

2月協働事業のご案内

協働事業はどなたでも参加できます。(予約申し込み制)
参加された杉並区在住の60歳以上の方には長寿ポイントを差し上げます。

使用部屋

日曜日

1日	日曜映画会 予約先着順	① 9時半～ ② 1時～	●無料 邦画120分 定：20名	洋1
22日	日曜映画会 予約先着順	① 9時半～ ② 1時～	●無料 洋画107分 定：20名	洋1
毎週	堀松コーヒーさん	11時～1時	●100円(コーヒー代) 定：8名	多目

月曜日

2・16日	ハーモニカさん	1時半～3時	●500円 定：10名	洋1
23日	切手さん	2時～3時半	●無料 使用済み切手を募集しています 定：6名	多目

火曜日

3日	フラワーアレンジメント	2時～3時半	●1,000円 ★別途花材3回分前納5,000円 定：10名	和室
3・24日	はじめての水墨画	1時半～3時	●1,000円 定：10名	洋1
10日	ヴァイオリンコンサート	11時～12時	●700円 定：16名	洋1
17日	“ほつと”タイム	1時半～3時	●無料 ゆうゆう館利用のなんでも相談会 定：10名	多目

水曜日

4・18日	手ぬぐいを使った健康体操	1時半～3時	●600円 定：15名	洋1
11・25日	イスに座ってフレイル予防運動	1時半～3時	●500円 定：10名	和室
25日	夕方 太極拳	6時～7時半	●700円 定：10名	洋1

満員

木曜日

12・26日	大人のぬりえ	1時半～3時半	●600円 定：12名	和室
--------	--------	---------	----------------	----

金曜日

6・20日	背骨コンディショニング体操	10時半～11時半	●800円 定：10名	洋1
13・27日	やさしいヨーガ	10時～11時半	●600円 定：8名	洋1

※講座参加費は税込み金額です

Facebook ➔



令和8年(2026)2月 ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 行事予定表

2026/1/15発行

	部屋	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		1	2	3	4	5	6	7
午前	和室		松ノ木昼食会	バラの会・ヨガ	山ぼうしの会	▲三療サービス		
	洋1	●日曜映画会①	あらぐさ:輪投げ		チューリップ		●背骨コラボイショニング	あらぐさ:輪投げ
	洋2		つくしの会					
	茶室							
午後&夜間	多目的	●コーヒーさらん	松ノ木昼食会			ららカフェ		
	和室		松ノ木昼食会	●フリーアレンジメト		▲三療サービス		
	洋1	●日曜映画会②	●ハモニカさらん	●初めての水墨画	●手拭い健康体操	松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	麻雀・ひまわり
	洋2	日曜会						
午前	茶室							
	多目的	●コーヒーさらん	松ノ木昼食会		SEHY		きずなサロン	
		8	9	10	11	12	13	14
午後&夜間	和室						●やさしいヨーガ	
	洋1			●ワイルドコンサート	山ぼうしの会		●やさしいヨーガ	松寿会定例会
	洋2		フローラル				仏語読書会	
	茶室							
午後&夜間	多目的	●コーヒーさらん					不識の会	
	和室			バラの会・ヨガ	●フレイル予防運動	●大人のぬりえ		麻雀・ひまわり
	洋1	東田白寿会:輪投げ	梅寿会・手話タッチ			松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	松寿会定例会
	洋2	日曜会	フローラル			ららカフェ		
午前	茶室				SEHY		きずなサロン	
	多目的	●コーヒーさらん						
		15	16	17	18	19	20	21
午後&夜間	和室			▲三療サービス	山ぼうしの会			あらぐさ:輪投げ
	洋1			バラの会・ヨガ	チューリップ		●背骨コラボイショニング	梅寿会定例会
	洋2						松寿会・役員会	
	茶室							
午後&夜間	多目的	●コーヒーさらん						
	和室			▲三療サービス				麻雀・ひまわり
	洋1		●ハモニカさらん ★あらぐさ:輪投げ		●手拭い健康体操	松寿会・新舞踊	麻雀・松ノ木	梅寿会定例会
	洋2	日曜会		日曜会			松寿会・役員会	
午前	茶室				SEHY	ららカフェ	きずなサロン	
	多目的	●コーヒーさらん		●ほっこりタイム				
		22	23	24	25	26	27	28
午後&夜間	和室					山びこ・昼食会	●やさしいヨーガ	
	洋1	●日曜映画会①			山ぼうしの会		●やさしいヨーガ	
	洋2		フローラル					
	茶室				不識の会			
午後&夜間	多目的	●コーヒーさらん				山びこ・昼食会	不識の会	
	和室			バラの会・ヨガ	●フレイル予防運動	●大人のぬりえ		れんげの会
	洋1	●日曜映画会②	梅寿会・手話タッチ	●初めての水墨画	★●太極拳	東田白寿会:輪投げ	麻雀・松ノ木	麻雀・ひまわり
	洋2	日曜会	フローラル			ららカフェ		
午前	茶室				不識の会			
	多目的	●コーヒーさらん	●切手さらん		SEHY	山びこ・昼食会	きずなサロン	
		29	30	31				
午後&夜間	和室	ゆうゆう堀ノ内松ノ木館 松ノ木2-38-6 電話:03-3315-7760		バラの会・ヨガ	●協働事業			
	洋1				▲行政枠			
	洋2				★:夜間			
	茶室	開館時間帯 平日/土曜:9時~21時 日曜/祝日:9時~17時 第3木曜:13時~21時			無印:一般団体			
午後&夜間	多目的				・予定が変更される場合がありますので、お問い合わせの上ご来館下さい			
	和室							
	洋1	休館日 ・年末年始 ・毎月第3日曜	AH					
	洋2							
	茶室							
	多目的							
		31	1	2	3	4	5	6

- :協働事業
- ▲:行政枠
- ★:夜間
- 無印:一般団体
- ・予定が変更される場合がありますので、お問い合わせの上ご来館下さい



NPO法人 新しいホームをつくる会