

# ゆうゆう高井戸西館便り(5月6月号)

PC・スマホ自分でわからないこと、  
インストラクターが丁寧に指導！

## パソコン・スマホ個人指導

日時は個別に予約してください。

費用 1時間1500円



唱歌から歌謡曲、演歌も！  
楽しく声を合わせよう

## みんなで歌おう会

第1・第3(金)

10時～11時30分

参加費 100円



心も体もはつらつ元気！  
からだケア体操

5月28日(火) 6月25日(火) 14時～15時

参加費 100円



美しい文字があなたを変える！

## ペン習字教室

第1・第3(土) 13時30分～15時

参加費 500円

クラシックから歌謡曲まで  
思い出の名曲サロン

第1・第3(水) 13時30分～15時

参加費 100円



元ハワイ在住の講師による

## ハワイアン・キルト

第2・第4(水) 14時～16時

参加費 800円 (材料費別)



初級・中級者のための

## パソコン・サロン

第1・第3(土) 10時～12時

参加費 1200円(教材費含む)



## ゆうゆう体操

毎週水曜日 10時～11時

参加費 500円



パリの気分で歌おう

## シャンテ・シャンソン

第2・第4(水) 14時～15時30分

参加費 800円



## 名画サロン 懐かしい名画をどうぞ

5月10日(第2金曜日) 9時30分～

5月25日(第4土曜日) 14時～

もう一度基礎から学び直す！  
スマホ ステップアップ教室

第1・第3(水) 13時30分～15時

全10回 参加費 500円

## ちょこっと支え合い

地域の人たちで街や生活をより豊かに!!

当館が受付業務を行っています。

ご相談受付 9時～17時

参加された区内在住 75 歳以上の方には、長寿応援ポイントシールを差し上げます。

区内在住 60 歳以上の方には登録証をお作りしますのでお気軽にお申し出ください。

お問い合わせ、お申し込みは・・・ゆうゆう高井戸西館 NPO竹箒の会

〒168-0071 東京都杉並区高井戸西 1-17-5 TEL/FAX 3332-1076

# ゆめっぴい高井町図書館5月予定

	日	月	火	水	木	金	土			
				1	2	3	4			
午前							◎ゆうゆう体操	ボール体操	◎みんなで歌おう会	◎パソコンサロン ◎土曜卓球
午後							◎スマホステップアップ 教室 ◎名曲サロン	趣味の集い 詩吟 麻雀	介護予防体操 清掃活動打合せ 麻雀	◎ペン習字教室 麻雀
夜間								◎夜間卓球		
	5	6	7	8	9	10	11			
午前		吹き矢		◎ゆうゆう体操	ボール体操	◎名画サロン	◎土曜卓球			
午後	麻雀	輪投げ 麻雀	ヨガ スポーツ吹き矢 カラオケ	◎ハワイアンキルト ◎シャンテ・シャンソン	趣味の集い 詩吟 麻雀	フラダンス 麻雀				
夜間			◎夜間卓球		◎夜間卓球					
	12	13	14	15	16	17	18			
午前		吹き矢	★助け合いネット	◎ゆうゆう体操	 事務連絡会	◎みんなで歌おう会	◎パソコンサロン ◎土曜卓球			
午後	麻雀	輪投げ 麻雀	カラオケ	◎スマホステップアップ 教室 ◎名曲サロン	ボール体操 詩吟 麻雀	介護予防体操 麻雀	◎ペン習字教室 麻雀			
夜間		◎夜間卓球	◎夜間卓球		◎夜間卓球					
	19	20	21	22	23	24	25			
午前		吹き矢 料理	★栄養満点サロン	◎ゆうゆう体操	ボール体操		◎土曜卓球			
午後		輪投げ 料理 麻雀	ヨガ スポーツ吹き矢 カラオケ	◎ハワイアンキルト ◎シャンテ・シャンソン	趣味の集い 詩吟 麻雀	フラダンス 麻雀	◎名画サロン			
夜間	終日休館	◎夜間卓球	◎夜間卓球		◎夜間卓球					
	26	27	28	29	30	31	無印…登録団体 ★…行政使用 ◎…協働事業			
午前	◎コーヒーサロン(休 止)	★三療サービス 吹き矢	輪投げ	◎ゆうゆう体操						
午後	麻雀	★三療サービス 地域で繋がる集い 麻雀	◎からだケア体操 カラオケ							
夜間		◎夜間卓球	◎夜間卓球		◎夜間卓球					