

# 楽しく学ぶ英会話



英語で人と  
もっと交流したい  
そんな方のための  
教室です

\*開催日\*  
第1・第2・第4 木曜日  
11月は  
**4/2, 4/9, 4/23**  
午後1時30分~3時  
\*受講料\*  
1500円(各回)  
\*テキスト付

中学程度の文法も  
復習しながら  
楽しく会話を  
身につけていきます



### PROFILE

英語指導歴35年。簡単な英文をスピーディーに言える方法を、絵を使って楽しくお教えします。ひとりひとりに合ったきめ細かいアドバイスに定評があります。

Information 4/2 東京アプリでポイントGET!のスマホ講座 開催

### 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
- ★
- 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)
- 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/10:00~11:30/1000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
- 初めての中国語▶第2第4水曜日/10:00~11:00/各回1800円

- ★
- 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
- 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

## 腹話術を楽しむ会

～演じて遊ぶ～

むさしの児童文化協会  
NPO法人  
橋爪邦子



「フアシリテーター」

【開催日時】  
◆毎月1回  
第3\_火曜日  
午前10:00~11:30  
【参加費】  
1回500円

※4月は21日です。  
発声練習、腹話術の基礎指導、そして実演!笑い声もこぼれる、楽しくスキルアップできる会です。まずは体験参加を。

## 落語会

【開催日】  
4月27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  
◆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。  
※今月は立川らく人さん  
笑ってしんみり……  
嘶を聴きにお出かけください



## 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

## ボイストレッチプラス

【開催】  
毎月第3金曜日(月1回)  
4/17, 5/15, 6/19  
※直近3カ月の日程紹介です。  
◆午前10時~11時30分  
◆受講料1000円(各回)  
ボイトレで気分も身体も爽快!



・講師・山路唯 やまじゆい

ボイストレーナー・(一財)ヤマハ音楽振興会認定ボーカル講師。ヤマハ音楽院大阪卒。「言葉をもっとよく奏でる歌声」と称され、コロムビアMEよりメジャーデビュー。『声と話し方を磨く本』(宝島社)の著書もあり。留学経験を活かした発音や発声の指導に定評がある。



### 花より団子より

ばれている良き環境。

鳥を見ずは健康寿命時代の教訓となる? ちなみに善福寺公園は日本野鳥の会発祥の地で、『野鳥の聖地』と呼ばれている良き環境。

### “鳥”

単なるリラックス効果ではなく、人間の脳を物理的に作り変えるという、チューリッヒ大学などの研究発表で注目のバードウォッチング! 熟練のバードウォッチャーの脳には、初心者とは明確に異なる「構造的違い」が存在し、この脳のアップグレードは処理能力の向上であり、長期的な実践によって脳の構造が後天的に変化した結果であるとのこと。種固定のために、認知力、注視力、記憶力などを駆使するので、脳の老化を防ぐ効果があるという。シニアの野鳥観察は認知症予防にも最適ということ。春はメシロやヒヨドリ、ウグイスなど、桜を見て野鳥を見ずは健康寿命時代の教訓となる? ちなみに善福寺公園は日本野鳥の会発祥の地で、『野鳥の聖地』と呼ばれている良き環境。

# ゆうゆう大宮前館 令和8年 4月 予定表

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				銭太鼓 トールペイント		輪投げ	ボイストレッチ フリーブロー
午後				卓球(ラ) 親睦	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							
	5	6	7	8	9	10	11
午前	おどり	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 初めての中国語	わがまち一番体操	輪投げ 写経	輪投げ
午後	卓球(く)	健康エアロビクス	舞踊 絵手紙	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(ホ) 囲碁練習
夜							
	12	13	14	15	16	17	18
午前	おどり	MDH ヘルシーストレッチ	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	午前休館	ボイストレッチ+	輪投げ フリーブロー
午後	卓球(ラ)	ぬり絵の力	リラックスヨガ	三療サービス 卓球(ラ)	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			相続個別相談会				
	19	20	21	22	23	24	25
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 初めての中国語	わがまち一番体操	輪投げ 写経	輪投げ フリーブロー
午後		健康エアロビクス	舞踊 絵手紙	卓球(ホ)	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							
	26	27	28	29	30	ゆうゆう大宮前館 杉並区宮前5-19-8 03-3334-9640	
午前	宮前五北防災会 おどり	MDH ヘルシーストレッチ	太極拳 やり直し英会話				
午後	卓球(ラ)	落語会 ぬり絵の力	リラックスヨガ				
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

