

・・ ゆうゆう西荻北館 令和7年9月のお知らせ ・・

こちらのプログラムは、すべて長寿応援ポイント対象事業です。参加された60歳以上の杉並区民の方に“生きがい活動”として1ポイントシールを差し上げています。

★下記の事業は「予約制」となっています。年齢を問わず、どなたでもご参加いただけます。

プログラム	開催日	時間	参加費
GES英会話サロン	12日・26日 (第2・第4金曜日)	13:30~14:30	1回600円
やさしいフランス語	3日・17日 (第1・第3水曜日)	14:00~15:00	1回600円
歌って元気	1日(第1月曜日) 11日・25日(第2・第4木曜日)	10:30~11:30 18:00~19:00	1回500円
みんなのエアロビ	2日・16日 (第1・第3火曜日)	13:30~14:45	1回500円
パステルアートサロン	9日 (第2火曜日)	13:30~15:00	1回600円
大人のぬり絵	10日・24日 (第2・第4水曜日)	14:00~16:00	1回600円
歌声サロン	11日・25日 (第2・第4木曜日)	15:00~16:30	1回600円 お土産/歌集付
はじめてピアノ①②	12日・26日 (第2・第4金曜日)	① 9:15~10:40 ② 10:45~12:10	1回1,500円
午後のピアノ①②	12日・26日 (第2・第4金曜日)	① 15:00~16:25 ② 16:30~17:55	1回1,500円
土曜夜の映画サロン	20日 (第3土曜日)	17:00~20:00	無料
昼の映画会	30日(火) 月により開催曜日が変わります	13:30~16:30	無料
夜の映画会	30日(火) 月により開催曜日が変わります	17:00~20:00	無料
終活セミナー	29日(月)	13:00~15:00	無料
自習スペース(中・高校生)	毎週金曜日	17:30~20:30	無料

☆三療サービス【要予約】
9月12日(毎月第2金曜日)
毎月1日から予約受付
(長寿応援ポイント対象外)

【お申込み/お問合せ】

ゆうゆう西荻北館

ゆうゆう西荻北館祭り

9月18日(木) 13:30~16:00

日頃当館をご利用いただいている皆さまの健康長寿のお祝いと、皆さまへの感謝を兼ねて開催します。

第1部 荻窪消防署より、防災講話

第2部 ご利用者さま発表会

第3部 みんなで歌おう!(合唱)

ご利用者さまが制作された作品の展示もあります。

どうぞ奮ってご参加ください!



