

# 6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上げます。

使用部屋

日曜日						
2	日曜映画会 予約受付5/20(月)~27(月)	①9時半~ ②1時~	●無料 邦画140分	定:各20名	洋1	
23	日曜映画会 予約受付6/1(土)~7(金)	①9時半~ ②1時~	●無料 邦画114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	NEW! ゆるゆるピラティス	1時~1時半	●2,000円(4回分)	定:6名	和室	
24	切手サロン	2時~3時半	●無料	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	「かな書道」で書く和歌	10時~11時半	●800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	定:10名	多目	
4・25	月2回開催 はじめての水墨画	1時半~3時	●1,000円	定:10名	洋1	
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	スッキリ! 夕方 太極拳	6時~7時半	●700円	定:10名	洋1	
木曜日						
13・27	大人のぬりえ	1時半~3時半	●600円	定:12名	和室	
金曜日						
14・28	やさしいヨガ	10時~11時半	●600円	定:8名	洋1	

※上記講座参加費は税込み金額です

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	<b>30</b>	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						<b>1</b>
午前	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	●:協働事業 ▲:行政梓 ★: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
午後&夜間	和室 洋1 洋2 茶室 多目的							麻雀・ひまわり
日付	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	
午前	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	松ノ木昼食会 あらぐさ:輪投げ	バラの会・ヨガ ●かな書道	山ぼうしの会 チューリップ		くるみ会	松寿会定例会	
午後&夜間	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	松ノ木昼食会	●アロマ・アロマメント ●初めての水墨画	●手拭い健康体操	松寿会・新舞踊	不識の会	麻雀・ひまわり 松寿会定例会	
日付	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	
午前	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	さくらの会笑いヨガ フローラル	●ヴァイオリンコンサート	東松会 山ぼうしの会		●やさしいヨガ	あらぐさ:輪投げ 梅寿会定例会	
午後&夜間	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	●ゆるゆるピラティス 東田白寿会:輪投げ 日曜会	バラの会・ヨガ 松ノ木・もみじ会 フローラル	●フレイル予防運動 ★●太極拳	●大人のぬりえ 松寿会・新舞踊 ららカフェ	麻雀・松ノ木	麻雀・ひまわり 梅寿会定例会	
日付	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	
午前	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	<b>全日休館</b>						くるみ会 松寿会・役員会
午後&夜間	和室 洋1 洋2 茶室 多目的							●ゆるゆるピラティス ●ハーモニカ教室 ★あらぐさ:輪投げ
日付	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	
午前	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	さくらの会笑いヨガ フローラル		東松会 山ぼうしの会	山びこ・昼食会①	●やさしいヨガ		
午後&夜間	和室 洋1 洋2 茶室 多目的	●ゆるゆるピラティス 梅寿会・手話ダンス フローラル	バラの会・ヨガ ●初めての水墨画	●フレイル予防運動 ★●太極拳	●大人のぬりえ 東田白寿会:輪投げ ららカフェ	麻雀・松ノ木		