

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)	① 9時半~ ② 1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)	① 9時半~ ② 1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	バラの会・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			バラの会・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			バラの会・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			バラの会・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						