

2026年 ゆうゆう荻窪館 3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	3月4・18日	第1・3水曜日 15:30~16:30	1回 500円
歌って元気!	3月6・13・27日	第1・2・4金曜日 17:30~18:30	1回 500円
健康麻雀	3月5・12・26日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00~16:30	1回 500円
	3月14・21・28日	第1土曜を除く毎土曜日 13:00~16:30	
楽しくストレッチ	3月1・8・22・29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	3月5・19日	第1・3木曜日 13:30~14:45	1回 500円
三味線教室	3月9・23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	3月5・19日	第1・3木曜日 17:30~18:30	1回 500円
陶芸教室	3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	3月24日	第4火曜日 10:30~12:00	1回300円
	3月20日	第3金曜日 14:30~16:00	1回300円
ペン習字	1・3組 3月3・17日	第1・3火曜日 10:30~12:00	1回 500円
	2・4組 3月10・24日	第2・4火曜日 10:30~12:00	1回 500円
フラダンス教室	3月2・16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	3月23日	第4月曜日 10:00~11:00	1回 500円
初めての太極拳	3月3・10・17・24日	第1・2・3・4火曜日 17:30~19:00	2000円 500円×4回テキスト代含む
セルフケア背骨コンディショニング/満	3月3・17日	第1・3火曜日 13:15~14:30	1回1000円
楽しい初級英会話	3月6日	第1金曜日 10:30~12:00	1回700円
シャンソン教室	3月4・18日	第1・3水曜日 13:00~14:30	1回 700円
スマホで広がる便利生活講座	3月13日	第2金曜日 10:00~11:00	1回1000円(要予約) テキスト代含む
映画鑑賞会	3月31日	13:30~16:00	無料(要予約)
シニアピアノ教室	3月11・25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3月11日(第2水)です。
3月1日(日)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は3月13・27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(3月15日)は休館です。また3月19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3月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(1)

日	1				2				3				4				5				6				7				
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					(願曲)月鑑会		ハイベスト P.C (パソコン)	つわぶき (ヨガ)	チェリツシユ (ヨガ)		ペン習字	第二雀会 (麻雀)				お江戸の会 (偶数月)	ホアロハ (フラダン ス)				(輪投げ会)	遊ぼう会	楽しい 初級英会話			宮前二丁目 防災会		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 ケベル)	すずめの会 (麻雀)	樟櫛会 (カルタ)	セルフケア 青春コンディ ションニング	Tuesday の会	樟櫛会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)	歌って健康 シャンソン	すみれ (カラオケ)	歌って健康 シャンソン	ねえよんで (読聞かせ)	エアロビクス 太極拳(萩の 会)	健康麻雀	健康麻雀		(悠水会 太極拳)			樟櫛会 (麻雀)		カサブランカ (麻雀)	ポーランド(フラ ワー)	囲書の土日会 (囲書)	
夜間	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!						

日	8				9				10				11				12				13				14			
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) 樟櫛会		ペン習字					悠水会	ホアロハ (フラダン ス)	(手描き染) ユヒア	(書道) 樟櫛会		わがまち一番 体操	スマホで広 る便利生活購 座	チェリツシユ (ヨガ)			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)	樟櫛会 (カルタ)			花の会 (手芸)	火木の会 (麻雀)	龍馬かよう会 (偶数月)	ピアノ教室				健康麻雀	(手描き染) ユヒア	健康麻雀		シニアダンス (ダンス)			樟櫛会 (麻雀)	健康麻雀	ポハイ・ケ・ア (ウクレレ)	健康麻雀	囲書の土日会 (囲書)
夜間	閉館								太極拳		太極拳										歌って元気!		歌って元気!					

