

# 2025年 ゆうゆう荻窪館 7月の協働事業案内



水分補給を忘れずに

★協働事業はどなたでも参加できます。年齢制限はありません。

★すべてのプログラムは「長寿応援ポイント」の対象です(60歳以上)。

※講座によっては満員の場合もありますので、お問い合わせください。 **満** は満員。

事業名	開催日	曜日・時間	費用	
歌って健康	7月2・16日	第1・3水曜日 15:30~16:30	1回 500円	
パソコン教室	7月11・25日	第2・4金曜日 13:30~15:30	1回 1,250円	
第二パソコン (&スマホ) 教室	7月5・12・19・26日	第5土曜日を除く毎土曜日 10:00~12:00	1回1250円 1回4名迄 (要予約)	
歌って元気!	7月4・11・18・25日	第1・2・3・4金曜日 17:30~18:30	1回 500円	
健康麻雀 <b>満</b>	7月3・10・24・31日	第3木曜を除く毎木曜日 13:00~16:30	1回 500円	
	7月12・19・26日	第1土曜を除く毎土曜日 13:00~16:30		
楽しくストレッチ	7月6・13・27日	第3日曜を除く毎日曜日 13:00~14:30	1回 500円	
健康エアロビクス	7月3・17日	第1・3木曜日 13:30~14:45	1回 500円	
三味線教室	7月14・28日	第2・4月曜日 ①13:30~14:45 ②15:00~16:15	2,000円 1,000円×2回の1ヶ月分 別途テキスト代200円	
Jポップ&フォーク	7月3・17日	第1・3木曜日 17:30~18:30	1回 500円	
陶芸教室	7月29日	毎月29日 10:00~12:00	1回 500円 別途材料燃焼費2,000円	
楽々折り紙	7月22日	第4火曜日 10:30~11:30	1回300円	
ペン習字	1・3組	7月1・15日	第1・3火曜日 10:30~12:00	1回 500円
	2・4組	7月8・22日	第2・4火曜日 10:30~12:00	1回 500円
フラダンス教室	7月7・21日	第1・3月曜日 13:00~14:00	1回 600円	
フラワーアレンジメント	お休み	10:00~12:00	1回 550円 別途花・器代2600円	
やさしい骨盤体操 <b>満</b>	7月28日	第4月曜日 10:00~11:00	1回 500円	
初めての太極拳	7月1・8・15・22日	第1・2・3・4火曜日 17:30~19:00	5500円 500円X11回テキスト代含む	
セルフケア背骨コンディショニング	7月1・15日	第1・3火曜日 13:15~14:30	1回1000円 別途テキスト代500円	
楽しい初級英会話	7月4・18日	第1・3金曜日 10:30~12:00	1回700円	
シャンソン教室	7月2・16日	第1・3水曜日 13:00~14:30	1回 700円	
映画鑑賞会	7月30日	13:30~16:00	無料 (要予約)	
宮前まちづくり (川島さんの朗読会)	7月29日	14:00~16:00	1回200円	
シニアピアノ教室 <b>満</b>	7月9・23日	第2・4水曜日 ①13:00~14:30 ②14:40~16:10	3,000円 (1,500円×2回の1か月分) (テキスト代別途)	

※三療サービスは7月9日(第2水)です。  
7月1日(火)9時より受付開始します。

※わがまち一番体操は7月11・25日に実施します。  
(第2・4金曜日①午前9時15分~②午前10時30分~)

◎開館時間は午前9時から午後9時まで。日・祝日は午後5時まで。

◎第3日曜(7月20日)は休館です。また7月17日(木)は事務連絡会のため午後1時まで休館となります。

NPO法人 生きがいの会

ゆうゆう荻窪館 杉並区南荻窪2-25-17 ☎&FAX (03-3335-1716)

7年7月 ゆうゆう荻窪館 行事予定表(1)

