ゆうゆう善福寺アカデミー

「善福寺の自然を楽しむ」

講座形式

日時 10月3日(土) 14:00~16:00

講師 伊地知英信さん(自然環境保護家・絵本作家)

参加費 500円(中学生以下無料) 定員 50名

9月号でもお知らせしましたが、身近な善福寺の
魅力を、もっともっと知り、私たちに出来る事も考
えていきたいですね。

座学です。じっくりお聞きしてみましょう。

西荻・善福寺オープンサロンDayのご紹介

西荻・善福寺をまち探検しませんか！

10月23日(金)・24日(土)、地域のサロン
を巡ります。チラシは、ゆうゆう善福寺館、
ケア24善福寺、他で置いてあります。

町会回覧板でもご覧いただけます。

詳細はチラシをご覧ください、
各申込先にお申し込みください。



地域でつながる ~安心サロン~

「杉並工科高校生との交流」

この日は
午後です！

日時 10月22日(木) 13:30~15:00

講師 白川桃子さん(杉並工科高校教諭)

永田久美子さん(認知症介護研究・
研修東京センター副センター長)

参加費 100円

定員 8名



まさに画期的な企画が実現します！

前半は、高校生と高齢者が膝を交えてお話しし
ます。高校生から高齢者に聞いてみたい事は、「子
どもの頃の生活」「現在の若者に期待すること」
です。

後半は、「認知症」について永田さんから『新しい
常識』についてお話しいただき、『ヘルプカード』の
紹介もしていただきます。

このような機会はなかなかございません。奮っ
てご参加ください。

コース	日にち	集合時間・場所	ルート
A	10/23(金) AM	10:00~ 善福寺サロン (ケア24善福寺) (西荻北4-31-11)	善福寺サロン(ケア24善福寺)→ 東京女子大→ディサービスやわらわ かがやき亭→けやきの見える家
B	10/23(金) PM	13:30~ サンフレンズ善福寺 (善福寺3-27-11)	サンフレンズ善福寺(特養)→浄水所→ 善福寺体操クラブ→グリーンデー プレーパーク→きとはびー安心サロン
C	10/24(土) AM	10:00~ 善福寺 (善福寺4-3-6)	善福寺→ぐるーぶほーむ はこぶね→ 善福寺北児童館→オクターヴ・ さろんど善福寺
D	10/24(土) PM	13:30~ 井草八幡宮 2代目松の周辺 (善福寺1-33-1)	井草八幡宮→能見学→子ども・子育て プラザ善福寺→蔵書室ふもと→ 井荻みんなの家(井荻会館)



みんなでカフェタイムのお知らせ

10月8日(木) 16:00~18:00

カフェタイムは毎月第2木曜日に実施しています。

ゆうゆう善福寺館

〒167-0041 杉並区善福寺2-26-18 ☎/FAX 03-3394-8963

開館時間: 平日9:00~21:00 日曜/祝日9:00~17:00 休館日: 10月15日(木)午前休館・18日(日)全日休館



申込	10月 サロンのご案内	開催日	時間	参加費・定員・持ち物
要申込	ゆうゆう善福寺アカデミー 「善福寺の自然を楽しむ」(座学)	3日(土)	14:00～16:00	500円 中学生以下無料 定員50名
当日OK	井草八幡宮 神楽殿 能楽発表会	24日(土)	13:00～16:00	観覧 無料 観覧者 長寿応援ポイント対象外
要申込	やさしい太極拳	12日(月) 26日(月) 28日(水)	10:00～11:30 10:00～11:30 10:00～11:30	500円/回 定員10名
要申込	みんなで歌いましょう♪	29日(木)	10:00～11:30	300円 定員30名 (持)不織布マスク
見学随時	能楽入門 月曜クラス 午前 はじめの一步 水曜クラス 午前 ～仕舞と謡～ 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	5・19日(月) 7・14・21日(水) 8(木)・15(木)23(金) 6・13・27日(火)	10:00～12:00 9:30～11:30 18:30～20:30 17:00～19:00	令和8年10月～令和9年3月 月水金:全14回 火:全12回 2000円×回数分【前納制】
満員御礼	わくわく援農体験 本橋農園のお手伝い(収穫・草取り)	毎週月・木曜日 但し15(木)→14(水)	9:00～10:00	無料 雨天中止 (持)長靴・軍手・水筒・タオル
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	12・26日(月)	13:30～15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	13・27日(火)	13:30～16:30	無料 定員8名
要申込	シネマサロン 申込受付 9月16日～	20日(火)	13:30～上映 (13:00～前座) 上映時間 138分	無料 定員40名 上映作品は館にお尋ねください
要申込	大人からはじめよう 「書道教室」	7・21日(水)	9:30～11:30	600円/回(教材費別途200円) 定員10名 (持)書道道具・半紙・台拭き
要申込	オンラインでおしゃべりしましょ!	7日(水)	13:30～15:00	無料 定員10名
要申込	スマホ・パソコン 個別相談会	1日(木)	10:00～12:10 お一人40分ずつ	500円 定員6名 (持)お持ちのスマホ・パソコン
要申込	地域でつながる～安心サロン～ 「杉並工科高校生との交流」	22日(木)	13:30～15:00	100円 定員8名
要申込	美姿勢/バレエ音楽ストレッチ	9・23日(金)	10:30～11:45	500円/回 定員8名
要申込	ストレッチ講座	2・9・16・30日(金) 23日はお休み	13:30～14:30	500円/回 定員20名
当日OK	みんなの居場所※ (交流室・自習室)	毎週木曜日 毎週土曜日	16:00～20:00 18:00～20:00	無料 定員12名
要申込	65歳以上の区民対象 善福寺はつらつ道場 お問い合わせは ケア24善福寺へ	16日(金)	10:00～11:45	200円(初回のみ) 定員25名

