

高齢者以外の方も使用できます



高齢者の方が活動をしていない時や事業を行っていない時、空いている部屋を「目的外使用」としてご利用になれます。

●使用できる部屋

各ゆうゆう館の洋室等

※使用料金が設定されている部屋に限ります。また、空枠がある部屋のみとなります。

●使用できる時間

午前 午前9時～正午
午後1 午後1時～3時
午後2 午後4時～6時
夜間 午後7時～9時

※各時間区分の前後に45分間延長して使用できます。ただし、午前の前延長、夜間の後延長はできません。また、日曜・祝日は開館時間が午後5時までのため、午後1の時間帯までの利用となります。

●使用料金

各ゆうゆう館の部屋で異なります。施設の使用料については、各ゆうゆう館にお問い合わせください。また、区公式ホームページでも確認できます。

●空き枠案内

杉並区公共施設予約システム「さざんかねっと」でご覧になれます。

●申込み及び利用料支払方法

「さざんかねっと(杉並区公共施設予約システム)」で予約申込。

使用日当日にゆうゆう館窓口で支払い

●予約申込期間

使用日の2か月前の27日から前日まで。

(使用当日の申込みは、直接ゆうゆう館にお申込みください)

●利用者登録

*「さざんかねっと」の利用には、事前に利用者登録が必要です。登録窓口は、地域区民センター、区民集会所、コミュニティふらっと、区役所地域課、各地域活動係等の窓口です。

*ゆうゆう館では、利用者登録はできません。

●使用制限

政治活動・宗教活動・営利活動を目的ではご利用になれません。

音を出す活動の場合、状況に応じて活動内容を制限させていただく場合があります。

利用対象

杉並区にお住まいの60歳以上の方々

利用手続き

利用証が必要になります。初めてご利用になる方は、氏名・住所・年齢が確認できるマイナンバーカードなどをお持ちください。即日発行します。この利用証は区内26か所の「ゆうゆう館」で共通に使えます。

利用方法

◆個人利用 (ゆうゆう西田館とゆうゆう上荻窪館は個人利用はできません。)

一般和室または談話室・談話コーナーで、テレビ、囲碁・将棋などを自由に利用できます。お一人でもご利用になれます。

◆団体利用

趣味やいきがいづくりなどの活動に、洋室、和室、茶室、講座室、多目的室、ホールなどを利用できます。洋室は全館にあります。その他の部屋については、館ごとに異なります。

—団体登録要件等—

★5名以上で構成される団体で、その構成員の8割が60歳以上の区民である団体が登録できます。登録の仕方、利用方法などについては、利用を希望するゆうゆう館にお問い合わせください。
★上半期、下半期にわけ12月と8月に抽選会を行い、半年分の予約ができます。

◆目的外使用

空いている部屋がある場合は、一般の方も使用できます。(要事前予約/有料)

利用料金

◆個人利用及び団体利用 無料

ゆうゆう館で行っている主な事業

◆協働事業

詳しくは、中面をご覧ください。

◆三療サービス

マッサージを、有料で利用できます。実施日、予約方法及び施術料については、各ゆうゆう館にお問い合わせください。

自主グループによる団体活動

コーラス・カラオケ・民謡・大正琴・踊り・フラダンス・体操・気功・手芸・書道・囲碁・輪投げなど、様々な内容で自主グループによる団体活動が行われています。詳細は、各ゆうゆう館にお問い合わせください。

高齢者の「生涯現役」を応援します!

