



ゆうゆう桃井だより

2024年6月



発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館



NO. 212



土曜倶楽部 初夏のパリ シャンソンコンサート♪

初夏を感じる湿気を含む日差しと共に、夏にちなんだ仏語シャンソンやリズム感ある世界で愛される歌を歌います。ぜひ楽しみにいらしてください。

日時：6月15日（土）午後2時～3時30分
演奏：千葉海音（みお）さん
曲目：La mer（ラメール）日本語タイトル 海 / Comme d'habitude（My way）ほか
参加費：500円



お楽しみ料理教室 ナンプラーを使ってみよう!

タイ料理の調味料としておなじみのナンプラー！ 冷蔵庫にナンプラーを寝かしている人もナンプラー初心者の方にもおすすめしたい初夏にピッタリのメニューを佐藤忍さんに教えていただきます。

日時：6月25日（火）午前10時～午後1時
講師：佐藤 忍さん
参加費：1200円
定員：12名
持ち物：エプロン・三角巾（頭をおおうもの）・ふきん



※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。



初夏のウォーキング 玉川上水を散策し 浴風会を知る

今回は、井の頭線高井戸駅を皮切りに久我山駅方面に向かって散策します。小島さんの分かりやすい解説を聞きながら、数々のロケ地にも使われている「浴風園」では「浴風会」の歴史にふれ、また、多摩川の水を江戸市中に給水するために開削された江戸の六上水の1つ玉川上水を散策します。

日時：6月1日（土）午前9時30分 井の頭線高井戸駅集合 午後12時頃久我山駅解散予定
コース：高井戸駅～玉川上水放水口～吉祥院～上高井戸天神社～浴風園～都立高井戸公園～玉川上水（浅間橋）～烏山村分水口跡・上北沢村分水口跡（岩崎橋）～東京都太田記念館～久我山駅
講師：小島 智さん（杉並郷土史会／杉並区文化財保護ボランティア）
参加費：500円 定員：15名 申込締切：5月25日（土）



音楽のある暮らし

もも
カフェ

歌や音楽の楽しみ方は時代やひとによって多種多様。好きな歌・音楽についてのおしゃべりから、きっとさらに楽しいつきあい方が生まれるでしょう。



日時：6月21日（金）午前10時30分～12時
参加費：200円 定員：8名

ゆうゆう桃井館

〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）午前9時～午後9時 （日・祝日）午前9時～午後5時

6月の休館日 6月16日（日）6月20日（木）

6月 サロンのご案内

サロン名	催 日	時 間	参加費
パソコンサロン	10日(月)・17日(月)	午後2時～3時30分	500円
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) 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)・11日(火)は和室で行います		
満員 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
マージャンサロン	6日(木)・13日(木) 27日(木)	午後1時～4時	500円
やさしい英会話	6日(木)・13日(木)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	500円
当日OK! 囲碁サロン	13日(木)・27日(木)	午前9時～12時	無 料
卓球サロン	14日(金)・24日(月)	午前10時～12時	300円
当日OK! 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
初夏のウォーキング	1日(土)	午前9時30分～午後12時30分	500円
シネマサロン 定員30名	4日(火)	午後2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
土曜倶楽部 「シャンソンコンサート」	15日(土)	午後2時～3時30分	500円
ももカフェ	21日(金)	午前10時30分～12時	200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
満員 書道教室	25日(火)	午後2時～4時	500円
お楽しみ料理教室	25日(火)	午前10時～午後1時	1200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10時30分～11時30分	600円
満員 ウクレレ初級講座	28日(金)	午前11時40分～12時40分	600円
みんなで楽ランチ	28日(金)	午前11時30分～午後1時	100円

* 当日OK! 以外のサロンは事前にお申し込みください。
 * 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です)
 * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です。

サロンの申し込みは
毎月15日からです



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: 6月1日(土) 午前9時から		お問い合わせ ください
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

6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					桃囲会 (囲碁)			卓球①			
2	日	卓球① 卓球②		杏の会 (料理)		コーラスを 楽しむ会		杏の会 (料理)		休 館			
3	月	紫陽花会 (フリーフロー)				保育室モモ AED	吟風会 (詩吟)	すぎなみ 栄養と食の会					
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 (料理)		ダーツで 遊ぼう			
6	木	ことぶき (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		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)			桃囲会 (囲碁)	BBC15 すみれ会		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)			ラベンダー (コーラス)	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)			コスモス会 (編み物)	パソコン サロン	清水ゆうわ サークル		コスモス会 (編み物)				
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)				五喜会 (料理)		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		やさしい 英会話	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		ラベンダー (コーラス)	パンダ (研修)	おたのしみ 昼食会		桃井 自習室			
15	土	ギムナ スティック体操				土曜 倶楽部	桃囲会 (囲碁)		土曜 倶楽部	卓球① 卓球②			

6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
16	日	毎月第3日曜日は定期休館日です											
17	月	紫陽花会 (フリーフロー)		りんごの会 (料理)		パソコン サロン		りんごの会 (料理)		悠々 (太極拳)			
18	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室			ピンポン (卓球)		桃粋薺 (そば打ち)		卓球①			
										卓球②			
19	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)	紫の会 (編み物)	ダーツで 遊ぼう			
20	木	6月第3木曜日は一日休館日です											
21	金	もも カフェ	碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)			桃井 自習室			
22	土	ギムナ スティック体操					桃囲会 (囲碁)	おとこの おしゃべり会		おしゃべり会			
						おしゃべり会				卓球②			
23	日	わがまち 一番体操				コーラスを 楽しむ会				休館			
24	月	卓球 サロン	三療 サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	清水ゆうわ サークル	三療サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	悠々 (太極拳)		運営 委員会	
25	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室	お楽しみ 料理教室		書道教室	みどりの会 (着付け)	PC・スマホ 個人相談会		卓球①			
										卓球②			
26	水	西荻 ハーモニカ教室		グッドテイスト (料理)				グッドテイスト		ダーツで 遊ぼう		腹八会 (料理)	
								腹八会					
27	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	九九の会 (料理)		手芸クラブ	マージャン サロン	九九の会 (料理)	エチュード (オカリナ)	卓球①			
										卓球②			
28	金	ウクレレ 教室		楽ランチ			パンダ (研修)	楽ランチ	霜月会 (囲碁)	桃井 自習室			
29	土	ピンポン (卓球)											目的外
30	日	休館											