

3月協働事業のご案内

協働事業はどなたでも参加できます。(予約申し込み制)
 参加された杉並区在住の75歳以上の方には長寿ポイントを差し上げます。

※講座参加費は 税込み金額です

使用
部
屋

| 日曜日 | | | | |
|-------|----------------------------|-----------------|-----------------------------|-----------|
| 2 | 日曜映画会 予約受付2/20(木)~27(木) | ①9時半~ ②1時~ | ●無料 邦画94分 | 定:各20名 洋1 |
| 23 | 日曜映画会 予約受付3/1(土)~7(金) | ①9時半~ ②1時~ | ●無料 洋画110分 | 定:各20名 洋1 |
| 毎週 | 堀松コーヒーサロン | 11時~1時 | ●100円(コーヒー代) | 定:8名 多目 |
| 月曜日 | | | | |
| 3・17 | ハーモニカ教室 | 1時半~3時 | ●800円 | 定:10名 洋1 |
| 10・24 | ゆるゆるピラティス | 10時~/11時~ | ●700円(各40分) | 定:各10名 洋1 |
| 24 | 切手サロン 楽しい! | 2時~3時半 | ●無料 使用済み切手を 募集しています | 定:6名 多目 |
| 火曜日 | | | | |
| 4 | フラワーアレンジメント | 2時~3時半 | ●1,000円 ★別途花材3回分前納5,000円 | 定:10名 和室 |
| 4・25 | はじめての水墨画 | 1時半~3時 | ●1,000円 | 定:10名 洋1 |
| 11 | ヴァイオリンコンサート | 11時~12時 | ●700円 | 定:16名 洋1 |
| 18 | おしゃべり “ほっと”タイム | 1時半~3時 | ●無料 試してみよう オンデマンド交通 | 定:10名 多目 |
| 水曜日 | | | | |
| 5・19 | 手ぬぐいを使った健康体操 | 1時半~3時 | ●600円 | 定:15名 洋1 |
| 12・26 | イスに座ってフレイル予防運動 | 1時半~3時 | ●400円 | 定:10名 和室 |
| 12・26 | 夕方 太極拳 | 6時~7時半 | ●700円 | 定:10名 洋1 |
| 26 | 河川の氾濫と治水のはなし | 1時半~2時半 | ●300円(資料代) | 定:10名 洋1 |
| 木曜日 | | | | |
| 13・27 | おもしろい 大人のぬりえ | 1時半~3時半 | ●600円 | 定:12名 和室 |
| 金曜日 | | | | |
| 14・28 | やさしいヨーガ | 10時~11時半 | ●600円 | 定:8名 洋1 |
| 土曜日 | | | | |
| 15 | 土曜映画会 予約先着順 | 5時15分~ 7時10分 | ●無料 邦画115分 | 定:20名 洋1 |

