

2026年2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

# ゆうゆう西田館 2月のご案内

「楽々折り紙教室」 今日はお雛様を折ります♪

2月10日(火曜日)PM2時30分から4時まで

参加費:300円

NPO法人  
生きかいの会

ご近所の  
カルチャーセンター  
を目指します



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	2日・16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)	10日・24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)	5日・19日(木曜日)	午後2時から4時	1回 600円
夕暮れストレッチ	10日・24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	10日・24日(火曜日)	午前10時から12時	1回 600円
絵手紙を楽しむ	3日(火曜日)	午後2時から3時30分	1回 500円
民謡を愉しむ	4日・18日(水曜日)	午後3時から5時	1回 600円
みんなで合唱!	4日・18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	3日・17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	7日・21日(土曜日)	午前10時から12時	1回 600円
楽々折り紙教室	10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	1日(日曜日)	午前10時から11時30分	1回 500円
エアロビクス	8日・22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	9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	7日・21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	14日・28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)	23日(月曜日)・5日・26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	1日・4日・6日・8日・11日・13日・18日・20日・22日・25日・27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	23日(月曜日)	午後2時から	無料
書を楽しむ	13日・27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	16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)	未定	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)	14日・28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)	14日・28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	14日・28日(土曜日)	午後4時30分から	無料

三療サービス

12日(木曜日)2/1受付開始  
23日(月曜日)2/20受付

ゆうゆう西田館 杉並区荻窪1-56-3

2月のゆうゆう西田館協働事業案内

TEL・FAX 03-3391-8747

※各プログラムは長寿応援ポイント対象です

15日は休館日

わがまち一番体操・9日のみ

2025/1/14作成

# 令和8年2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	4	5	6	7
午前	ゆるゆるストレッチ カラオケ(成宗クラブ)	大正琴 手芸	卓球 手芸	合唱	お山歩クラブ 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		オカリナ 麻雀	絵手紙 自彌術	チーム・サンシン フラダンス	ウクレレ 麻雀	麻雀 自彌術	楽器の会 大人のピアノ
夜間				民謡			ころばん体操
	8	9	10	11	12	13	14
午前	わがまち一番体操 マヒナーズ(ウクレレ)	大正琴 エアロビクス 麻雀	ゆるゆるヨガ ウクレレ 折り紙 自彌術	歌の会(カナリヤの会) 大人のピアノ 麻雀	コーラス(コール紫苑) 三療サービス	読み聞かせ 民謡(成宗クラブ) 麻雀 書を楽しむ	卓球グループアミ パソコンC ころばん体操 三味線
午後				フラダンス・粋の会 成田地区いきいき連合	自彌術		
夜間			夕暮れストレッチウ オーク2017				夕暮れシアター
	15	16	17	18	19	20	21
午前	休館日 	大正琴 カラオケ(成宗クラブ)	卓球 手芸	合唱 スケッチの会	事務連	輪投	太極拳
午後		オカリナ 自彌術	チーム・サンシン フラダンス	チーム・サンシン 麻雀		卓球グループアミ	パソコン何でも相談
夜間		草木染		民謡			
	22	23	24	25	26	27	28
午前	初心者麻雀教室 マヒナーズ(ウクレレ)	ゆるゆるヨガ ウクレレ	チーム・サンシン 大人のピアノ	コーラス(コール紫苑) 初心者麻雀教室	大人のピアノ 民謡(成宗クラブ)	卓球グループアミ パソコンC	
午後		エアロビクス 麻雀	美エクラブ 映画	麻雀 フラダンス	フラワーアレンジ 自彌術	麻雀 書を楽しむ	ころばん体操 三味線
夜間			夕暮れストレッチ				夕暮れシアター

## 楽々折り紙教室

毎月第2火曜日  
午後2時30分より  
参加費:300円



見学、大歓迎です

## 初心者の為の太極拳

毎月第1・第3土曜日  
午前10時より  
参加費:600円



# 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