

・・ ゆうゆう西荻北館 令和8年2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	13日・27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	4日・18日 (第1・第3水曜日)	14:00～15:00	1回600円
歌って元気	2日(第1月曜日) 12日・26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	3日・17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	10日 (第2火曜日)	13:30～15:00	1回600円
大人のぬり絵	11日・25日 (第2・第4水曜日)	14:00～16:00	1回600円
歌声サロン	12日・19日・26日 (第2・3・4木; 2/19お食事会あり)	15:00～16:30 お食事会13:30～14:30	1回600円 お食事会:1,400円
はじめてピアノ①②	13日・27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	13日・27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	21日 (第3土曜日)	17:00～20:00	無料
フラワーアレンジメント	5日(木)	13:30～15:00	2,000円
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】
2月13日(第2金曜日)
2月1日から予約受付
(長寿応援ポイントは対象外です)

【お申込み/お問合せ】
ゆうゆう西荻北館

フラワーアレンジメント

2月5日(木) 13:30～15:00

春の可愛いお花をご一緒に活けましょう。

定員6名です。

早めのお申込みをお待ちしております！

参加費：2,000円(お花・花器代含む)

持ち物：なし

お申込み・キャンセルは2日前までに
お願いします。



〒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8年2月使用予定表

*5月の団体空枠申込は、2月1日から可能です。
(4月の目的外は従来通り前々月2月27日から可能)

日	曜	部屋	午前	午後	夜間
2/1	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)	
2/2	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)	
2/3	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)ケーナ会(民族音楽)	
2/4	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)レイカブア(ウクレレ)	(57)やさしい麻雀クラブ	
2/5	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)ささんが傾聴の会(傾聴)	フラワーアレンジメント(協働事業)	
2/6	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
2/7	土	1	(51)ルンリン講座	(21)みずゑ会(水彩画)	
		2	協働事業()	(41)オータム(麻雀)	
		3	(24)土曜会(囲碁)		
2/8	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			
2/9	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)	
2/10	火	1		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			
2/11	水祝	1	(23)白ゆりの会(体操)	(19)民謡同好会	夜間休館
		2	(58)ストレッチクラブ	(41)オータム(麻雀)	
		3	(26)春秋会(役員会誕生会)	大人のめり絵	
2/12	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()
2/13	金	1	(20)水墨画同好会	英会話	
		2	三療サービス	三療サービス	
		3	はじめてピアノ(1)(2)	午後のピアノ(1)(2)	自習スペース
2/14	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)	
2/15	日	1	第3日曜日のため休館となります		
		2			
		3			
2/16	月	1	(39)TOMO体操の会(ストレッチ)	(28)ひまわりの会(折り紙)	
		2	協働事業()	(40)あひる(囲碁)	
		3		(2)熟石会(囲碁)	
2/17	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)	
2/18	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)レイカブア(ウクレレ)	(57)やさしい麻雀クラブ	
2/19	木	1	事務連絡会のため午前休館	お食事会～歌声さろん	協働事業()
		2		お食事会～歌声さろん	協働事業()
		3		協働事業()	協働事業()
2/20	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
2/21	土	1	(51)ルンリン講座	(21)みずゑ会(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
2/22	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			
2/23	月祝	1	(4)あさみの会(レクダンス)		夜間休館
		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)	
2/24	火	1	(45)火曜会(謡曲)	(54)吹き矢同好会	(32)楽しいボイストレーニング(26)
		2	協働事業()	(54)吹き矢同好会	(32)楽しいボイストレーニング
		3	(55)ももの会(俳句)		協働事業()
2/25	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	(58)ストレッチクラブ	大人のめり絵	
2/26	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
2/27	金	1	(20)水墨画同好会	英会話	
		2		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
2/28	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)	
		1			
		2			
		3			
		1			
		2			
		3			
		1			
		2			
		3			