



土曜倶楽部 歌声サロン

寒さも少しずつ緩んでくる3月、春の歌や懐かしい歌をたっぷり歌えば気分もウキウキ！
大きな声で歌って春を呼び込みましょう。

日 時：3月15日（土）午後2時～3時30分
伴奏・進行：鋤柄尚美・高橋千佳子
参加費：500円
定員：25名



お楽しみ料理教室 もっと日常に乾物を

天候不順で野菜の値段が高騰し心配が尽きない日が続いています。災害のために乾物を買置きする人も多いと思います。そこで便利な乾物を活用してみませんか？ 寒さの残る3月、温かいメニューで楽しみましょう。

日 時：3月25日（火）午前10時～午後1時
講師：佐藤忍さん
定員：12名
持ち物：エプロン・三角巾・ふきん
参加費：1200円



MENU

車麩を使った和風グラタン
黒ゴマの温かい白玉
他1品

※キャンセルは2日前までに！ 前日・当日のキャンセルの場合はキャンセル料700円をいただきます。

お花見散歩

もも
かフェ

待ちに待った桜の季節！ 桃井館の近隣のお花見スポットを、皆さんとゆっくりと歩きます。春の草花を楽しみながら、春の訪れを楽しみましょう。

日 時：3月31日（月）午前10時～11時30分
集 合：桃井館玄関
参 加 費：無料



折り紙教室

好評につき、3月から毎月2回開催いたします。
2回とも同じ内容で行いますので、どちらかにご参加ください。

日 時：毎月第1第2月曜日午前10時～12時
参加費：無料
申し込み：ゆうゆう桃井館へ

おたのしみ昼食会

毎月1回第2金曜日に開催中！
館内で作った出来立てのご飯を一緒に頂きます。
お食事前の楽しみ企画もあります。

日 時：毎月第2金曜日午前11時～午後1時
参加費：700円
申し込み：ゆうゆう桃井館へ

3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)・11日(火) 18日(火)・25日(火)	①午前 9時30分～10時30分 ②午前 10時45分～11時45分	300円
		6日(木)・13日(木) 20日(木)・27日(木)	①午前 9時30分～10時30分 ②午前 10時45分～11時45分	
		注) 6日(木)と11日(火)は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	13日(木)・27日(木)	午前9時～12時	無 料
桃井自習室	7日(金)・14日(金) 21日(金)・28日(金)	午後5時30分～8時30分	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)・17日(月)	午後2時～3時30分	500円
	桃井マージャン教室	4日(火)・11日(火) 18日(火)・25日(火)	午前10時～午後1時	500円
	パソコン・スマホ 個人相談会	11日(火)・25日(火)	① 午後2時～3時 ② 午後3時～4時	500円
	ダーツで遊ぼう	5日(水)・12日(水) 19日(水)・26日(水)	午後5時10分～6時30分	300円
	初心者卓球	12日(水)・26日(水)	午後1時30分～3時30分	300円
	マージャンサロン	6日(木)・13日(木) 20日(木)・27日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	6日(木)・20日(木)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	500円
	卓球サロン	14日(金)・24日(月)	午前10時～12時	300円
	折り紙教室	3日(月)・10日(月)	午前10時～12時	無 料
	絵手紙	11日(火)	午後2時～4時	540円
	おたのしみ昼食会	14日(金)	午前11時～午後1時	700円
	おとこのおしゃべり会	22日(土)	午後3時30分～5時30分	200円
	書道教室	25日(火)	(A) 午後1時30分～3時 (B) 午後3時20分～4時50分	500円
	手芸クラブ	27日(木)	午後1時30分～3時30分	800円 (材料費込)
	ウクレレ中級講座	28日(金)	午前9時45分～11時	600円
ウクレレ初級講座	28日(金)	午前11時15分～12時30分	600円	
2月15日受付開始	シネマサロン 定員30名	4日(火)	午後2時～	無 料
	土曜倶楽部	15日(土)	午後2時～3時30分	500円
	お楽しみ料理教室	25日(火)	午前10時～午後1時	1200円
	ももカフェ	31日(月)	午前10時～11時30分	無 料
	みんなで楽ランチ	28日(金)	午前11時30分～午後1時	100円
	台貸し卓球	2日(日)・9日(日) 毎週火曜・木曜・土曜 (日にち要確認)	①午前9時～10時30分 ②午前10時30分～12時 ①午後5時～6時30分 ②午後6時30分～8時	高校生～大人 1人200円 小中学生 1人100円
<p>* 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。(桃井自習室は除く) * 調理・食事関係のアレルギー対応は行っていませんので、お気を付けください。</p>				
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	
申込受付: 3月1日(土) 午前9時から			(要確認)	
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	23日(日)	午前9時30分～10時30分	無 料	



3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					桃団会 (囲碁)			卓球① 卓球②			
2	日	卓球① 卓球②		杏の会 (料理)	目的外			杏の会 (料理)		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		すぎなみ 栄養と食の会		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 短歌会		シネマ サロン				卓球① 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	碁遊会 (囲碁)	ゆうゆう 健康体操	十四松 (料理)		やさしい 英会話	マージャン サロン	十四松 (料理)		卓球① 卓球②			
7	金	ピンポン (卓球)	碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)			桃井 自習室			
8	土	ギムナ スティック体操		BBC15 (料理)			桃団会 (囲碁)	すみれ会 (生け花)		卓球① 卓球②			
9	日	卓球① 卓球②	すずかけの会 (マージャン)		目的外		すずかけの会 (マージャン)			休館			
10	月	紫陽花会 (フリーフロー)	折り紙教室		コスモス会 (編み物)	ピンポン (卓球)	清水ゆうわ サークル		コスモス会 (編み物)	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		卓球① 卓球②			
12	水	西荻 ハーモニカ教室		五喜会 (料理)		初心者卓球		五喜会 (料理)	アジサイ会 (フラダンス)	ダーツで 遊ぼう			
13	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	ろくでなしの 台所		マージャン サロン		ろくでなしの 台所	エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②			
14	金	卓球 サロン	おたのしみ 昼食会	おたのしみ 昼食会			パンダ (研修)	おたのしみ 昼食会	ラベンダー (コーラス)	桃井 自習室			
15	土	ギムナ スティック体操				土曜 倶楽部	桃団会 (囲碁)		土曜 倶楽部	卓球① 卓球②			

