2025年　ゆうゆう荻窪館

10月の協働事業案内

★協働事業はどなたでも参加できます。年齢制限はありません。

★すべてのプログラムは〝長寿応援ポイント〟の対象です（60歳以上）。

※講座によっては満員の場合もありますので、お問い合わせください。 満 は満員。

事業名	開催日	曜日・時間	費用
歌って健康	10月1・15日	第1・3水曜日 15:30～16:30	1回 500円
歌って元気！	10月3・10・17・24日	第1・2・3・4金曜日 17:30～18:30	1回　500円
健康麻雀 満	10月2・9・23・30日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00～16:30	1回 500円
	10月11・18・25日	第1土曜を除く毎土曜日 13:00～16:30	
楽しくストレッチ	10月5・12・26日	第3日曜を除く毎日曜日 13:00～14:30	1回 500円
健康エアロビクス	10月2・16日	第1・3木曜日 13:30～14:45	1回 500円
三味線教室	10月13・27日	第2・4月曜日 ①13:30～14:45 ②15:00～16:15	2.000円 1.000円×2回の1ヶ月分 別途テキスト代200円
Jポップ＆フォーク	10月2・16日	第1・3木曜日 17:30～18:30	1回 500円
陶芸教室	10月29日	毎月29日 10:00～12:00	1回 500円 別途材料燃焼費2.000円
楽々折り紙	10月28日	第4火曜日 10：30～12：00	1回300円
	申込受付中	第3金曜日 14：30～16：00	1回300円
ペン習字 1・3組	10月7・21日	第1・3火曜日 10:30～12:00	1回 500円
2・4組	10月14・28日	第2・4火曜日 10:30～12:00	1回 500円
フラダンス教室	10月6・20日	第1・3月曜日 13:00～14:00	1回 600円
フラワーアレンジメント	お休み	10:00～12:00	1回 550円 別途花・器代2600円
やさしい骨盤体操 満	10月27日	第4月曜日 10:00～11:00	1回 500円
初めての太極拳	10月14・21・28日	第2・3・4火曜日 17：30～19：00	5500円 500円X11回テキスト代含む
セルフケア背骨コンディショニング	10月7・21日	第1・3火曜日 13：15～14：30	1回1000円 別途テキスト代500円
楽しい初級英会話	10月3・17日	第1・3金曜日 10：30～12：00	1回700円
シャンソン教室	10月15・29日	第3・5水曜日 13:00～14:30	1回 700円
映画鑑賞会	10月31日	13:30～16:00	無料（要予約）
シニアピアノ教室 満	10月8・22日	第2・4水曜日 ①13:00～14:30 ②14:40～16:10	3.000円 （1.500円×2回の1か月分） （テキスト代別途）

※三療サービスは10月8日（第2水）です。
10月1日（水）9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は10月10・24日に実施します。
（第2・4金曜日①午前9時15分～②午前10時30分～）

◎開館時間は午前9時から午後9時まで。日・祝日は午後5時まで。

◎第3日曜（10月19日）は休館です。また10月16日（木）は事務連絡会のため午後1時まで休館となります。

NPO法人　生きがいの会

ゆうゆう荻窪館　杉並区南荻窪2-25-17　☎＆FAX（03-3335-1716）

7年10月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（1）

日													1				2				3				4			
曜日													水				木				金				土			
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室
午前													シニアヨガ（ヨガ）		お江戸の会（偶数月）		ホアロハ（フラダンス）				檸檬会（輪投げ）	楽しい初級英会話	遊ぼう会		宮前二丁目防災会		自彊術西田会（健康体操）	
午後													~~シャンソン~~歌って健康	すみれ（カラオケ）	~~シャンソン~~歌って健康	ねえよんで（読聞かせ）	エアロビクス 太極拳（荻の会）	健康麻雀	健康麻雀		悠水会（太極拳）			檸檬会（麻雀）		カサブランカ（麻雀）		囲碁の土日会（囲碁）
夜間																	Jポップ&フォーク		Jポップ&フォーク		歌って元気！		歌って元気！					

