

美しい中国語が
身につく。

「楽しい」「
生徒さんの感想
よかったです。」



・講師・
呉 雅麗 Wu Gareli

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、奥深くて面白い中国語をマスターしましょう。

初めての中国語

入門〜初級編



〈開催〉
毎月 第 2・第 4 水曜日
(月 2 回)

3/11, 3/25
4/8, 4/22
5/13, 5/27

※直近3カ月の日程紹介です。

◆午前 10 時~11 時
◆受講料 1800 円(各回)

途中参加にも対応
します。
お勤め帰りにも
ご利用いただけ
る夜の講座です。

落語会

〔開催日〕
3月23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

令和 8 年
3 月

協働事業のご案内

◎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>

ゆうゆう大宮前館

Information 来館時健康ポイントが貯まるなみチャレQR お忘れなく!

協働事業の予定表

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(注:12月は休講)
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/14:30~16:00/1000円(各回)
ボイストレッチ▶第1土曜日/10:00~11:30/1000円
ボイストレッチプラス▶第3金曜日/10:00~11:30/1000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
スマホ個別相談会▶毎月第4土曜日/①14:00~14:45 ②15:00~15:45(各月2名)/相談料300円
※事前予約制

♪♪♪ 開催日時 ♪♪♪

◆毎月1回 第2水曜日に開催◆

3月11日 水曜日

〔時間〕午後
〔参加費〕1回 500円

歌声ライブ

美しい、日本の四季を

一緒に歌い
ましょう!



<講師紹介>
三上典子

3歳よりピアノを始め、大学院在学中からピアノの指導にあたり、卒業後は演奏活動にも励む。音楽療法・脳トレなど、高齢者を対象にした歌唱指導活動も行っている。

相続 個別相談会

専門家への
早めの相談
が大切です



地元の相談所として気軽にご利用ください。

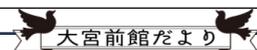
◆開催日時
毎月1回 第2火曜日
※3月は10日

① 午後 5時30分~6時20分
② 午後 6時30分~7時20分

◆相談料 300円

※予約申し込みは前日までに!
1開催日、2組です。

100回目の



蕎麦の味わい

前座の時代から修行の場として当館で月一回(現在は隔月)出演していた立川流二ツ目・立川志ら門さんの1月の『落語会』がちょうど100回目でした。芸名の由来へ師匠・立川志らくの志ら十破門の門下からも察せられるキャラの御仁。ちなみに前座脱出時の師匠の志ら門さん評は「ツラしいが、中身がない」でした。その100回目の演目は、100回の高座でかけた同じ『時そば』。大宮前館に歴史あり!? 粋な演出に担当スタッフとしてもじわり感動。遠くからお越しただいていただく眞原のHさんのお姿が、体調崩されたこの日、会場になかったのは残念でしたが。そんな志ら門さんの今月の101回目の『落語会』『とうもろこし』を見出かけてください。

ゆうゆう大宮前館 令和 8 年 3 月 予定表

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



ゆうゆう大宮前館

杉並区宮前 5 - 19 - 8

tel. 03 - 3334 - 9640