日					1				2				3				4				5								
曜日					火				水				木				金				土								
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室					
午前									チェリツシュ (ヨガ)		ペン習字	第二雀会 (麻雀)		シニアヨガ (ヨガ)		お江戸の会 (偶数月)		ホアロハ (フラダン)				(輪投げ会)	初級英会話 楽しい	遊ぼう会		宮前二丁目 防災会	第二パソコン (&スマホ) 教室	自強術西田会 (健康体操)	
午後									セルフケア 青帯コンディ ションング	Tuesd ayの会	神標会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)		歌って健康 シャンソン (カラオケ)	すみれ	歌って健康 シャンソン	ねえよんで (随問かせ)	エアロビクス 太極拳(萩の 会)	健康麻雀	健康麻雀		(太極拳)			神標会 (麻雀)	カサブランカ (麻雀)		囲碁の土日会 (囲碁)	
夜間									太極拳		太極拳						Jポップ& フォーク		Jポップ& フォーク			歌って元気!		歌って元気!					

日	6				7				8				9				10				11				12			
曜日	日				月				火				水				木				金				土			
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室
午前					(謡曲) 月曜会		ハイベスト (パソコン)	つわぶき (ヨガ)	神標会 (体操)		ペン習字			悠水会	宮前まちづ くりの会	三療サービ ス	ホアロハ (フラダン)	(手描き染) ユヒア	神標会 (書道)			わがまち一番 体操	チェリツシュ (ヨガ)			(第二パソコン &スマホ) 教室	自強術西田会 (健康体操)	
午後	ストレッチ		ストレッチ		フラダンス教室 オーシャン	ハナミズキ (ミューシッ クベル)	すずめの会 (麻雀)	神標会 (カルタ)		花の会 (手芸)	龍馬かよう会		ピアノ教室			三療サービ ス	健康麻雀	ユヒア (手描き染)	健康麻雀		シニアダンス (ダンス)	パソコン教室	歌って元気!	神標会 (麻雀)	健康麻雀	健康麻雀	ハイ・ケ・ア (ウクレレ)	健康麻雀
夜間			閉館						太極拳		太極拳										歌って元気!		歌って元気!					

7年7月 ゆうゆう荻窪館行事予定表(2)

日	13				14				15				16				17				18				19					
曜日	日				月				火				水				木				金				土					
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室		
午前	シニアヨガ (ヨガ)				萩の会 (体操)				萩の会 (体操)				シニアヨガ (ヨガ)				連絡会 事務								萩の会 (体操)					自強術西田会 (健康体操)
午後	ストレッチ		ストレッチ	囲書の土日会 (囲書)	三味線				セルフケア 青帯コンディ ショニング	Tuesd ayの会	榎本会 (大正琴)	第二雀会 (麻雀)	歌って健康 シャンソン	すみれ (カラオケ)	歌って健康 シャンソン	ねえよんで (聴聞かせ)	エアロピクス 太極拳(萩の 会)	杉並連絡委員会 (打合せ)	於菟の会 (奇数月)		悠水会 (太極拳)				榎本会 (麻雀)	健康麻雀			健康麻雀	囲書の土日会 (囲書)
夜間	閉館								太極拳		太極拳						Jポップ& フォーク		Jポップ& フォーク		歌って元気!		歌って元気!							

7

日	20				21				22				23				24				25				26							
曜日	日				月				火				水				木				金				土							
部屋	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室	洋(大)	洋(小)	和室	茶室				
午前	休館日				月曜会 (朗読)				榎本会 (朗読)				悠水会				ホアロハ (フラダン ス)				わがまち一番 体操				チェリツシュ (ヨガ)				自強術西田会 (健康体操)			
午後					フラダンス教室 オーシャン			つわぶき (ヨガ)	ハイベスト P.C (パソコン)			花の会 (手芸)				ピアノ教室				木曜会	健康麻雀	健康麻雀		いちご会 (打合せ)			シニアダンス (ダンス)	パソコン教室	榎本会 (麻雀)	健康麻雀	健康麻雀	ハイ・ケ・ア (ウクレレ)
夜間					閉館							太極拳													歌って元気!		歌って元気!					

