

# 2026年 ゆうゆう荻窪館 1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)。

☆12月28日(日)～1月4日(日)の年末年始は休館となります。

事業名		開催日	曜日・時間	費用
歌って健康		1月7・21日	第1・3水曜日 15:30～16:30	1回 500円
歌って元気！		1月9・16・23・30日	第2・3・4・5金曜日 17:30～18:30	1回 500円
健康麻雀	満	1月8・15・22・29日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00～16:30	1回 500円
		1月10・17・24・31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	1月11・25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		1月15日	第1木曜日 13:30～14:45	1回 500円
三味線教室		1月12・26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		1月15日	第1木曜日 17:30～18:30	1回 500円
陶芸教室		1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	満➡	1月27日	第4火曜日 10：30～12：00	1回300円
		1月16日	第3金曜日 14：30～16：00	1回 300円
ペン習字	1・3組	1月6・20日	第1・3火曜日 10:30～12:00	1回 500円
	2・4組	1月13・27日	第2・4火曜日 10:30～12:00	1回 500円
フラダンス教室		1月5・19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 500円 別途花・器代2600円
やさしい骨盤体操	満	1月26日	第4月曜日 10:00～11:00	1回 500円
初めての太極拳		1月6・20・27日	第1・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		1月6・20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		1月16日	第1・3金曜日 10：30～12：00	1回700円
シャンソン教室		1月7・21日	第1・3水曜日 13:00～14:30	1回 700円
映画鑑賞会		1月30日	13:30～16:00	無料（要予約）
シニアピアノ教室		1月14・28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1月14日(第2水)です。  
1月5日(月)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は1月9・23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(1月18日)は休館です。また1月15日(木)は事務連絡会のため一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)

8年1月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(1)

日																	1 木				2 金				3 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																	休館日				休館日				休館日			
午後																												
夜間																												

日	4 日				5 月				6 火				7 水				8 木				9 金				10 土			
曜日	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	休館日				(月曜会 踊曲)		ハイベスト (パソコン)	つわぶき (ヨガ)	チェリツシュ (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)	ユヒア (手描き染)	神標会 (書道)		わがまち一番 体操		チェリツシュ (ヨガ)				自強術西田会 (健康体操)	
午後					フラダンス教室 オーシャン	ハナミズキ (ミュージック ケル)	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	(カラオケ) すみれ	歌って健康 シャンソン	(読聞かせ)	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	ボハイ・ケ・ア (ウクレレ)	健康麻雀	園芸の土日会 (園芸)
夜間									太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

8年1月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(2)

日	11				12				13				14				15				16				17			
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	ゆうゆう ピンポン				(萩の会 体操)		(つわぶき ヨガ)		(体操会 体操)		ペン習字		悠水会	宮前まちづ くりの会	三療サービ ス		連絡会 事務				(輪投げ会 体操)	楽々折り紙	初級英会話 楽しい		(体操会 体操)		(自強術西田会 健康体操)	
午後	ストレッチ		ストレッチ		三味線	すずめの会 (麻雀)		(体操会 カルタ)		花の会 (手芸)	龍馬かよう会		ピアノ教室		三療サービ ス		エアロビクス 太極拳(萩の 会)	さわやか総務委 員会(打合せ)	於菟の会 (奇数月)		(悠水会 太極拳)			(体操会 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	18				19				20				21				22				23				24				
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 踊曲)		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)		(榊榊会 役員会)		ホアロハ (フラダン ス)		(榊榊会 書道)	わがまち一番 体操	チェリツシュ (ヨガ)						(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)	(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	(カラオケ すみれ)	ねえよんで (読聞かせ)	シャンソン 歌って健康	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)			(榊榊会 麻雀)	健康麻雀	ボハイ・ケ・ア (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！					

8年1月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(3)

日	25				26				27				28				29				30				31			
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	ゆづぽん				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				陶芸教室		陶芸教室									
午後	ストレッチ		ストレッチ	園書の土日会 (園書)	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)		健康麻雀		健康麻雀		映画鑑賞		映画鑑賞		健康麻雀		健康麻雀	園書の土日会 (園書)
夜間	閉館				DCN萩産 (奇数月)				太極拳		太極拳										歌って元気！		歌って元気！					

[illegible]