長寿応援ポイント対象外



〒167-0042 杉並区西荻北2-27-18

TEL・FAX 03-3396-8871

E-mail: nishiogikita@sara-project.or.jp

主催: NPO法人 さらプロジェクト <https://www.sara-project.or.jp/>

西荻北館 令和7年9月使用予定表

* 11月の団体空枠申込は、9月10日(目的外は9月27日)からできます

日	曜	部屋	午前	午後	夜間
9/1	月	1	歌って元気	(28)ひまわりの会(折り紙)	
		2	協働事業()	(40)あひる(囲碁)	
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(2)熟石会(囲碁)	
9/2	火	1	(5)火曜会(書道)	みんなのエアロビ	
		2	(8)古典を読む会(古典通読)	みんなのエアロビ	
		3	(45)火曜会(謡曲)	(30)ケーナの会(民族音楽)	
9/3	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	やさしいフランス語	(9)WEST西荻(気功太極拳)
		2	(56)春秋会(初心者麻雀クラブ)	協働事業()	
		3	(11)レイカファ(ウクレレ)		
9/4	木	1	(15)春秋会(輪投げ)	(47)俳句の駅	
		2	(47)俳句の駅	(47)俳句の駅	
		3	(44)ささんか傾聴の会(傾聴)		
9/5	金	1	協働事業()		
		2	(22)スマイル(麻雀)	(22)スマイル(麻雀)	
		3	(17)金曜会(書道)		自習スペース
9/6	土	1	(51)ルンレン講座	(21)みずる会(水彩画)	
		2	協働事業()	(41)オータム(麻雀)	
		3	(24)土曜会(囲碁)		
9/7	日	1	(25)春秋会(カラオケ)	(26)春秋会(役員会誕生会)	夜間休館
		2	協働事業()	(26)春秋会(役員会誕生会)	
		3		(50)ばらの会(麻雀)	
9/8	月	1	(4)あさみの会(レクダンス)		
		2	(4)あさみの会(レクダンス)	(40)あひる(囲碁)	
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(2)熟石会(囲碁)	
9/9	火	1	(45)火曜会(謡曲)	パステルアートさろん	(32)楽しいボイストレーニング
		2	協働事業()		(32)楽しいボイストレーニング
		3			
9/10	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	(19)民謡同好会	(9)WEST西荻(気功太極拳)
		2	(26)春秋会(役員会誕生会)	(41)オータム(麻雀)	
		3	(15)春秋会(輪投げ)	大人のぬり絵	
9/11	木	1	(30)ケーナ会(民族音楽)	歌声さろん	歌って元気
		2	(1)青い鳥(朗読)	歌声さろん	歌って元気
		3	(20)水墨画同好会	(16)コスモス(絵本読聞かせ)	協働事業()
9/12	金	1	三療サービス	英会話	
		2	はじめてピアノ(1)(2)	三療サービス	
		3		午後のピアノ(1)(2)	自習スペース
9/13	土	1	(19)民謡同好会	(37)西荻北ブリッジの会	
		2	(43)麻雀愛好会	(43)麻雀愛好会	
		3	(24)土曜会(囲碁)	(36)カトレアの会(ちぎり絵)	
9/14	日	1	(25)春秋会(カラオケ)		夜間休館
		2	協働事業()	(50)ばらの会(麻雀)	
		3			
9/15	月祝	1	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(28)ひまわりの会(折り紙)	夜間休館
		2	協働事業()	(40)あひる(囲碁)	
		3		(2)熟石会(囲碁)	
9/16	火	1	(46)火曜会(謡曲)	みんなのエアロビ	
		2	協働事業()	みんなのエアロビ	
		3	(5)火曜会(書道)	(30)ケーナ会(民族音楽)	
9/17	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	やさしいフランス語	(9)WEST西荻(気功太極拳)(10)
		2	(56)春秋会(初心者麻雀クラブ)	協働事業()	
		3	(11)レイカファ(ウクレレ)		
9/18	木	1	事務連絡会のため午前休館	ゆうゆう館まつり	協働事業()
		2			協働事業()
		3			協働事業()
9/19	金	1	(7)仏像愛好倶楽部		協働事業()
		2	(22)スマイル(麻雀)	(22)スマイル(麻雀)	協働事業()
		3	(17)金曜会(書道)	行政使用	自習スペース
9/20	土	1	(51)ルンレン講座	(21)みずる会(水彩画)	土曜夜の映画サロン
		2	協働事業()	(41)オータム(麻雀)	土曜夜の映画サロン
		3	(24)土曜会(囲碁)	(52)数字で遊ぼう	協働事業
9/21	日	1	第3日曜日のため休館となります		
		2			
		3			
9/22	月	1	(4)あさみの会(レクダンス)	(40)あひる(囲碁)	
		2	(4)あさみの会(レクダンス)	(2)熟石会(囲碁)	
		3	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)		
9/23	火祝	1	(45)火曜会(謡曲)	(54)吹き矢同好会	夜間休館
		2	協働事業()	(54)吹き矢同好会	
		3	(55)ももの会(俳句)		
9/24	水	1	(23)白ゆりの会(体操)	(19)民謡同好会	(9)WEST西荻(気功太極拳)(10)
		2	(56)春秋会(初心者麻雀クラブ)	(41)オータム(麻雀)	
		3		大人のぬり絵	
9/25	木	1	(15)春秋会(輪投げ)	歌声さろん	歌って元気
		2	(30)ケーナ会(民族音楽)	歌声さろん	歌って元気
		3	(1)青い鳥(朗読)	(16)コスモス(絵本読聞かせ)	協働事業
9/26	金	1	(20)水墨画同好会	英会話	
		2	協働事業()	協働事業()	
		3	はじめてピアノ(1)(2)	午後のピアノ(1)(2)	自習スペース
9/27	土	1	(19)民謡同好会	(37)西荻北ブリッジの会	
		2	(43)麻雀愛好会	(43)麻雀愛好会	
		3	(24)土曜会(囲碁)	(36)カトレアの会(ちぎり絵)	
9/28	日	1	(25)春秋会(カラオケ)		夜間休館
		2	協働事業()	(50)ばらの会(麻雀)	
		3			
9/29	月	1	協働事業()	終活セミナー	
		2	協働事業()	終活セミナー	
		3		協働事業	自習スペース
9/30	火	1	交流会	昼の映画会	夜の映画会
		2	交流会	昼の映画会	夜の映画会
		3			

団体名の頭は登録番号です