

2024年5月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

# ゆうゆう西田館

NPO法人  
生きがいの会

## 5月のご案内

ご近所の  
カルチャーセンター  
を目指します



### ゴールデンウィークの予定

**3日**(金曜日)麻雀・大人のピアノ、**4日**(土曜日)太極拳パソコン相談、**5日**(日曜日)ストレッチ・映画、**6日**(月曜日)シャンソン ご参加をお待ちしています。

プログラム	開催日	時間	費用
楽しいウクレレ教室	14日・28日(火曜日) <span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;">満員</span>	午前10時から12時	1回 500円
夕暮れストレッチ	7日・14日・21日・28日(火曜日)	午後4時30分から5時30分	1回 300円
ゆるゆるヨガ	14日・28日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
絵手紙を楽しむ	7日(火曜日)	午後2時から3時30分	1回 500円
民謡を愉しむ	1日・15日(水曜日)	午後3時から5時	1回 600円
みんなで合唱!	1日・15日(水曜日)	午前11時から12時10分	1回 500円
ラージボール卓球教室	7日・21日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
初心者のための太極拳	4日・18日(土曜日)	午前10時から12時	1回 500円
心を歌うシャンソン	6日・20日(月曜日)	午後2時から3時30分	1回 700円
ゆるゆるストレッチ	5日(日曜日)	午前10時から11時30分	1回 500円
エアロビクス	12日・26日(日曜日) <span style="border: 1px solid red; border-radius: 50%; padding: 2px;">満員</span>	午後2時から3時15分	1回 500円
らくらく川柳教室	13日(月曜日)	午後1時30分から3時30分	1回 1,500円
西田パソコン何でも相談	4日・11日・18日・25日(土曜日)	午前9時30分から12時	1回 1,000円
西田パソコンサロンC	11日・25日(土曜日)	午後1時30分から4時	1回 1,000円
初心者・麻雀教室	9日・23日・30日(木曜日)	午前10時から12時 <span style="color: red;">(予約制)</span>	1回 600円
健康麻雀を楽しむ	1日・3日・5日・8日・10日・12日・15日・17日・22日・24日・26日・29日・31日	午後1時から4時30分 <span style="color: red;">(予約制)</span>	1回 500円
西田映画観賞会	5日・14日・30日	PM2時から	無料
書を楽しむ	10日・24日(金曜日)	午後2時30分から4時30分	1回 500円
初めての草木染	20日(月曜日)	午後2時から3時30分 <span style="color: red;">(予約制)</span>	1回 600円 (別途材料費)
大人のピアノ教室	1日・3日・15日・22日・24日・29日	午前10時から15時の間 <span style="color: red;">(個人レッスン)</span>	1回 1,200円
西田 三味線教室	4日・8日・18日・21日	午前10時から午後5時30分まで <span style="color: red;">(個人レッスン)</span>	1回 1,200円
わがまち一番体操	13日・27日(月曜日)	午前9時30分から・午前10時45分から	無料

### 三療サービス

9日(木曜日)1日受付開始

ゆうゆう西田館 杉並区荻窪1-56-3

TEL・FAX 03-3391-8747

5月のゆうゆう西田館協働事業案内 ※各プログラムは長寿応援ポイント対象です

19日は休館日

2024/4/15作成

# 令和6年5月 「ゆうゆう西田館」活動予定

赤(協働事業) 黒(高齢者団体) 青(行政使用)

	日	月	火	水	木	金	土
	5月31日(金曜日)			1	2	3	4
午前	10時より 母の日コンサート 			合唱	さわやかウォーキングA ピンポン	輪投 ころばん体操	太極拳 パソコン何でも相談
午後				大人のピアノ 麻雀	自彊術	麻雀 大人のピアノ	三味線 楽器の会
夜間				民謡			
	5	6	7	8	9	10	11
午前	ゆるゆるストレッチ マヒナーズ	ユーカラ ラベンダー	卓球 手芸	卓球グループアミ 三味線	初・麻雀 三療サービス	民謡 読み聞かせ	卓球グループアミ パソコン何でも相談
午後	映画 麻雀	シャンソン	絵手紙 フラダンス	いきいき連合会 麻雀	自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 パソコンC
夜間			夕暮れストレッチ				
	12	13	14	15	16	17	18
午前		わがまち一番体操 コスモス	ゆるゆるヨガ ウクレレ教室	合唱 スケッチの会	事務連絡会	輪投 ころばん体操	太極拳 パソコン何でも相談
午後	エアロビクス 麻雀	川柳 自彊術	映画 フラダンス	大人のピアノ 麻雀	自彊術	麻雀	三味線 楽器の会
夜間			夕暮れストレッチ	民謡			
	19	20	21	22	23	24	25
午前	 休館日	ユーカラ ラベンダー	卓球 手芸	卓球グループアミ 大人のピアノ	初・麻雀 ピンポン	民謡 大人のピアノ	卓球グループアミ パソコン何でも相談
午後		シャンソン 自彊術	三味線 フラダンス	麻雀	さわやかウォーキングB 自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 パソコンC
夜間		草木染	夕暮れストレッチ				
	26	27	28	29	30	31	30日(木曜日) 座・高円寺2にて 14時開演 「雅子の気まぐれコンサート」を開催します
午前	マヒナーズ	わがまち一番体操 コスモス	ゆるゆるヨガ ウクレレ教室	卓球グループアミ 大人のピアノ	初・麻雀 ピンポン	母の日 コンサート	
午後	エアロビクス 麻雀	自彊術	美エクラブ フラダンス	麻雀	映画 自彊術	麻雀	
夜間							



## ゆうゆう西田館

皆様のご来館をお待ちしています

03-3391-8747

NPO法人  
生きがいの会HP

QRコードでLINEの  
友達に追加してね

