



こころ寄せ合う地域家族

# ゆうゆう善福寺だより

発行：NPO 法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう善福寺

6月号

No.147

2024年5月15日発行

「ゆうゆう館って高齢の方だけ」と思われていませんか？ ゆうゆう善福寺館のサロンには、年齢を問わず **どなたでも**ご参加いただけます



杉並区民の方だけでなく、練馬区、武蔵野市、ほかの方も大歓迎！  
どうぞ、お出かけください。

うちわも  
作れます

## ゆうゆう善福寺アカデミー

「この地域の歴史と庭園の息吹を感じてみませんか？」

日時 6月23日(日) 15:00~17:00

講師 田中法生さん(観泉寺住職)

西山雅俊さん(造園家) 緑眩しい初夏の観泉寺にて

場所 観泉寺 本堂

(杉並区今川2-16-1 最寄り駅:西武新宿線 上井草)

参加費 500円 定員 50名

今川家十代である氏真公御夫妻の菩提寺である観泉寺と池泉鑑賞式庭園。ご住職の田中さんと庭園をデザインされた西山さんよりお話を聞かせて頂きます。お寺の本堂で耳を澄ませて、今川家の領地であったこの土地の歴史に想いをはせてみませんか？



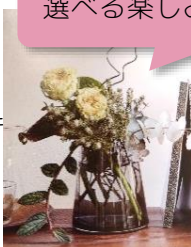
## 初夏のフラワーアレンジメント

日時 6月17日(月) 10:00~12:00

講師 池田洋子さん(メイフラワー主宰)

参加費 2000円 定員 15名

用意された花材の中からバイキングのように花やグリーンを選び、花器に素敵に活ける方法を教えていただきます。あなたのチョイスであなただけのフラワーアレンジメントを作りましょう。



イメージ

選べる楽しみ！

年に一度民生委員の方々から、その役割や活動内容についてお話をお聞きしています。「地域の相談役」「福祉ニーズの調整役」「福祉サービス利用の促進役」として、地域の皆さんと行政とを結ぶ役割を担われています。

## 実用書道 「暑中見舞いはがきを書こう」

日時 6月12日(水) 9:30~11:30

講師 米山由美子さん(日本習字学会 書道師範)

参加費 600円(教材費別途200円) 定員 10名

大切な人へ、手作りの

「暑中見舞いはがき」を送ってみませんか？

今年も猛暑予想とのことですが、涼やかなはがきやうちわで、暑さを吹っ飛ばしましょう。

(和紙はがき50円うちわ500円販売もあります。)



国際交流企画

## ブラジル、日本 違いより共通点を見つめよう！

日時 6月29日(土) 14:00~16:00

講師 アスフォラ 谷 ルシアーナ マリアさん  
(ブラジル料理研究家)

参加費 500円 定員 30名

国際理解が進んでいる中、「どこが違うかを見つけるのではなく、共通点を見出すことから始めましょう。」と提言されています。44年前に来日以来、様々な活動を通して得られた貴重なお話をお聞きしながら、ブラジルの良さ・日本の良さを発見していきましょう。

## 地域でつながる~安心サロン~ 「民生委員と話しましょう」

日時 6月27日(木) 10:00~11:30

講師 西荻北 3~5丁目地区担当民生委員  
善福寺 1~4丁目地区担当民生委員

参加費 100円(資料代) 定員 8名

民生委員&地域住民で「顔の見える関係性」が持てるといいですね。

## ゆうゆう善福寺館

〒167-0041 杉並区善福寺2-26-18 ☎/FAX 03-3394-8963

開館時間：平日9:00~21:00 日曜/祝日9:00~17:00 休館日：6月16日(日) 20日(木) 全日休館



▼事前にお申込みください。全サロン、長寿応援ポイント対象です。(※を除く)

