



こころ寄せ合う地域家族

ゆうゆう善福寺だより

発行: NPO法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう善福寺館

4月号

No.157

2025年3月15日発行



ご存知でしたか？

ご利用
いただけます！

ゆうゆう館は

0歳から100歳以上まで

どなたでも

みんなの居場所

色んな年代の方と
交わりたいですね！

『みんなの居場所』 スタートします！
毎週木曜日 16:00～18:00

小学生も利用できます。

おじいちゃんおばあちゃん世代、パパママ
世代と一緒に過ごしませんか？
かるたをしたり、トランプをしたり、本を
読んでもらったり、ほっこりおしゃべりしたり…
もちろん宿題してもいいですよ！

木曜日18:00～20:00

土曜日18:00～20:00

は、中学生以上の自習室といたします。

(小学生来館の際は、必ず連絡先を持た
せてください)

地域でつながる ～安心サロン～ 「折り紙でピエロを作ろう」

日時 4月23日(水) 10:00～12:00

指導者 田中ちづさん

持ち物 ハサミ・木工用ボンド

参加費 200円 定員 8名

YouTubeなどを見て独学で
折り紙を学ばれた田中さん。
躍動感のあるピエロの折り方
を教えてくださいます。どん
なピエロさんが出来上がる
か楽しみです。



こちらのQRコードから「安心サロン」の
様子をご覧ください。



ゆうゆう善福寺館

〒167-0041 杉並区善福寺2-26-18 ☎/FAX **03-3394-8963**

開館時間: 平日9:00～21:00 日曜/祝日9:00～17:00 休館日: 4月17日(木) 午前休館・20日(日) 全日休館



申込	4月 サロンのご案内		開催日	時 間	参加費・定員・持ち物
要 申込	はじめての気功		13日(日)	10:00～11:00	500円 定員10名 持タオル・水筒
要 申込	やさしい太極拳		4日(金) 13日(日) 18日(金)	10:00～11:30 11:00～12:30 10:00～11:30	500円/回 定員10名 持タオル・水筒
要 申込	みんなで歌いましょう♪		22日(火)	10:00～11:30	300円 定員30名 持不織布マスク
見学 随時	能楽入門 はじめの一步 ～仕舞と謡～	月曜クラス 午前 水曜クラス 午前 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	7・14・21・28日(月) 2・16・23日(水) 4・18・25日(金) 8・22日(火)	10:00～12:00 9:30～11:30 18:30～20:30 17:00～19:00	令和7年4月～9月 月水金:全14回 火:全12回 2000円×回数分【前納制】
満員 御礼	わくわく援農体験 本橋農園のお手伝い(収穫・草取り)		毎週 月・木曜日 但し17日(木)→16日(水)	9:00～10:00	無料 雨天中止 持長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要 申込	めざせ英語ペラペラの“PE！”		14・28日(月)	13:30～15:00	1000円/回 定員10名
要 申込	囲碁タイム		8・22日(火)	13:30～16:30	無料 定員8名
要 申込	シネマサロン 上映作品は館にお尋ねください 【ご注意】申込受付 3月19日 13時～		15日(火)	13:30～上映 (13:00～前座) 上映時間 100分	無料 定員35名
要 申込	書道教室 書道の基本を学ぼう		2・16日(水)	9:30～11:30	600円/回(教材費別途200円) 定員10名 持 書道道具・半紙・台拭き
要 申込	オンラインで広げよう友達の輪！		2日(水)	13:30～15:00	無料 定員10名
要 申込	スマホ・パソコン 個別相談会		3日(木)	10:00～12:10 お一人40分ずつ	500円 定員6名 持お持ちのスマホ・パソコン
要 申込	地域でつながる～安心サロン～ 「折り紙でピエロを作しましょう」		23日(水)	10:00～12:00	200円 定員8名 持木工用ボンド・はさみ
要 申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ		11・25日(金)	10:30～11:45	500円/回 定員8名 持タオル・水筒
要 申込	ストレッチ講座		4・11・18・25日(金)	13:30～14:30	500円/回 定員15名 持タオル・水筒
当日 OK	みんなの居場所 (交流室・自習室) ※長寿応援ポイント対象外		木曜日16:00～18:00は小学生も利用できます！ 毎週木曜日 16:00～20:00 毎週土曜日 18:00～20:00		
当日 OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操		7・21日(月) 2回制	①13:30～14:15 ②14:45～15:30	無料 各回15名 先着順 持タオル・水筒
要 申込	60歳以上の区民対象 マッサージ(三療サービス) ※長寿応援ポイント対象外		14日(月) 申込受付 4月1日～	10:00～15:10	有料(お問合せください) 定員12名 持バスタオル2枚・手ぬぐい2枚

[illegible]