

わきあひあひ将棋

◆◆◆ 開催日 ◆◆◆
第1(水)・第3(火)・第4(土)
※月3回

5月は
5/7, 5/20, 5/24

第1(水) 午後4時～6時
第3(火) 午後4時～6時
第4(土) 午後1時30分～3時30分

*参加費*100円(1人/各回)

◆定員6名

対象は小学生以上、どなたでも!

初心者同士で和気あいあい将棋を楽しむ会です
全く将棋を知らなくてもご参加いただけます

指導：和田一郎

小学生の頃より将棋に親しみ、日本将棋連盟公認アマチュア3段。人生の99%、西荻で育まれた。



Information 4月より長寿応援ポイントは60歳から受講者に。

落語会

[開催日]
5月26日 月曜日
(毎月第4月曜日開催)

[時間]
午後1時30分～2時30分頃
[木戸銭]
500円

笑ってしんみり……
嘶を聴きにお出かけください

◆出演は、
立川らく人さん
または
立川志ら門さん
プラス前座一名のときもあり。



※今月は立川志ら門さん



協働事業のご案内

ゆうゆう大宮前館

◎お申し込み&お問い合わせ
tel.03-3334-9640
(ゆうゆう大宮前館)
<https://www.cb-sugiplu.com>

協働事業の予定表

書道教室<基本>×<筆中級>▶第1第3月曜日/13:30~15:00/各回950円 ※月1回、第1か第3を選択

煎茶道講座▶第2第4金曜日/14:00~16:00/1回1000円 ※別途、水屋代/各回500円

おとなの折り紙教室▶第1金曜日/13:30~15:30/各回500円

ぬり絵の力▶第2第4月曜日/14:00~16:00/各回550円

腹話術を楽しむ会▶第3火曜日/10:00~11:30/500円

リラックスヨガ▶第2第4第5火曜日/14:00~15:10/各回700円

ヘルシーストレッチ▶第2第4第5月曜日/10:00~11:30/各回700円

上手に歌ってみま専科▶第1木曜日/初級14:00~15:15/700円(1回)・中級15:20~16:35/1000円(1回)

歌声ライブ▶第2水曜日/13:15~14:45/各回500円

ボイストレッチ▶第1土曜日/10:00~11:30/各回1000円

やり直し英会話▶第1第2第4火曜日/10:00~11:30/1ヶ月4500円

楽しく学ぶ英会話▶第1第2第4木曜日/13:30~15:00/各回1500円 ※テキスト付

囲碁初級者講座▶第1第3土曜日/13:00~16:00/各回500円

相続個別相談会▶第2火曜日/①17:30~18:20 ②18:30~19:20/相談料300円 ※予約は前日まで

認知症サポーター養成講座

身近な認知症と
その対応

5月25日(日)

◆時間 13:30~15:30
◆参加費 無料(30頁のテキストさしあげます)
◆場所 ゆうゆう大宮前館
◆定員 10名

講師 キャラバンメイト：中目昭男(社会福祉士)

一人一人
なっても
自宅でも
安心して
暮らせる
街づくり
を！

介護を迫られる日が突然訪れる
かもしれません。認知症について
の知識、認知症の方の接し方を
知っておくと役立ちます。

初めての中国語

美しい中国語が
身につく。

〈開催〉
毎月第1・第3 金曜日
(月2回)

5/2, 5/16
6/6, 6/20
7/4, 7/18

※直近3カ月の日程紹介です。

◆午後6時~7時
◆受講料1800円(各回)

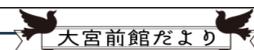
お勤め帰りにも
ご利用いただける夜の講座です。

途中参加にも
対応します。
ようす。
(生徒さんの感想)

講師・呉雅麗 Wu Gareil



講師歴20年。毎年、両親の住む中国湖北省への里帰りを欠かさない。リアルレッスンで習得できる醍醐味は発音。発音からクリアして、奥深く面白く中国語をマスターしましょう。