当日OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	5・19日(月) 2回制	①13:30～14:15 ②14:45～15:30	無料 各回15名 先着順
要申込	60歳以上の区民対象 マッサージ(三療サービス)※	12日(月) 申込受付 10月1日～	10:00～15:10 お一人40分ずつ	有料(お問い合わせください) 定員12名 (持)バスタオル2枚・手ぬぐい2枚

10月予定表

ゆうゆう善福寺館

TEL 03-3394-8963

令和8年9月2日現在

日	曜日	午前				午後				夜間			
		洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室
1	木	スマホPC 相談会	太極拳 善福寺			居場所		麻雀 すずめクラブ		みんなの 居場所			
2	金	ケア24				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ				
3	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会				ゆうゆう善福寺アカデミー		新日舞 扇の会		みんなの 居場所			
4	日	踊り さくら会					輪投げ 井荻万寿美会			休館			
5	月	能			能	わがまち 一番体操				会議 善福寺行検			
6	火	ゆうゆうGO!				コーラス 井荻万寿美会				能			能
7	水	書道教室	能		能	レクダンス 井荻万寿美会	オンラインで おしゃべり	ウクレレ アロハウクレレ	オンラインで おしゃべり	かっぱれ かぼーれ			
8	木	会長会 井荻ブロック	太極拳 善福寺	体操 青葉会		すずめクラブ みんなでカフェ		民謡 白寿青井会		能		みんなの 居場所	能
9	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ		オーブザワ Day	バレエ	ストレッチ講座		囲碁 暮苦楽会	ストレッチ				
10	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会				新日舞 扇の会	輪投げ 井荻万寿美会			みんなの 居場所			
11	日	踊り さくら会								休館			
12	月	やさしい太極拳	三療 サービス			めざせ英語 ペラペラのPE		三療 サービス		休館			
13	火	ゆうゆうGO!		ウクレレ アロハウクレレ		コーラス 井荻万寿美会		囲碁タイム		能			能
14	水	能			能	レクダンス 井荻万寿美会	輪投げ 善福寺白寿会	囲碁 暮苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
15	木	午前休館（事務連絡会）				居場所	太極拳 善福寺	民謡 白寿青井会		能		みんなの 居場所	能
16	金	はつらつ道場				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ				
17	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会				新日舞 扇の会	役員会 善福寺白寿会			みんなの 居場所			
18	日	第3日曜日休館											
19	月	能			能	わがまち 一番体操							
20	火	ゆうゆうGO!		ウクレレ アロハウクレレ		シネマサロン				目的外			
21	水	書道教室	能		能	レクダンス 井荻万寿美会	輪投げ 善福寺白寿会	ウクレレ アロハウクレレ		かっぱれ かぼーれ			
22	木	安心サロン	太極拳 善福寺			すずめクラブ 居場所	麻雀 ジャンボール	安心サロン		みんなの 居場所			
23	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	オーブザワ Day		囲碁 暮苦楽会		能			能
24	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会		体操 青葉会						みんなの 居場所			
25	日	踊り さくら会					輪投げ 井荻万寿美会			休館			
26	月	やさしい太極拳				めざせ英語 ペラペラのPE							
27	火	ゆうゆうGO!		輪踊り 善福寺白寿会		コーラス 井荻万寿美会		囲碁タイム		NPO	能		能
28	水	やさしい太極拳				会議 自然愛護会		囲碁 暮苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
29	木	みんなで歌いましょう♪				居場所				みんなの 居場所			
30	金					ストレッチ講座			ストレッチ				
31	土									みんなの 居場所			