ゆうゆう館 ご案内

ゆうゆう館は、区内にお住まいの60歳以上の皆様に、憩い、いきがい学び、ふれあい交流、健康づくりの場として、ご利用いただく施設です。



全館禁煙

お近くのゆうゆう館(26カ所)をご利用ください。



ゆうゆう館一覧

令和7年4月1日現在

ゆうゆう館名	所在地	電話番号	併設施設名	アクセス	運営団体	運営団体が主催する主な協働事業						
						音楽	健康	「作る」講座	「学ぶ」講座	ゲーム	イベント・交流会	その他
①井草	井草2-15-15	3390-9672	井草児童館・井草保育園	西武新宿線「下井草」駅下車 徒歩7分 JR中央線阿佐ヶ谷駅北口(関東バス)石神井公園行き「八成小学校」下車 徒歩1分	NPO法人ウイッシュ・プロジェクト	カラオケサロン、音楽教室	社交ダンス、卓球、体操、太極拳、ヨガ	デコパージュ、ぬり絵	スマホ・タブレット・パソコン教室	囲碁、将棋、ダーツ	傾聴講座、子ども食堂	
②和泉	和泉4-16-22	3323-5663	和泉保育園	京王井の頭線「永福町」駅下車 徒歩15分 東京メトロ丸ノ内線「方南町」駅下車 徒歩15分	公益社団法人杉並区シルバー人材センター	ピアノ	太極拳、エアロビ、ヨガ、イス体操	えんぴつ画、消しゴムはんこ、水墨画、折り紙、フラワーアレンジメント	英会話	マジック		
③今川	今川4-12-10	5303-1501	今川図書館	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0番)武蔵関駅行き「井草八幡宮」下車 徒歩5分 JR中央線西荻窪駅北口(関東バス4番)井荻駅行き「今川4丁目」下車 徒歩7分	NPO法人竹箒の会		太極拳、フラダンス、ヨガ、気功ストレッチ、体操、筋トレとストレッチ	水彩画(抽象画)	パソコンサロン(ベシック)パソコンスマホなんでも相談会	卓上カーリング	今川体操&出張相談会(ケア24上荻)	
④梅里堀ノ内	堀ノ内3-37-4	3313-4319		東京メトロ丸ノ内線「新高円寺」駅下車 徒歩10分	NPO法人すぎなみ学びの楽園	みんなで歌おう	太極拳、ヨガ、3B体操、頭と身体のトレーニング	水彩画、ぬり絵	文学講座、水彩画		コンサート	花と緑のボランティア
⑤永福	永福2-4-9	3321-6632		京王井の頭線「永福町」駅下車 徒歩10分	NPO法人新しいホームをつくる会	ウクレレ・コーラス	体操・ヨガ		茶道・スマホ・パソコン、英会話	麻雀	高齢者とこどもの昼食作りと食事(年2回)・コンサート	地域中学生の学習支援
⑥大宮堀ノ内	堀ノ内1-27-9	3317-9156	こすもす生活園	京王井の頭線永福町駅から(京王バス)中野駅南口・新宿駅西口行き「大宮八幡入口」下車 徒歩12分	NPO法人ゆるゆるマーマ	コーラス、ウクレレ、ピアノ	健康体操、ヨガ、ハイキング	ちぎり絵、絵手紙、アロマテラピー	書道、英語		敬老の集い、年末ミニコンサート	地域食堂
⑦大宮前	宮前5-19-8	3334-9640	大宮前保育園	JR中央線西荻窪(南北バスすぎなかで路線6番)久我山駅行き「宮前ふれあいの家北」下車 徒歩5分 京王井の頭線「久我山」駅下車 徒歩12分	NPO法人CBすぎなみプラス	歌、ボイストレッチ	リラクゼーションヨガ、ストレッチ	書道、ぬり絵、折り紙	英会話、中国語、煎茶道	囲碁、将棋		落語会
⑧荻窪	南荻窪2-25-17	3335-1716	荻窪保育園	JR中央線「荻窪」駅下車 徒歩10分 JR中央線荻窪駅南口(関東バス2番)宮前三丁目行「南荻窪1丁目」下車 徒歩5分	NPO法人生きがいの会	三味線、シャンソン、ピアノ伴奏で歌って元気	ストレッチ、太極拳、健康エアロビクス	陶芸、折り紙	ペン習字、パソコン、ピアノ、初級英会話	麻雀		介護者の会
