

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

ゆうゆう館の企画は

0歳から100歳以上まで
どなたでもご参加いただけます!



こちらのQRコードから
ゆうゆう善福寺館のHP
をご覧ください

夏休み 親子(祖父母&お孫さん)企画のお知らせ 第2弾

第1弾 7月30日(水) 親子でつくる 多肉植物の寄せ植え 8月4日(月) 日時計を作ろう

大人と子どもの お店屋さんごっこ

日時 8月23日(土) 14:00~16:00

参加費 大人・子ども 各100円

定員 50名

大人も童心にかえってお子さんと一緒に「お店屋さんごっこ」を楽しみましょう!
(駄菓子屋さんやゲームコーナーを開催予定)

※『西荻案内音頭』を踊りましょう♪

講師: 橋本フサヨさん

地域でつながる~安心サロン~

「かぎ針でお花の形のコースターを編みましょう」

日時 8月28日(木) 10:00~12:00

講師 寺澤舞さん

参加費 500円 定員 10名

持ち物 かぎ針6号

編み物上手の寺澤さんに教えていただき、オリジナルのマイコースターを編んでみましょう。



毎週木曜日16:00~18:00は ゆうゆう善福寺館「みんなの居場所」へ!

日程 7月24日(木) すきなみ郷土かるた・昔遊び

7月31日(木) 読みきかせ

8月 7日(木) 輪投げ大会

8月14日(木) デンマーク体操体験会

参加費
無料

65歳以上の
区民対象

善福寺はつらつ道場 「いつまでも元気で過ごそう はつらつ人生 2025」

① 9月5日(金)	健康生活のための4つのポイント
② 10月3日(金)	口腔と栄養について
③ 11月7日(金)	転倒予防と認知症予防
④ 12月5日(金)	筋トレ

時間 10:00~11:40 定員 25名

参加費 200円(初回のみ)

※申込多数の場合、初参加、全4回参加できる方優先

お申込・問合せ ケア24善福寺(03-5311-1024)

《 令和7年度下半期団体申請 》

申請期間 7月24日(木)~8月8日(金)

申請受付 窓口、郵送、メールいずれかにて

確認会 8月18日(月)10:00~11:00

詳細は
ゆうゆう
善福寺館
受付まで

桃井自習室のご紹介

毎週金曜日17:30~20:30

中学生以上どなたでも

NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館(03-3399-5025)



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: 8月17日(日) 全日休館・21日(木) 午前休館



▼事前にお申込みください。全サロン、長寿応援ポイント対象です。(※を除く)

申込	8月 サロンのご案内	開催日	時間	参加費・定員・持ち物
要申込	日時計を作ろう	4日(月)	10:00~12:00	100円 定員15名
要申込	大人と子どものお店屋さんごっこ	23日(土)	14:00~16:00	100円 定員50名
要申込	はじめての気功	12日(火)	11:30~12:30	500円 定員10名 持 タオル・水筒
要申込	やさしい太極拳	1日(金) 12日(火) 26日(火)	10:00~11:30 10:00~11:30 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♪	30日(土)	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 月曜クラス 午前 はじめの一步 水曜クラス 午前 ~仕舞と謡~ 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	25日(月) 6・20日(水) 1・8・22日(金) 5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】 (途中月より参加可能)
	わくわく援農体験		8月はお休み	
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	11・25日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	12・26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 申込受付 7月16日~	19日(火)	13:30~上映 (13:00~前座) 上映時間 109分	無料 定員35名
要申込	大人からはじめよう 「書道教室」	6・27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!	6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	7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~ 「かぎ針でお花の形の コースターを編みましょう」	28日(木)	10:00~12:00	500円 定員10名 持 かぎ針6号
要申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ	8・22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	1・8・22・29日(金) 15日はお休み	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		
	わがまち一番体操		8月はお休み	
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	11日(月) 申込受付 8月1日~	10:00~15:10 お一人40分ずつ	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

8月予定表

ゆうゆう善福寺館

TEL 03-3394-8963

令和7年7月2日現在

日	曜日	午前				午後				夜間			
		洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室
1	金	やさしい太極拳 10:00-11:30				ストレッチ講座			ストレッチ	能		能	
2	土	カラオケ 白寿会				新日舞 扇の会				みんなの 居場所			
3	日	踊り さくら会				踊り さくら会	輪投げ 万寿美会			休館			
4	月	日時計を作ろう								会議 善福寺町会			
5	火	パソコン パソ楽会	ウクレレ アロハウクレレ	会長会 井荻ブロック		コーラス 千歳会				能		能	
6	水	書道教室	能		能	輪踊り 万寿美会	オンラインで 広げよう 友達の輪!	ウクレレ アロハウクレレ	オンラインで 広げよう 友達の輪!	かっぱれ かぼーれ			
7	木	スマホPC 相談会	太極拳 善福寺	体操 青葉会		こでまり 居場所	こでまり 輪投げ	麻雀 すずめクラブ		みんなの居場所			
8	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ	能		能	
9	土	カラオケ 白寿会				新日舞 扇の会	輪投げ 井荻万寿美会			みんなの 居場所			
10	日	踊り さくら会								休館			
11	月			三療 サービス		めざせ英語 ペラペラのPE		三療 サービス		休館			
12	火	太極拳 10:00-11:30 気功 11:30-12:30		パソコン パソ楽会		コーラス 千歳会		囲碁タイム					
13	水					輪踊り 万寿美会	輪投げ 白寿会	囲碁 碁苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
14	木	会長会 井荻ブロック	太極拳 善福寺			こでまり 居場所	こでまり デンマーク体操	民謡 白寿青井会	麻雀 すずめクラブ	みんなの居場所			
15	金												
16	土	カラオケ 白寿会				新日舞 扇の会	役員会 白寿会	手作り遊び 千歳会		みんなの 居場所			
17	日	第3日曜日休館											
18	月	下半期確認会											
19	火	パソコン パソ楽会	ウクレレ アロハウクレレ			シネマサロン							
20	水	能			能	輪踊り 万寿美会	輪投げ 白寿会	ウクレレ アロハウクレレ		かっぱれ かぼーれ			
21	木	午前休館（事務連絡会）				こでまり 居場所	太極拳 善福寺	民謡 白寿青井会		みんなの居場所			
22	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ	能		能	
23	土	カラオケ 白寿会		体操 青葉会		大人と子ども お店屋さんごっこ				みんなの 居場所			
24	日	踊り さくら会					輪投げ 万寿美会			休館			
25	月	能			能	めざせ英語 ペラペラのPE							
26	火	やさしい太極拳 10:00-11:30		パソコン パソ楽会		コーラス 千歳会		囲碁タイム		NPO			
27	水	書道教室				輪踊り 万寿美会		囲碁 碁苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
28	木	安心サロン	太極拳 善福寺	輪踊り 白寿会		こでまり 居場所	手話ダンス こでまり	麻雀 すずめクラブ		みんなの 居場所			
29	金					ストレッチ講座			ストレッチ				
30	土	みんなで歌いましょう♪					国勢調査説明会 13-18				みんなの 居場所		
31	日	休館											