申込	6月サロンのご案内	開催日	時間	参加費・定員・持ち物
要申込	ゆうゆう善福寺アカデミー 「この地域の歴史と庭園の息吹を感じてみませんか」	23日(日)	15:00~17:00	500円 定員50名 持水筒
要申込	国際交流企画 「ブラジル、日本 違いより共通点を見つめよう!」	29日(土)	14:00~16:00	500円 定員30名
要申込	実用書道 「暑中見舞いはがきを書こう」	12日(水)	9:30~11:30	600円(教材費別途200円) 定員10名 持書道道具・半紙・台拭き
要申込	初夏のフラワーアレンジメント	17日(月)	10:00~12:00	2000円 定員15名 持花ハサミ
要申込	はじめての気功	30日(日)	10:00~11:00	500円 定員10名 持タオル・水筒
要申込	やさしい太極拳	3日(月) 12日(水) 26日(水) 30日(日)	10:00~11:30 10:00~11:30 10:00~11:30 11:00~12:30	500円/回 定員10名 持タオル・水筒
要申込	みんなで歌いましょう♪	29日(土)	10:00~11:30	300円 定員30名 持不織布マスク
見学 随時	能楽入門 はじめの一步 ~仕舞と謡~	月曜クラス 午前 水曜クラス 午前 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	10・24日(月) 5・19日(水) 7・28日(金) 4・25日(火)	10:00~12:00 9:30~11:30 18:30~20:30 18:30~20:30 令和6年4月~9月 月水金:全14回 火:全12回 2000円×回数分 【前納制】 (途中月より参加可能)
満員 御礼	わくわく援農体験 本橋農園のお手伝い(収穫・草取り)	毎週月・木曜日 但し20日(木)→19日(水)	9:00~10:00	無料 雨天中止 持長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	10・24日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	11・25日(火)	13:30~16:30	無料 定員8名
要申込	シネマサロン 上映作品は館にお尋ねください 申込受付5月22日~	18日(火)	13:30~上映 (13:00~前座) 上映時間117分	無料 定員35名
要申込	書道教室 書道の基本を学ぼう	5・19日(水)	9:30~11:30	600円/回(教材費別途200円) 定員10名 持書道道具・半紙・台拭き
要申込	オンラインで広げよう友達の輪!	5日(水)	13:30~15:00	無料 定員10名
要申込	はじめよう! スマホ 「スマホを使えばこんなに楽しい」	6日(木)	10:00~11:30	500円 定員5名 持お持ちのスマホ
要申込	地域でつながる~安心サロン~ 「民生委員と話しましょう」	27日(木)	10:00~11:30	100円 定員8名
要申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ	14・28日(金)	10:30~11:45	500円/回 定員8名 持タオル・水筒
要申込	ストレッチ講座	7・14・21・28(金)	13:30~14:30	500円/回 定員15名 持タオル・水筒
当日 OK	善福寺コワーキングスペース (自習室) ※長寿応援ポイント対象外	毎週木曜日 毎週土曜日	16:00~20:00 (20日はお休み) 18:00~20:00	無料 定員12名 中学生以上 持水筒・上履き
当日 OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	3・17日(月) 2回制	①13:30~14:15 ②14:45~15:30	無料 各回15名 先着順 持タオル・水筒
要 申込	60歳以上の区民対象 マッサージ(三療サービス) ※長寿応援ポイント対象外	10日(月) 申込受付6月1日~	10:00~15:10	有料(お問い合わせください) 定員12名 持バスタオル2枚・手ぬぐい2枚

# 6月予定表

ゆうゆう善福寺館

TEL 03-3394-8963

令和6年5月6日現在

日	曜日	午前				午後				夜間					
		洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室		
1	土	カラオケ 白寿会				日本舞踊 扇の会				善福寺 コワーキングスペース					
2	日	踊り さくら会				踊り さくら会	輪投げ 万寿美会			休館					
3	月	やさしい太極拳 10:00-11:30				わがまち 一番体操				会議 善福寺町会				援農	
4	火	体操 茜会	パソコン パソ楽会			コーラス 千歳会				能			能		
5	水	書道教室	能		能	輪踊り 万寿美会	オンラインで 広げよう 友達の輪!	ウクレレ アロハウクレレ	オンラインで 広げよう 友達の輪!	かっぱれ かぼーれ					
6	木	はじめよう! スマホ	太極拳 善福寺			こでまり コワーキング	手話ダンス こでまり	麻雀 すずめクラブ		善福寺 コワーキングスペース				援農	
7	金					ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	能			能		
8	土			会長会 井萩ブロック		日本舞踊 扇の会	輪投げ 万寿美会			善福寺 コワーキングスペース					
9	日	踊り さくら会						体操 新日本婦人		休館					
10	月	能		三療 サービス	能	めざせ英語 ペラペラのPE		三療 サービス						援農	
11	火	体操 茜会	パソコン パソ楽会			コーラス 千歳会		囲碁タイム			会議 かっぱの会				
12	水	実用書道	やさしい太極拳 10:00-11:30			輪踊り 万寿美会	輪踊り 白寿会	囲碁 善苦楽会		かっぱれ かぼーれ					
13	木		太極拳 善福寺	体操 青葉会		こでまり コワーキング	手話ダンス こでまり	民謡 白寿青井会	麻雀 すずめクラブ	善福寺 コワーキングスペース				援農	
14	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 善苦楽会	ストレッチ						
15	土	カラオケ 白寿会				日本舞踊 扇の会	役員会 白寿会	手作り遊び 千歳会		善福寺 コワーキングスペース					
16	日	第3日曜日休館													
17	月	フラワーアレンジメント					わがまち 一番体操								援農
18	火	体操 茜会	パソコン パソ楽会	オープン サロンDay		シネマサロン									
19	水	書道教室	能		能	輪踊り 万寿美会		ウクレレ アロハウクレレ		かっぱれ かぼーれ				援農	
20	木	終日休館 (事務連絡会&研修会)													
21	金	善福寺 はつらつ道場				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	善福寺町会					
22	土	カラオケ 白寿会								善福寺 コワーキングスペース					
23	日	踊り さくら会				日本舞踊 扇の会	輪投げ 万寿美会			休館				アカデミー 観泉寺ツアー	
24	月	能			能	めざせ英語 ペラペラのPE								援農	
25	火	体操 茜会	パソコン パソ楽会	目的外 リコサイス		コーラス 千歳会		囲碁タイム		能		NPO	能		
26	水	やさしい太極拳 10:00-11:30				会議 自然愛護会	ブリッジ 西荻ブリッジ	囲碁 善苦楽会		かっぱれ かぼーれ					
27	木	安心サロン 民生委員	太極拳 善福寺	輪踊り 白寿会		こでまり コワーキング	手話ダンス こでまり	麻雀 すずめクラブ		善福寺 コワーキングスペース				援農	
28	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 善苦楽会	ストレッチ	能			能		
29	土	みんなで歌いましょう♪					ブラジル、日本 違いより共通点を見つめよう				善福寺 コワーキングスペース				
30	日	気功 10:00-11:00 太極拳 11:00-12:30								休館					