⑨荻窪東	荻窪4-23-12	3398-8738	荻窪東保育園	JR中央線「荻窪」駅南口から徒歩8分	NPO法人障害者就労支援センターどんまい福祉工房	ピアノに合わせて歌おう ボイストレーニング ウクレレ弾き語り	リラクゼーションヨガ	園芸教室 フードドライヤーを使ってドライ野菜や果物を作ってみよう	世界史、杉並ゆかりの作家、ITサロン		荻窪ほっとサロン、国際交流サロン、おしゃべり昼食会	ドローンを使ったプログラミング教室
⑩上荻窪	上荻3-29-5	3395-1667	杉並会館・ケア24上荻	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0・1番)「荻窪警察署前」下車 徒歩3分	NPO法人たすけあいワーカーズさざんか	コーラス、シャンソン、ギターの演奏で歌う	健康体操、卓球、ヨガ	スケッチ、ぬり絵	文学講座、パソコン相談		ランチ会、朗読会、桜まつり	タオル帽子作り
⑪上高井戸	高井戸東2-6-17	3306-0441		京王井の頭線「高井戸」駅下車 徒歩10分 JR中央線荻窪駅南口(関東バス4番)芦花公園駅行き「高井戸東2丁目」下車 徒歩3分	NPO法人プロップK	コーラス、謡	美姿勢体操、初心者ダーツ フラダンス		ケア24連携講座	初心者囲碁、囲碁、ダーツ	書初め展、茶会	ヒップホップダンス、仕舞
⑫久我山	久我山5-8-8	3332-2011	久我山保育園	京王井の頭線「久我山」駅北口から徒歩2分	NPO法人プロップK	みんなで歌おう	美姿勢体操 初心者ダーツ	ハーバリウム	スマホ、生活講座	初心者将棋、ダーツ	ダーツ大会、バザー	子どもの居場所
⑬高円寺北	高円寺北3-20-8	3337-2266	高円寺北ふれあいの家	JR中央線「高円寺」駅北口から徒歩5分	社会福祉法人奉優会	歌声交流サロン	体ほぐし体操、フォーユー体操	臨床美術	歌のレッスン、書取りサロン	脳トレパズル	落語会	コンサート
⑭高円寺東	高円寺南1-7-22	3315-1816	高円寺東児童館	東京メトロ丸ノ内線「東高円寺」駅下車 徒歩2分	NPO法人杉並介護者応援団	音楽探訪、聴き比べ	ヨーガ、バランスボール、空手	編み物、親子アート	茶道、ウクレレ、パソコン	麻雀	音楽会、子どもお楽しみ会	茶話会、グリーフサポート
⑮高円寺南	高円寺南4-44-11	5378-8179	高円寺南保育園 高円寺駅前図書サービスコーナー	JR中央線「高円寺」駅南口から徒歩2分	NPO法人竹箒の会	世界の歌、唱歌	ヨガ、フラダンス、卓球、健康体操		PC、スマートホン	カーレット、ゲームで脳を活性化		ケア24共催の地域交流会(歌 体操 勉強会等)
⑯四宮	上井草2-28-3	3396-7692	四宮保育園	JR中央線荻窪駅北口(西武バス6番)石神井公園駅南口行き「井草中学校」下車 徒歩7分 西武新宿線「上井草」駅南口から 徒歩10分	NPO法人たすけあいワーカーズさざんか	コーラス、シャンソン、よし笛	ヨガ、ストレッチ、卓球、ポイトレ	絵手紙、塗り絵	英会話、パソコン、スマホ、書道		食堂	てらこや
⑰下井草	下井草3-13-9	3396-8882	下井草保育園・子ども子育てプラザ下井草	西武新宿線「下井草」南口から徒歩10分 JR中央線荻窪駅北口から(関東バス2番)下井草駅行き「永久橋」下車 徒歩5分	NPO法人ウイッシュ・プロジェクト	カラオケ	フレイル予防、リトミック	書道、デッサン、水彩画、折り紙	英会話、スマホ、パソコン	囲碁、ダーツ	作品展	介護
⑱下高井戸	下高井戸4-19-6	3302-2161	子ども子育てプラザ下高井戸	京王井の頭線「西永福」駅下車 徒歩15分 京王線「桜上水」駅下車 徒歩12分	NPO法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン	歌活	健康エアロビクス、ヨガ、健康舞踊	絵手紙、手芸	英会話、スマホパソコン	卓上カーリング	サンデーカフェ	
