

・ ・ ・ ゆうゆう西荻北館 令和7年2月のお知らせ ・ ・ ・

このプログラムは、すべて長寿ポイント対象事業です。参加された75歳以上の杉並区民の方に「生きがい活動」として1ポイントシールを差し上げています。

★下記の事業は「**予約制**」となっています。年齢を問わず、どなたでもご参加いただけます。

プログラム	開催日	時間	参加費
GES英会話サロン	14日・28日 (第2・4金曜日)	13:30~14:30	1回600円
やさしいフランス語	5日・19日 (第1・第3水曜日)	14:00~15:00	1回600円
歌って元気	3日(第1月曜日)	10:30~11:30	1回500円
	13日・27日(第2・第4木曜日)	18:00~19:00	
みんなのエアロビ	4日・18日 (第1・第3火曜日)	13:30~14:45	1回500円
パステルアートサロン	11日 (第2火曜日)	13:30~15:00	1回600円
大人のぬり絵	12日・26日 (第2・4水曜日)	14:00~16:00	1回600円
歌声サロン	13日・20日・27日 (第2・第3・第4木曜日)	15:00~16:30	1回600円 お土産/歌集付
はじめてピアノ①②	14日・28日 (第2・4金曜日)	①9:15~10:40 ②10:45~12:10	1回1,500円
午後のピアノ①②	14日・28日 (第2・4金曜日)	①15:00~16:25 ②16:30~17:55	1回1,500円
土曜夜の映画サロン	15日(第3土曜日)	17:00~20:00	無料
昼の映画会	休講		
夜の映画会	休講		
自習スペース(中・高校生)	毎週金曜日	17:30~20:30	無料

☆三療サービス【要予約】

14日(第2金曜日)

毎月1日から予約受付

(長寿ポイント対象外)

