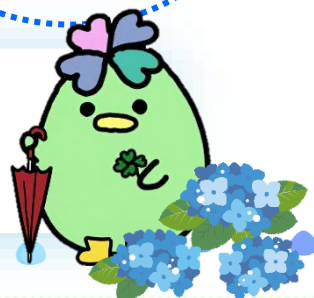


ゆうゆう館の企画は

0歳から100歳以上まで
どなたでもご利用いただけます!



ゆうゆう善福寺アカデミー 「ヘルプカードを使って元気に暮らそう」

日時 6月27日(土) 14:00~16:00

講師 永田久美子さん

(認知症介護研究・研修東京センター
センター長特命補佐)

参加費 500円 小中学生無料 定員 50名



「希望をかなえるヘルプカード」をご存知ですか?

自分がやりたいことを安心してスムーズにできるために使うカードです。誰が、どうやって使うの? など共に学びましょう。これまでヘルプカードの普及にご尽力くださっている永田さんのお話を聞いて、実践してみましよう。

初夏のフラワーアレンジメント

日時 6月15日(月) 10:30~12:00

講師 池田洋子さん(フラワー工房メイフラワー代表)

参加費 2000円 定員 14名

持ち物 花ハサミ

取っ手付きのカゴにグリーンをベースに入れ、アクセントに華やかな生花を添えて爽やかなアレンジメントを作ります。梅雨の室内が明るくなりますよ。

池田さんの丁寧なご指導であなただけの素敵なアレンジメントが仕上がります。



地域でつながる ~安心サロン~ 「民生委員と話そう」

日時 6月25日(木) 10:00~11:30

講師 西荻北3・4・5丁目地区担当民生委員

善福寺1・2・3・4丁目地区担当民生委員

参加費 100円 定員 8名

広報すぎなみ5月1日号でも紹介されていますが『あなたのまちの相談パートナー』として区内に約370名の民生委員・児童委員の方々がおられます。誰もが住み慣れたまちで安心して生活できるように区民の皆さんの生活・福祉に関する支援活動を行ってくださっています。私たちの地域の民生委員の方々と直接お話しする機会を設けました。「困りごと」などについても率直に話し合ってみましよう。



~お待たせしました!

マッサージ機リニューアルのお知らせ~

談話室にあるマッサージ機が最新モデルにリニューアルしました。肩こりから足の疲れまで、全身を優しくほぐします。操作はとても簡単ですのでどなたでもすぐにお使いいただけます。ぜひ一度お試しください!

※杉並区在住の60歳以上の方がご利用になれます。



「令和8年度下半期団体登録申請」

- 申請期間 5月24日(日)~6月7日(日)
- 申請受付 窓口、郵送、メールいずれかにて
- 確認会 6月19日(金) 10:00~11:00

※詳細はゆうゆう善福寺館受付まで



▼事前にお申込みください。全サロン、長寿応援ポイント対象です。(※を除く)

申込	6月 サロンのご案内	開催日	時間	参加費・定員・持ち物
要申込	ゆうゆう善福寺アカデミー 「ヘルプカードを使って元気に暮らそう」	27日(土)	14:00~16:00	500円 小中学生無料 定員50名
要申込	初夏のフラワーアレンジメント	15日(月)	10:30~12:00	2000円 定員14名 ①花ハサミ
要申込	やさしい太極拳	3日(水) 5日(金) 29日(月)	10:00~11:30 10:00~11:30 13:30~15:00	500円/回 定員10名
要申込	みんなで歌いましょう♪	29日(月)	10:00~11:30	300円 定員30名 ①不織布マスク
見学随時	能楽入門 月曜クラス 午前 はじめの一步 水曜クラス 午前 ~仕舞と謡~ 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	8・22日(月) 10・24日(水) 5・12・26日(金) 9・23日(火)	10:00~12:00 9:30~11:30 18:30~20:30 17:00~19:00	令和8年4月~9月 月水金:全14回 火:全12回 2000円×回数分【前納制】 (途中月より参加可能)
満員御礼	わくわく援農体験 本橋農園のお手伝い(収穫・草取り)	毎週月・木曜日 但し18(木)→17(水)	9:00~10:00	無料 雨天中止 ①長靴・軍手・水筒・タオル
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	8・22日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	9・23日(火)	13:30~16:30	無料 定員8名
要申込	シネマサロン 申込受付 5月20日~	16日(火)	13:30~上映 (13:00~前座) 上映時間 115分	無料 定員35名 上映作品は館にお尋ねください
要申込	大人からはじめよう 「書道教室」	3・17日(水)	9:30~11:30	600円/回(教材費別途200円) 定員10名 ①書道道具・半紙・台拭き
要申込	オンラインでおしゃべりしましょ!	3日(水)	13:30~15:00	無料 定員10名
要申込	スマホ・パソコン 個別相談会	4日(木)	10:00~12:10 お一人40分ずつ	500円 定員6名 ①お持ちのスマホ・パソコン
要申込	地域でつながる~安心サロン~ 「民生委員と話そう」	25日(木)	10:00~11:30	100円 定員8名
要申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ	12・26日(金)	10:30~11:45	500円/回 定員8名
要申込	ストレッチ講座	5・12・19・26日(金)	13:30~14:30	500円/回 定員15名
当日OK	みんなの居場所 (交流室・自習室) ※長寿応援ポイント対象外	毎週木曜日 毎週土曜日 18日(木)はお休み	16:00~20:00 18:00~20:00	無料 定員12名