自分らしく

は、いかにがでしよう。

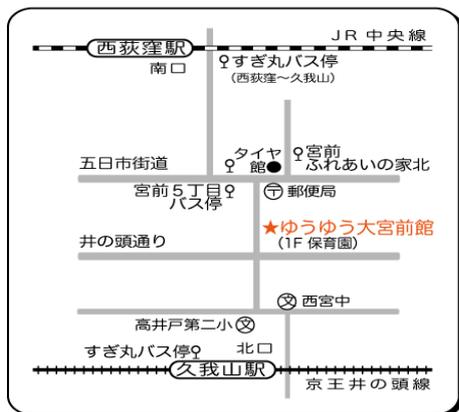
社会とのつながり

みそそみみみそ：『みんなのうた』の歌詞ではありません。「ほつれた丹前の袖付けをした時のことが蘇り、そしたら「みそそみみみそ」って覚えてたの」30分前に食べたおやつも思い出せないのにおかしいでしょ?と自分の認知症を笑う電話の我が母。身頃、袖、袖、身頃……と和裁の順番の暗記法らしい。デイサービスの中で、公園の清掃など(はたらく)活動を通じて認知症の人の社会参加の場をつくらせたり、歌が得意な認知症の方の「みんなの前で歌いたい」という希望をプロの生演奏とともに披露の実現をしたり、と認知症共生社会をめざす『100回』のプロジェクトに各地の介護事務所が取り組んでいるよう。まずは入門編『認知症サポーター養成講座』の受講

ゆうゆう大宮前館 令和7年 5月 予定表

	日	月	火	水	木 1	金 2	土 3
午前						フラダンス 輪投げ	ボイストレッチ フリーフロー
午後					上手に歌って～ パソコン 楽しく学ぶ英会話	スポーツ吹矢 おとなの折り紙教室	囲碁初級者講座
夜						初めての中国語	
午前	4	5	6	7	8	9	10
午後	卓球(く)	てぬぐい体操 さくら会体操 健康エアロビクス 書道教室(I部)	太極拳 やり直し英会話 舞踊 絵手紙	銭太鼓 トールペイント 三療サービス わきあいあい将棋 親睦 三療サービス	わがまち一番体操 健康エアロビクス 手芸 楽しく学ぶ英会話 卓球(ら)	フラダンス 煎茶道講座	輪投げ 卓球(ポ) 囲碁練習
夜							
午前	11	12	13	14	15	16	17
午後	卓球(ら)	MDH ヘルシーストレッチ ぬり絵の力	太極拳 やり直し英会話 リラックスヨガ	銭太鼓 歌声ライブ	午前休館 親睦 パソコン キルト製作	フラダンス 輪投げ スポーツ吹矢	輪投げ フリーフロー 囲碁初級者講座 俳句
夜			相続個別相談会			初めての中国語	
午前	18	19	20	21	22	23	24
午後	休館日	てぬぐい体操 さくら会体操 健康エアロビクス 書道教室(II部)	太極拳 腹話術を楽しむ会 わきあいあい将棋 絵手紙 舞踊	銭太鼓 トールペイント 三療サービス 三療サービス	わがまち一番体操 健康エアロビクス 手芸 楽しく学ぶ英会話 卓球(ら)	フラダンス 煎茶道講座	輪投げ わきあいあい将棋 囲碁練習
夜							
午前	25	26	27	28	29	30	31
午後	宮前五北防災会 卓球(ら) 認知症サポーター 養成講座	MDH ヘルシーストレッチ 落語会 ぬり絵の力	太極拳 やり直し英会話 リラックスヨガ	銭太鼓 卓球(ポ)			
夜							

太字の書体(青色)⇒ゆうゆう館主催(協働事業)
/ ㊤団体は定期利用枠を掲載



ゆうゆう大宮前館

杉並区宮前5-19-8

tel. 03-3334-9640