ゆうゆう館へお越しの際は、飲み物等をご持参ください

Facebook



| | 部屋 | 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | | | | | | | | |
|-----------|----------|-----------|-----------|---|-------------------|-----------|-----------|---|---------|--------|---------|----------|--|--|--|---------|
| 日付 | | 30 | 31 | ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 松ノ木2-38-6 電話:03-3315-7760 開館時間帯 平日/土曜:9時~21時 日曜/祝日:9時~17時 第3木曜:13時~21時 休館日 ・年末年始 ・毎月第3日曜 ・6月、12月の第3木曜 | | | | 1 | | | | | | | | |
| 午前 | 和室 | | | | | | | ●:協働事業 ▲:行政枠 ★:夜間 無印:一般団体 ・予定が変更される場合がありますので、お問い合わせの上ご来館下さい NPO法人新しいホームをつくる会 | | | | あらぐさ:輪投げ | | | | |
| | 洋1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 洋2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 &夜間 | 多目的 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 和室 | | | | | | | | | | | | | | | 麻雀・ひまわり |
| | 洋1 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 洋2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 日付 | | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | | | | | | | | |
| 午前 | 和室 | | 松ノ木昼食会 | パラの会・ヨガ | 山ぼうしの会 | ▲三療サービス | | | | | | | | | | |
| | 洋1 | ●日曜映画会① | あらぐさ:輪投げ | | チュールupp | | くるみ会 | 松寿会定例会 | | | | | | | | |
| | 洋2 | | | | | うめの会 | | | | | | | | | | |
| | 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 &夜間 | 多目的 | ●コーヒーサロン | 松ノ木昼食会 | | | ららカフェ | 不識の会 | | | | | | | | | |
| | 和室 | | | ●フラワーアレンジメント | | ▲三療サービス | | 麻雀・ひまわり | | | | | | | | |
| | 洋1 | ●日曜映画会② | ●ハーモニカ教室 | ●初めての水墨画 | ●手拭い健康体操 | 松寿会・新舞踊 | 麻雀・松ノ木 | 松寿会定例会 | | | | | | | | |
| | 洋2 | 日曜会 | | | | | | | | | | | | | | |
| 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | ●コーヒーサロン | 松ノ木昼食会 | | SEHY | | ぎずなサロン | | | | | | | | | | |
| 日付 | | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | | | | | | | | |
| 午前 | 和室 | | | | 東松会 | | | あらぐさ:輪投げ | | | | | | | | |
| | 洋1 | | ●ピラティス | ●ヴァイオリンコンサート | 山ぼうしの会 | | ●やさしいヨガ | 梅寿会定例会 | | | | | | | | |
| | 洋2 | | フローラル | | | | | | | | | | | | | |
| | 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 &夜間 | 多目的 | ●コーヒーサロン | | | | | | | | | | | | | | |
| | 和室 | | | パラの会・ヨガ | ●フレイル予防運動 | ●大人のぬりえ | | 麻雀・ひまわり | | | | | | | | |
| | 洋1 | 東田白寿会:輪投げ | 梅寿会・手話がッソ | | ★●太極拳 | 松寿会・新舞踊 | 麻雀・松ノ木 | ★●土曜映画会 梅寿会定例会 | | | | | | | | |
| | 洋2 | 日曜会 | フローラル | | | ららカフェ | | | | | | | | | | |
| 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | ●コーヒーサロン | | | SEHY | | ぎずなサロン | | | | | | | | | | |
| 日付 | | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | | | | | | | | |
| 午前 | 和室 | 全日休館 | | ▲三療サービス | 午前中休館 (13時開館) | | | | | | | | | | | |
| | 洋1 | | | パラの会・ヨガ | | | | 松寿会・役員会 | | | | | | | | |
| | 洋2 | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | |
| 午後 &夜間 | 多目的 | | | | | | | | | | 不識の会 | | | | | |
| | 和室 | | | | | | ▲三療サービス | | | | | れんげの会 | | | | |
| | 洋1 | | | ●ハーモニカ教室 ★あらぐさ:輪投げ | | | | ●手拭い健康体操 | 松寿会・新舞踊 | 麻雀・松ノ木 | 麻雀・ひまわり | | | | | |
| | 洋2 | | | | | | 日曜会 | | | | | | | | | |
| 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | | ●ほっとタイム | | SEHY | ららカフェ | ぎずなサロン | | | | | | | | | | |
| 日付 | | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | | | | | | | | |
| 午前 | 和室 | | | | 東松会 | 山びこ・昼食会① | | | | | | | | | | |
| | 洋1 | ●日曜映画会① | ●ピラティス | | 山ぼうしの会 | | ●やさしいヨガ | | | | | | | | | |
| | 洋2 | | フローラル | | | | | | | | | | | | | |
| | 茶室 | | | | 不識の会 | | | | | | | | | | | |
| 午後 &夜間 | 多目的 | ●コーヒーサロン | | | | 山びこ・昼食会① | | | | | | | | | | |
| | 和室 | | | パラの会・ヨガ | ●フレイル予防運動 | ●大人のぬりえ | | | | | | | | | | |
| | 洋1 | ●日曜映画会② | 梅寿会・手話がッソ | ●初めての水墨画 | ●川の氾濫と治水 ★●太極拳 | 東田白寿会:輪投げ | 麻雀・松ノ木 | | | | | | | | | |
| | 洋2 | 日曜会 | フローラル | | | ららカフェ | | | | | | | | | | |
| 茶室 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 多目的 | ●コーヒーサロン | ●切手サロン | | SEHY | 山びこ・昼食会① | ぎずなサロン | | | | | | | | | | |