木曜日16:00~18:00は小学生も利用できます!

当日OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	1・15日(月) 2回制	①13:30~14:15 ②14:45~15:30	無料 各回15名 先着順
要申込	60歳以上の区民対象 マッサージ(三療サービス) ※長寿応援ポイント対象外	8日(月) 申込受付 6月1日~	10:00~15:10 お一人40分ずつ	有料(お問い合わせください) 定員12名 ①バスタオル2枚・手ぬぐい2枚

6月予定表

ゆうゆう善福寺館

TEL 03-3394-8963

令和8年5月2日現在

日	曜日	午前				午後				夜間			
		洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室	洋室1	洋室2	和室	茶室
1	月					わがまち一番体操				会議 善福寺行検			
2	火	ゆうゆうGO!		ウクレレ アロハウクレレ	パソコン パソ楽	コーラス 万寿美会							
3	水	書道教室	やさしい太極拳			輪踊り 万寿美会	オンラインで おしゃべり	ウクレレ アロハウクレレ	オンラインで おしゃべり	かっぱれ かぼーれ			
4	木	スマホPC 相談会	太極拳 善福寺			居場所		麻雀 すずめクラブ		みんなの 居場所			
5	金	やさしい太極拳				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	能		能	
6	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会				新日舞 扇の会				みんなの 居場所			
7	日	踊り さくら会	白寿会 お誕生日会			輪投げ 井荻万寿美会	白寿会お誕生日会			休館			
8	月	能		三療 サービス	能	めざせ英語 パラパラのPE		三療 サービス					
9	火	ゆうゆうGO!		パソコン パソ楽		コーラス 万寿美会		囲碁タイム		能		能	
10	水	能			能	輪踊り 万寿美会	輪投げ 白寿会	囲碁 碁苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
11	木		太極拳 善福寺	体操 青葉会		みんなでカフェ		民謡 白寿青井会	麻雀 すずめクラブ	みんなの 居場所			
12	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ	能		能	
13	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会		会長会 五百ブロック		新日舞 扇の会	輪投げ 井荻万寿美会			みんなの 居場所			
14	日	踊り さくら会								休館			
15	月	初夏のフラワーアレンジメント				わがまち一番体操							
16	火	ゆうゆうGO!		ウクレレ アロハウクレレ	パソコン パソ楽	シネマサロン							
17	水	書道教室				輪踊り 万寿美会	輪投げ 白寿会	ウクレレ アロハウクレレ	NPO	かっぱれ かぼーれ			
18	木	終日休館（事務連絡会&研修会）											
19	金	R8下半期 確認会				ストレッチ講座		謡曲 ときわ会	ストレッチ	目的外（善福寺町会）			
20	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会				新日舞 扇の会	役員会 白寿会					みんなの 居場所	
21	日	第3日曜日休館											
22	月	能			能	めざせ英語 パラパラのPE							
23	火	ゆうゆうGO!		輪踊り 白寿会	パソコン パソ楽	コーラス 万寿美会		囲碁タイム		NPO	能		能
24	水	能			能	会議 自然愛護会		囲碁 碁苦楽会		かっぱれ かぼーれ			
25	木	安心サロン	太極拳 善福寺			居場所	麻雀 ジャンボール	麻雀 すずめクラブ		みんなの 居場所			
26	金	美姿勢バレエ 音楽ストレッチ			バレエ	ストレッチ講座		囲碁 碁苦楽会	ストレッチ	能		能	
27	土	カラオケ 善福寺白寿会 ひばりの会		体操 青葉会		ゆうゆう善福寺アカデミー				みんなの 居場所			
28	日	踊り さくら会					輪投げ 井荻万寿美会			休館			
29	月	みんなで歌いましょう♪				やさしい太極拳							
30	火	ゆうゆうGO!		パソコン パソ楽		ケア24 家族介護教室							