「余寒見舞い」を出してみませんか？

あまり聞きなれない「余寒見舞い」ですが、寒中見舞い同様、寒さの厳しい折、相手の健康を気遣う季節の挨拶状です。

喪中などで年賀状を出せなかった人や、年賀状も、寒中見舞いも逃してしまった！

というときにも使えます。

時期としては、立春2/4から2月いっぱいですが、寒い地域などは3月迄送る場合もあります。

年が明けて少し落ち着いた頃の便りは受け手もゆっくり読んでくれるかもしれませんね。



【お申込み/お問い合わせ】

●ゆうゆう西荻北館



〒167-0042 東京都杉並区西荻北2-27-18

TEL・FAX 03-3396-8871

E-mail: nishiogikita@sara-project.or.jp

主催: NPO法人 さらプロジェクト <https://www.sara-project.or.jp/>

西荻北館 令和7年2月使用予定表

* 4月の団体空枠申込は、2月24日(目的外は2月27日)からできます

日	曜	部屋	午前	午後	夜間	
2/1	土	1	(51)ルンルン講座	(21)みずゑ会(水彩画)		
		2		(41)オータム(麻雀)		
		3	(24)土曜会(囲碁)	(38)たんぼほの会(折り紙)	協働事業	
2/2	日	1	(25)春秋会(カラオケ)	(26)春秋会(誕生会)	夜間休館	
		2		()春秋会(誕生会)		
		3		(50)ばらの会(麻雀)		
2/3	月	1	歌って元気	(28)ひまわりの会(折り紙)	協働事業	
		2		(40)あひる(囲碁)	協働事業	
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(2)塾石会(囲碁)	協働事業	
2/4	火	1	(46)火謡会(謡曲)	みんなのエアロビ	協働事業()	
		2	(8)古典を読む会(古典通読)	みんなのエアロビ	協働事業()	
		3	(5)火曜会(書道)	(30)ケーナの会(民族音楽)		
2/5	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	やさしいフランス語	(9)WEST西荻(気功太極拳)	
		2	(29)春秋会(オセロ)			
		3	(11)レイカブア(ウクレレ)	協働事業()		
2/6	木	1	(15)春秋会(輪投げ)	(47)俳句の駅	協働事業()	
		2	(47)俳句の駅	(47)俳句の駅	協働事業()	
		3	(44)ささんか傾聴の会(傾聴)			
2/7	金	1	行政使用			
		2	(22)スマイル(麻雀)	(22)スマイル(麻雀)		
		3	(17)金曜会(書道)	協働事業	自主スペース	
2/8	土	1	(19)民謡同好会	(37)西荻北ブリッジの会		
		2	(43)麻雀愛好会	(43)麻雀愛好会		
		3	(24)土曜会(囲碁)	(36)カトリアの会(ちぎり絵)		
2/9	日	1	(25)春秋会(カラオケ)	協働事業()	夜間休館	
		2	協働事業()	協働事業()		
		3		(50)ばらの会(麻雀)		
2/10	月	1	(4)あさみの会(レクダンス)		協働事業	
		2	(4)あさみの会(レクダンス)	(40)あひる(囲碁)	協働事業	
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(2)塾石会(囲碁)		
2/11	火祝	1	(45)火謡会(謡曲)	バステルアートさろん	夜間休館	
		2	協働事業()	バステルアートさろん		
		3		協働事業		
2/12	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	大人のぬり絵	(9)WEST西荻(気功太極拳)	
		2		(41)オータム(麻雀)		
		3	(13)春秋会(役員会)	(19)民謡同好会		
2/13	木	1	(15)春秋会(輪投げ)	歌声さろん	歌って元気	
		2	(30)ケーナの会(民族音楽)	歌声さろん	歌って元気	
		3	(1)青い鳥(朗読)	(16)コスモス(絵本読聞かせ)	協働事業()	
2/14	金	1	(20)水墨画同好会	英会話		
		2	三療サービス	三療サービス		
		3	はじめてピアノ(1)(2)	午後のピアノ(1)(2)	自主スペース	
2/15	土	1	(51)ルンルン講座	(21)みずゑ会(水彩画)	土曜夜の映画サロン	
		2		(41)オータム(麻雀)	土曜夜の映画サロン	
		3	(24)土曜会(囲碁)	(52)数字で遊ぼう	協働事業	
2/16	日	1	第3日曜日のため休館となります			
		2				
		3				
2/17	月	1	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(28)ひまわりの会(折り紙)	協働事業	
		2		(40)あひる(囲碁)	協働事業	
		3		(2)塾石会(囲碁)	協働事業	
2/18	火	1	(46)火謡会(謡曲)	みんなのエアロビ	協働事業	
		2	協働事業()	みんなのエアロビ	協働事業	
		3	(5)火曜会(書道)	(30)ケーナの会(民族音楽)		
2/19	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	やさしいフランス語	(9)WEST西荻(気功太極拳)(10)	
		2	(29)春秋会(オセロ)			
		3	(11)レイカブア(ウクレレ)			
2/20	木	1	事務連絡会のため(第3木)午前休	歌声さろん	協働事業()	
		2		歌声さろん	協働事業()	
		3				
2/21	金	1	(7)仏像愛好倶楽部	抽選確定会13:30		
		2	(22)スマイル(麻雀)		協働事業()	
		3	(17)金曜会(書道)	行政使用	自主スペース	
2/22	土	1	(19)民謡同好会	(37)西荻北ブリッジの会		
		2	(43)麻雀愛好会	(43)麻雀愛好会		
		3	(24)土曜会(囲碁)	(36)カトリアの会(ちぎり絵)		
2/23	日	1	(25)春秋会(カラオケ)	協働事業	夜間休館	
		2		(50)ばらの会(麻雀)		
		3				
2/24	月祝	1	(4)あさみの会(レクダンス)		夜間休館	
		2	(4)あさみの会(レクダンス)	(40)あひる(囲碁)		
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(2)塾石会(囲碁)		
2/25	火	1	(45)火謡会(謡曲)	(54)吹き矢同好会	(32)楽しいボイストレーニング(26)	
		2	協働事業()	(54)吹き矢同好会	(32)楽しいボイストレーニング	
		3	協働事業()		協働事業()	
2/26	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	大人のぬり絵	(9)WEST西荻(気功太極拳)(10)	
		2	(29)春秋会(オセロ)	(41)オータム(麻雀)		
		3	協働事業	(19)民謡同好会		
2/27	木	1	(15)春秋会(輪投げ)	歌声さろん	歌って元気	
		2	(30)ケーナの会(民族音楽)	歌声さろん	歌って元気	
		3	(1)青い鳥(朗読)	(16)コスモス(絵本読聞かせ)	協働事業	
2/28	金	1	(20)水墨画同好会	英会話		
		2		(38)たんぼほの会(折り紙)		
		3	はじめてピアノ(1)(2)	午後のピアノ(1)(2)	自習スペース	

団体名の頭は登録番号です