⑲善福寺	善福寺2-26-18	3394-8963	善福寺保育園	JR中央線荻窪駅北口(関東バス0番)南善福寺行き「東京女子大北」下車 徒歩0分	NPO法人おでかけサービス杉並	歌	ストレッチ、バレエ、太極拳、気功	書道、花アレンジ	英会話、能、スマホ、パソコン	囲碁	安心サロン 講演、演奏(芸)会、リモート、発表会	援農、みんなの居場所
⑳高井戸西	高井戸西1-17-5	3332-1076	高井戸西児童館	京王井の頭線「富士見ヶ丘」駅南口から徒歩7分	NPO法人竹箒の会	歌おう会、シャンソン、歌声サロン	からだケア体操、ストレッチ、卓球		ペン習字、PC・スマホ、終活講座		ポートレート撮影会	
㉑高井戸東	高井戸東3-14-9	3304-9573	高井戸東保育園	京王井の頭線「浜田山」駅下車 徒歩5分	NPO法人さらプロジェクト	歌声さろん、遊ピアノ	筋トレ&ストレッチ、ゆる体操、ゆるヨーガ	ぬり絵、パステルアート	書道とペン字	麻雀サロン 初級麻雀	にここご亭夕餉の会 作品展	
㉒西荻北	西荻北2-27-18	3396-8871	西荻北保育園	JR中央線「西荻窪」駅北口から徒歩8分	NPO法人さらプロジェクト	歌声さろん、歌って元気、ピアノ	エアロビ	ぬり絵、パステルアート	フランス語、英会話、包丁研ぎ講習		食事会、作品展、発表会	自習室
㉓西田	荻窪1-56-3	3391-8747	児童青少年センター・男女平等推進センター	JR中央線荻窪駅南口(関東バス51番)「シャレール荻窪」下車 徒歩5分	NPO法人生きがいの会	三味線、民謡、合唱、ウクレレ、ピアノ	卓球、ヨガ、太極拳、ストレッチ、エアロビクス	草木染、折り紙	パソコン、書道	麻雀	さくらまつり	
㉔堀ノ内松ノ木	松ノ木2-38-6	3315-7760		東京メトロ丸ノ内線新高円寺駅から(京王・関東バス)永福町行き「松ノ木公園」下車 徒歩3分 京王井の頭線永福町から(京王・関東バス)高円寺駅行き「松ノ木公園」下車 徒歩3分	NPO法人新しいホームをつくる会	ハーモニカ、バイオリン	ヨガ、瞑想、体操	塗絵、フラワーアレンジ	かな書道、墨画		食事会、喫茶	切手整理
㉕桃井	桃井1-35-2	3399-5025	桃井グループ保育室	JR中央線荻窪駅北口(関東バス2番)下井草駅行き「清水1丁目」下車 徒歩7分	NPO法人おでかけサービス杉並	歌&演奏、ウクレレ	体操、卓球	料理、手芸、絵手紙、折り紙	パソコン、スマホ、英会話、書道	マーじゃん、ダーツ、囲碁	おしゃべり会、昼食会	
㉖和田	和田1-41-10	3384-3751	さざんかステップアップ和田教室	JR中央線阿佐ヶ谷駅南口から渋谷駅行き(都営・京王バス)「堀ノ内」下車 徒歩7分 東京メトロ丸ノ内線「東高円寺」駅下車 徒歩13分	NPO法人ゆるゆるマーマ	歌のサロン	ヨガ・ピラティス、ストレッチ体操、フレイル予防体操	フェイクフラワーアレンジメント	薬膳料理		チャリティバザー、子ども食堂、地域の居場所サロン&ランチ会	

※ゆうゆう館名は五十音順です

施設案内

【開館時間】
午前9時から午後9時まで
日曜・祝日は午前9時から午後5時まで
第3木曜日は午後1時から午後9時まで

【休館日】
毎月第3日曜日、6月・12月の第3木曜日、年末年始(12月28日～1月4日)
※今川館は、毎月第1日曜日、第3木曜日、年末年始(12月31日～1月4日)と今川図書館特別整理期間

ゆうゆう館 協働事業ご案内

ゆうゆう館では、「いきがい学び」「ふれあい交流」「健康づくり」などに関する講座・催し(左表「運営団体が主催する主な協働事業」参照)を実施しています。

各ゆうゆう館の施設運営業務を担う、NPO法人などの公益団体が運営する事業です。事業により、参加費がかかります。

また、一部を除き、高齢者に限らず参加できるので、多世代で楽しむことができます。

「何かはじめてみたいけれど、どうすれば…」などとお考えの方は、どうぞ、ゆうゆう館へ!

問い合わせ・申込み

直接各ゆうゆう館へお問い合わせください。