



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

12月号
No.165

2025年11月15日発行

ゆうゆう館の企画は

！ 0歳から100歳以上まで ！

どなたでもご利用いただけます！



お正月フラワーアレンジメント

日時 12月27日(土) 10:00~12:00

講師 池田洋子さん(フラワー工房メイフラワー代表)

参加費 2300円 定員 25名

持ち物 花ばさみ

迎春アレンジメントを作る
毎年恒例の人気の講座です。
手作りの生花を飾って
新年を華やかに迎えましょう。



こちらは昨年作品です

みんなで歌いましょう♪

日時 12月15日(月) 10:00~12:00

伴奏 ゆうゆう善福寺館スタッフ

参加費 500円 定員 30名

月1回、季節の歌や昭和20年代から40年代く
らいの懐かしい歌を 皆さんで一緒に歌う
講座です。

12月はお茶とお菓子を楽しむ特別企画！

少し早いクリスマス気分を
味わいましょう。



地域でつながる ~安心サロン~

「年末茶話会」

《井荻みんなの家》ってどんなところ？

日時 12月25日(木) 10:00~12:00

参加費 500円 定員 8名

講師 樋口蓉子さん 田中奈那子さん

本橋登美子さん(ご近助会の皆様)



10月19日に地域の居場所「井荻みんなの家」が
オープンしました。

《子どもから高齢者まで、代々住み続ける住民
も、新しい住民も この西荻・善福寺の地域で、
いつまでも暮らしたい》をコンセプトに掲げら
れています。

立ち上げられた方々の思いなどもお聞きなが
ら、お茶とお菓子をお供に、わいわいとしゃべ
りしましょう。

令和8年度上半期団体登録申請

申請期間 11月22日(土)~12月7日(日)

申請受付 窓口、郵送、メールいずれかにて

確認会 12月19日(金) 10:00~11:00

※詳細はゆうゆう善福寺館受付まで

ゆうゆう善福寺館のサイトは
知りたい情報が得やすいように
パソコン・スマートフォンからでも
見やすいデザインになっています。
是非一度ご覧になってください。



こちらのQRコードから
ご覧いただけます



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: 12月18日(木)・21日(日) 全日休館

年末年始休館日: 12月28日(日)~1月4日(日)



申込	12月 サロンのご案内	開催日	時間	参加費・定員・持ち物
要申込	お正月フラワーアレンジメント	27日(土)	10:00～12:00	2300円 定員25名 (持) 花ばさみ
要申込	やさしい太極拳	12日(金)・17日(水) 26日(金)	10:00～11:30	500円/回 定員10名
要申込	みんなで歌いましょう♪	15日(月)	10:00～12:00	500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	8・22日(月) 3・10・24日(水) 5・12・19日(金) 2・16・23日(火)	10:00～12:00 9:30～11:30 18:30～20:30 17:00～19:00	令和7年10月～令和8年3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)
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18(木)→17(水)	9:00～10:00	無料 雨天中止 (持) 長靴・軍手・水筒・タオル
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	8・22日(月)	13:30～15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	9・23日(火)	13:30～16:30	無料 定員8名
要申込	シネマサロン 申込受付 11月19日～	16日(火)	13:30～上映 (13:00～前座) 上映時間 104分	無料 定員35名 上映作品は館にお尋ねください
要申込	大人からはじめよう 「書道教室」	3・17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	オンラインでおしゃべりしましょ!	3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	4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～ 「年末茶話会」 《井荻みんなの家》ってどんなところ?	25日(木)	10:00～12:00	500円 定員8名
	美姿勢/バレエ音楽ストレッチ	12月はお休み		
要申込	ストレッチ講座	5・12・19・26日(金)	13:30～14:30	500円/回 定員15名
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	毎週木曜日 (18日はお休み) 毎週土曜日	16:00～20:00 18:00～20:00	無料 定員12名
要申込	65歳以上の区民対象 善福寺はつらつ道場	5日(金)	10:00～11:40	200円(初回のみ) 定員25名 お問い合わせ ケア24善福寺

当日 OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	1・15日(月) 2回制	①13:30～14:15 ②14:45～15:30	無料 各回15名 先着順
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	8日(月) 申込受付 12月1日～	10:00～15:10 お一人40分ずつ	有料(お問い合わせください) 定員12名 (持) バスタオル2枚・手ぬぐい2枚

12月予定表

TEL 03-3394-8963

令和7年11月3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	月	行政使用 ケア24				わがまち 一番体操				会議 善福寺町会				
2	火		ウクレレ アロハウクレレ			コーラス 千歳会				能			能	
3	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				
4	木	スマホPC 相談会	太極拳 善福寺			こでまり 居場所		麻雀 すすめクラブ		みんなの 居場所				
5	金	善福寺 はつらつ道場 ④				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	能			能	
6	土	カラオケ 白寿会				新日舞 扇の会				みんなの 居場所				
7	日	踊り さくら会	白寿会 お誕生会				白寿会 お誕生会 輪投げ 万寿美会			休館				
8	月	能		三療 サービス	能	めざせ英語 ペラペラのPE		三療 サービス						
9	火					コーラス 千歳会		囲碁タイム						
10	水	能			能	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				
11	木	会長会 井萩ブロック	太極拳 善福寺	体操 青葉会		こでまり 居場所		民謡 白寿青井会	麻雀 すすめクラブ	みんなの 居場所				
12	金	やさしい太極拳				ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ	能			能	
13	土	カラオケ 白寿会				新日舞 扇の会	輪投げ 万寿美会			みんなの 居場所				
14	日	踊り さくら会								休館				
15	月	みんなで歌いましょう♪				わがまち 一番体操								
16	火		ウクレレ アロハウクレレ			シネマサロン				能			能	
17	水	書道教室	やさしい太極拳			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				
18	木	終日休館（事務連絡会＆研修会）												
19	金	R8上半期確認会					ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	能			能
20	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		
21	日	第3日曜日休館												
22	月	能			能	めざせ英語 ペラペラのPE								
23	火					コーラス 千歳会		囲碁タイム		能		NPO	能	
24	水	能			能	会議 自然愛護会		囲碁 碁苦楽会		かっぱれ かぼーれ				
25	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	麻雀 ジャンポール	麻雀 すすめクラブ		みんなの 居場所				
26	金	やさしい太極拳				ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ					
27	土	お正月フラワー アレンジメント		体操 青葉会		NPO				みんなの 居場所				
28	日	年末年始休館 12月28日（日）～ 1月4日（日）												
29	月													
30	火													
31	水													