

2026年1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ゆうゆう西田館

1月のご案内

NPO法人
生きがいの会

ご近所の
カルチャーセンター
を目指します

新年は5日より開館いたします。

今年も西田館は多彩なプログラムを皆様に提供してまいります。

お知らせ! 1月26日(月曜日)は計画停電の為 夜間は休館です。



プログラム	開催日	時間	費用
初心者のためのオカリナ講座	5日・19日(月曜日)	午後2時から3時30分	1回 600円
楽しいウクレレ(火曜日クラス)	13日・27日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
楽しいウクレレ(木曜日クラス)	15日・29日(木曜日)	午後2時から4時	1回 600円
夕暮れストレッチ	13日・27日(火曜日)	午後4時30分から5時30分	1回 300円
ゆるゆるヨガ	13日・27日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
絵手紙を楽しむ	6日(火曜日)	午後2時から3時30分	1回 500円
民謡を愉しむ	7日・21日(水曜日)	午後3時から5時	1回 600円
みんなで合唱!	7日・21日(水曜日)	午前11時から12時10分	1回 500円
ラージボール卓球教室	6日・20日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
初心者のための太極拳	17日・31日(土曜日)	午前10時から12時	1回 600円
楽々折り紙教室	13日(火曜日)	午後2時30分から4時	1回 300円
ゆるゆるストレッチ	お休み	午前10時から11時30分	1回 500円
エアロビクス	11日・25日(日曜日)	午後2時から3時15分	1回 500円
らくらく川柳教室	12日(月曜日)	午後1時30分から	1回 1,500円
西田パソコン何でも相談	17日・31日(土曜日)	午前9時30分から12時	1回 1,000円
西田パソコンサロンC	10日・24日(土曜日)	午前9時30分から12時	1回 1,000円
初心者・麻雀教室(満員)	12日・26日(月曜日)・22日・29日(木曜日)	午前10時から12時(予約制)	1回 600円
健康麻雀を楽しむ	7日・9日・11日・14日・16日・21日・23日・25日・28日・30日	午後1時から4時30分(予約制)	1回 500円
西田映画観賞会	12日(月曜日)	午後2時から	無料
書を楽しむ	9日・23日(金曜日)	午後2時30分から4時30分	1回 600円
初めての草木染	19日(月曜日)	午後2時30分から3時30分(予約制)	1回 600円(別途材料費)
大人のピアノ教室(満員)	14日・16日・23日・28日・30日	午前10時から17時の間(個人レッスン)	1回 1,500円
西田 三味線教室(個人)	10日・24日(土曜日)	午後3時40分から午後4時50分まで(予約制)	1回 1,200円
西田 三味線教室(団体)	10日・24日(土曜日)	午後2時から午後3時30分まで	1回 1,000円
夕暮れシアター	10日・24日(土曜日)	午後4時30分から	無料

三療サービス
8日(木曜日)12/20日受付開始

ゆうゆう西田館 杉並区荻窪1-56-3 TEL・FAX 03-3391-8747
1月のゆうゆう西田館協働事業案内 ※各プログラムは長寿応援ポイント対象です

わがまち一番体操・26日のみ 18日は休館日・26日は計画停電の為、夜間は休館です
2025/12/15作成

令和 8 年 1 月「ゆうゆう西田館」活動予定

赤(協働事業) 黒(高齢者団体) 青(行政使用)

	日	月	火	水	木	金	土
	 				1	2	3
午前					 <p>今年も西田館は笑顔で 皆様をお迎えいたします。</p>		
午後							
夜間							
	4	5	6	7	8	9	10
午前	お知らせ! 今月の「ゆるゆるストレッチ」はお休みです。	大正琴 カラオケ(成宗クラブ)	卓球 手芸	合唱 歌の会(カナリヤの会)	コーラス(コール紫苑)	民謡 読み聞かせ(六期会)	卓球グループアミ パソコンC
午後		オカリナ 自彊術	絵手紙 フラダンス	チーム・サンシン 麻雀	三療サービス 自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 三味線
夜間				民謡			夕暮れシアター
	11	12	13	14	15	16	17
午前	マヒナーズ(ウクレレ)	初心者麻雀教室 大正琴	ゆるゆるヨガ ウクレレ	大人のピアノ	事務連	輪投 卓球グループアミ	太極拳 パソコン何でも相談
午後	エアロビクス 麻雀	川柳 映画	折り紙 フラダンス	麻雀 成田地区いきいき連合	ウクレレ 自彊術	麻雀 大人のピアノ	楽器の会 ころばん体操
夜間			夕暮れストレッチ				
	18	19	20	21	22	23	24
午前	 <p>休館日</p>	大正琴 カラオケ(成宗クラブ)	卓球 手芸	合唱 スケッチの会	コーラス(コール紫苑) 初心者麻雀教室	民謡 大人のピアノ	卓球グループアミ パソコンC
午後		オカリナ 自彊術	フラダンス	チーム・サンシン 麻雀	自彊術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 三味線
夜間		草木染		民謡			夕暮れシアター
	25	26	27	28	29	30	31
午前	マヒナーズ(ウクレレ)	わがまち一番体操 大正琴	ゆるゆるヨガ ウクレレ	ピンポン 大人のピアノ	初心者麻雀教室	輪投 卓球グループアミ	太極拳 パソコン何でも相談
午後	エアロビクス 麻雀	初心者麻雀教室 自彊術	美工クラブ フラダンス	麻雀 大人のピアノ	ウクレレ 自彊術	麻雀 大人のピアノ	楽器の会 ころばん体操
夜間			夕暮れストレッチ	民謡			



ゆうゆう西田館

皆様のご来館をお待ちしています



03-3391-8747

NPO法人
生きがいの会HPQRコードでLINEの
友達に追加してね