

2025年 ゆうゆう荻窪館 11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		11月5・19日	第1・3水曜日 15:30～16:30	1回 500円
歌って元気!		11月7・14・21・28日	第1・2・3・4金曜日 17:30～18:30	1回 500円
健康麻雀	(満)	11月6・13・27日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00～16:30	1回 500円
		11月8・15・22・29日	第1土曜を除く毎土曜日 13:00～16:30	
楽しくストレッチ	(満)	11月2・9・23・30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		11月6・20日	第1・3木曜日 13:30～14:45	1回 500円
三味線教室		11月10・24日	第2・4火曜日 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		11月6・20日	第1・3木曜日 17:30～18:30	1回 500円
陶芸教室		11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		11月25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	11月4・18日	第1・3火曜日 10:30～12:00	1回 500円
	2・4組	11月11・25日	第2・4火曜日 10:30～12:00	1回 500円
フラダンス教室		11月3・17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) 11月24日	第4月曜日 10:00～11:00	1回 500円
初めての太極拳		11月4・11・18・25日	第1・2・3・4火曜日 17:30～19:00	4000円 500円X8回テキスト代含む
セルフケア背骨コンディショニング		11月4・18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		(満) 11月7・21日	第1・3金曜日 10:30～12:00	1回700円
シャンソン教室		11月5・19日	第1・3水曜日 13:00～14:30	1回 700円
荻窪遊ぼう会・角川庭園とランチ		11月27日	10:30～14:00	300円(交通費・昼食代別途)
映画鑑賞会		11月28日	13:30～16:00	無料(要予約)
元気なうちから始めよう老い支度のすゝめ エンディングノート書き方・施設の種類の選び方		11月7・21日	第1・3金曜日 13:30～15:30	各100円(要予約) ノート＆お茶菓子付き
シニアピアノ教室		(満) 11月12・26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11月12日(第2水)です。
11月1日(土)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は11月14・28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(11月16日)は休館です。また11月20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11月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(1)

日																									1 土			
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	洋(大)	洋(小)	和室	茶室
午前																									宮前二丁目 防災会		(自強術西田会 健康体操)	
午後																										カサブランカ (麻雀)		囲碁の土日会 (囲碁)
夜間																												

日	2				3				4				5				6				7				8			
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					(月曜会 謡曲)		ハーベスト (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)	シニアヨガ (ヨガ)		お江戸の会 (偶数月)		ホアロハ (フラダンス)				(神楽投げ会)	初級楽しい 英語会話	遊ぼう会			(自強術西田会 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 クベル)	すずめの会 (麻雀)	榊榊会 (カルタ)	セルフケア 青春コンディ ショニング	Tuesd ayの会	榊榊会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)	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)		①元氣なうちか ら始めよう若い 支度のすゝめ	榊榊会 (麻雀)	健康麻雀	ボハイ・ケ・ア (ウクレレ)	健康麻雀	
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		歌って元氣！		歌って元氣！					

7年11月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(2)

日	9				10				11				12				13				14				15			
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)				萩の会 (体操)		つわぶき (ヨガ)		神標会 (体操)		ペン習字		悠水会	宮前まちづ くりの会	三療サービ ス		ホアラロハ (フラダン ス)	ユヒア (手描き染)	神標会 (書道)		わがまち一番 体操		チェリッシュ (ヨガ)		神標会 (体操)		自強術西田会 (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)		神標会 (カルタ)		火木の会 (麻雀)	花の会 (手芸)	龍馬かよう会	ピアノ教室		三療サービ ス		健康麻雀	ユヒア (手描き染)	健康麻雀		シニアダンス (ダンス)			神標会 (麻雀)	健康麻雀		健康麻雀	
夜間	閉館								太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

7

日	16				17				18				19				20				21				22			
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				月曜会 (朗読)		ハイベスト (パソコン)	つわぶき (ヨガ)	萩の会 (体操)		ペン習字	第二雀会 (麻雀)	シニアヨガ (ヨガ)		神標会 (役員会)		連絡会 事務				地域交流会	初級英会話 楽しい	地域交流会				自強術西田会 (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)	神標会 (カルタ)	セルフケア 青春コンディ ショニング	Tuesd ayの会	神標会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)	歌って健康 シャンソン	ねえよんで (読聞かせ)	歌って健康 シャンソン	すみれ (カラオケ)	太極拳(萩の 会)	エアロビクス 委員会(打合せ)	於篤の会 (奇数月)		悠水会 (太極拳)		②元気なうちか ら始めよう若い 支度のすゝめ	神標会 (麻雀)	健康麻雀	ポハイ・ケ・ア (ウクレレ)	健康麻雀	囲碁の土日会 (囲碁)
夜間									太極拳		太極拳						Jポップ& フォーク				歌って元気！		歌って元気！					

7年11月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(3)

日	23				24				25				26				27				28				29			
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)				萩の会 (音楽)	骨盤体操	骨盤体操	つわぶき (ヨガ)	神標会 (朗読)	楽々折り紙	ペン習字		悠水会				ホアロハ (フラダン ス)		神標会 (書道)	いちご会 (打合せ)	わがまち一番 体操		チェリツシュ (ヨガ)		陶芸教室		陶芸教室	
午後	ストレッチ		ストレッチ		三味線	すずめの会 (麻雀)		神標会 (カルタ)			花の会 (手芸)		ピアノ教室		萩のはな (介護者の会)		木曜会	健康麻雀	健康麻雀	火木の会 (麻雀)	映画鑑賞		映画鑑賞	神標会 (麻雀)	健康麻雀		健康麻雀	園芸の土日会 (園芸)
夜間	閉館				閉館				太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

[illegible]