日	5				6				7				8				9				10				11			
曜日	日				月				火				水				木				金				土			
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室
午前					月謡会（謡曲）		ハーベストPC（パソコン）	つわぶき（ヨガ）	チェリッシュ（ヨガ）		ペン習字	第二雀会（麻雀）	悠水会	宮前まちづくりの会	三療サービス		ホアロハ（フラダンス）	ユピア（手描き染）	檸檬会（書道）		わがまち一番体操		チェリッシュ（ヨガ）				自彊術西田会（健康体操）	
午後	ストレッチ		ストレッチ		フラダンス教室オーシャン	ハナミズキ（ミュージックベル）	すずめの会（麻雀）	檸檬会（カルタ）	セルフケア背骨コンディショニング	Tuesdayの会	檸檬会（大正琴）	第二雀会（麻雀）	ピアノ教室		三療サービス		健康麻雀	ユピア（手描き染）	健康麻雀		シニアダンス（ダンス）			檸檬会（麻雀）	健康麻雀	ポハイ・ケ・アロハ（ウクレレ）	健康麻雀	
夜間	閉館								~~太極拳~~		~~太極拳~~	f									歌って元気！		歌って元気！					

7年10月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（2）

日	12				13				14				15				16				17				18			
曜日	日				月				火				水				木				金				土			
部屋	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室
午前	シニアヨガ（ヨガ）				荻の会（体操）		つわぶき（ヨガ）		檸檬会（体操）		ペン習字		シニアヨガ（ヨガ）		檸檬会（役員会）		事務連絡会				檸檬会（輪投げ）		楽しい初級英会話		檸檬会（体操）		自彊術西田会（健康体操）	
午後	ストレッチ		ストレッチ	囲碁の土日会（囲碁）	三味線	すずめの会（麻雀）		檸檬会（カルタ）		火木の会（麻雀）	花の会（手芸）	龍馬かよう会	シャンソン歌って健康	すみれ（カラオケ）	シャンソン歌って健康	ねえよんで（読聞かせ）	エアロビクス 太極拳（荻の会）	さわやか総務委員会（打合せ）	於篤の会（奇数月）		悠水会（太極拳）			檸檬会（麻雀）	健康麻雀		健康麻雀	囲碁の土日会（囲碁）
夜間	閉館				閉館				太極拳		太極拳						Ｊポップ＆フォーク		Ｊポップ＆フォーク		歌って元気！		歌って元気！					

7

日	19				20				21				22				23				24				25			
曜日	日				月				火				水				木				金				土			
部屋	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室
午前	休館日				月謡会（謡曲）		ハーベストＰＣ（パソコン）	つわぶき（ヨガ）	荻の会（体操）		ペン習字	第二雀会（麻雀）	悠水会				ホアロハ（フラダンス）		檸檬会（書道）	いちご会（打合せ）	わがまち一番体操		チェリッシュ（ヨガ）				自彊術西田会（健康体操）	
午後					フラダンス教室オーシャン		すずめの会（麻雀）	檸檬会（カルタ）	セルフケア背骨コンディショニング	Ｔｕｅｓｄａｙの会	檸檬会（大正琴）	第二雀会（麻雀）	ピアノ教室		荻のはな（介護者の会）		木曜会	健康麻雀	健康麻雀	火木の会（麻雀）	シニアダンス（ダンス）			檸檬会（麻雀）	健康麻雀	ポハイ・ケ・アロハ（ウクレレ）	健康麻雀	
夜間									太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

7年10月　ゆうゆう荻窪館行事予定表（3）

日	26				27				28				29				30				31							
曜日	日				月				火				水				木				金							
部屋	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室
午前	シニアヨガ（ヨガ）				荻の会（音楽）	骨盤体操	骨盤体操	つわぶき（ヨガ）	檸檬会（朗読）	楽々折り紙	ペン習字		陶芸教室		陶芸教室													
午後	ストレッチ		ストレッチ	囲碁の土日会（囲碁）	三味線	すずめの会（麻雀）		檸檬会（カルタ）			花の会（手芸）		シャンソン教室		シャンソン教室		東京都スマホ相談	健康麻雀	健康麻雀		映画鑑賞		映画鑑賞					
夜間	閉館								太極拳		太極拳																	

日																												
曜日																												
部屋					洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室	洋（大）	洋（小）	和室	茶室
午前																												
午後																												
夜間																												