



ゆうゆう桃井だより

2025年7月号

発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館

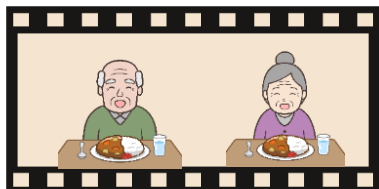


NO. 224

土曜倶楽部

夕暮れシネマ

今年も毎回大人気の「夕暮れシネマ」を開催いたします。今回は、無骨だが人の良い成金男と没落名家の美人のお嬢さんの、意表をつかれるハッピーエンドまでのとびきりお洒落な恋愛コメディ映画を上映いたします。映画の後は、シネマサロンの今永さんを囲んで、映画のお話をしながら桃井館スタッフ手作りのカレーをいただきます。



日 時：7月19日（土）午後3時30分～6時

参加費：無料

定 員：25名（要予約／申し込み順／6月16日予約開始）

※上映作品は桃井館にお問い合わせください。



お楽しみ料理教室

赤坂さんの美味しい中華料理

今月は、中華料理でおなじみになりました赤坂さんに、ご家庭にもある材料で作る本格的中華料理を教えてください。是非覚えて、ご自宅でもお試しください。

日 時：7月29日（火）午前10時～午後1時

講 師：赤坂齋子さん

メニュー：紅油白肉・鍋貼腐皮・金醬茄子

参加費：1500円

定 員：12名（要予約／申し込み順／6月16日予約開始）

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

※キャンセルは2日前までに！ 前日・当日のキャンセルは1000円をいただきます。



金醬茄子



紅油白肉

はじめてのおとこ飯 4



男性限定のお料理教室です。お料理が初めての方もそうでない方も、一緒に作っていただきます。Let's try！

日 時：7月26日（土）午前10時～午後1時

講 師：澤本幸枝さん

メニュー：広東風エビ焼きそば・わかめと豆腐のごまスープ 他

参加費：1500円

定 員：9名（要予約／申し込み順／6月16日予約開始）

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

※前日・当日のキャンセルは1000円いただきます。



三療サービス（マッサージ） 60歳以上の杉並区民対象	28日（月）	午前10時～午後3時10分	有 料 （要確認）
	申込受付：7月1日（火）午前9時から		
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	27日（日）	午前9時30分～10時30分	無 料

ゆうゆう桃井館

〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）午前9時～午後9時 （日・祝日）午前9時～午後5時

7月の休館日 7月20日（日）／7月の午前休館日 7月17日（木）

7月サロンのご案内

サロン名		催 日	時 間	参加費
当日 OK!	ゆうゆう健康体操	1 日 (火) ・ 8 日 (火) 1 5 日 (火) ・ 2 2 日 (火) 2 9 日 (火)	①午前 9 時 3 0 分～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 4 5 分～1 1 時 4 5 分	3 0 0 円
		3 日 (木) ・ 1 0 日 (木) 2 4 日 (木) ・ 3 1 日 (木)	①午前 9 時 3 0 分～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 4 5 分～1 1 時 4 5 分	
		注) 3 日 (木) と 8 日 (火) は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	1 0 日 (木) ・ 2 4 日 (木)	午前 9 時～1 2 時	無 料
	桃井自習室	4 日 (金) ・ 1 1 日 (金) 1 8 日 (金) ・ 2 5 日 (金)	午後 5 時 3 0 分～8 時 3 0 分	無 料
要 予 約 (満員の場合もあり要確認)	パソコンサロン	7 日 (月) ・ 2 1 日 (月)	午後 2 時～3 時 3 0 分	5 0 0 円
	折り紙教室	① 7 日 (月) ② 1 4 日 (月)	午前 1 0 時～1 2 時	無 料
	桃井マージャン教室	1 日 (火) ・ 8 日 (火) 1 5 日 (火) ・ 2 2 日 (火) 2 9 日 (火)	午前 1 0 時～午後 1 時	5 0 0 円
	パソコン・スマホ 個人相談会	8 日 (火) ・ 2 2 日 (火)	① 午後 2 時～3 時 ② 午後 3 時～4 時	5 0 0 円
	ダーツで遊ぼう	2 日 (水) ・ 9 日 (水) 1 6 日 (水) ・ 2 3 日 (水) 3 0 日 (水)	午後 5 時 1 0 分～6 時 3 0 分	3 0 0 円
	マージャンサロン	3 日 (木) ・ 1 0 日 (木) 1 7 日 (木) ・ 2 4 日 (木) 3 1 日 (木)	午後 1 時～4 時	5 0 0 円
	やさしい英会話	3 日 (木) ・ 1 7 日 (木)	①午後 1 時 3 0 分～2 時 3 0 分 ②午後 3 時～4 時	5 0 0 円
	ゆうゆう卓球	1 1 日 (金) ・ 2 8 日 (月)	午前 1 0 時～1 2 時	3 0 0 円
	ゆうゆう卓球ー②	9 日 (水) ・ 2 3 日 (水)	午後 1 2 時 5 0 分～2 時 5 0 分	3 0 0 円
	初心者卓球	9 日 (水) ・ 2 3 日 (水)	午後 3 時～4 時 4 5 分	3 0 0 円
	絵手紙	8 日 (火)	午後 2 時～4 時	5 4 0 円
	おたのしみ昼食会	1 1 日 (金)	午前 1 1 時～午後 1 時	7 0 0 円
	書道教室	2 2 日 (火)	(A) 午後 1 時 3 0 分～3 時 (B) 午後 3 時 2 0 分～4 時 5 0 分	5 0 0 円
	手芸クラブ	2 4 日 (木)	午後 1 時 3 0 分～3 時 3 0 分	8 0 0 円 (材料費込)
	ウクレレ中級講座	2 5 日 (金)	午前 9 時 4 5 分～1 1 時	6 0 0 円
	ウクレレ初級講座	2 5 日 (金)	午前 1 1 時 1 5 分～1 2 時 3 0 分	6 0 0 円
	おとこのおしゃべり会	2 6 日 (土)	午後 3 時 3 0 分～5 時 3 0 分	2 0 0 円
6 月 16 日 受付 開始	シネマサロン 定員 3 0 名	1 日 (火)	午後 2 時～	無 料
	土曜倶楽部 (夕暮れシネマ)	1 9 日 (土)	午後 3 時 3 0 分～1 8 時	無 料
	みんなで楽ランチ	2 5 日 (金)	午前 1 1 時 3 0 分～午後 1 時	1 0 0 円
	はじめてのおとこ飯 4	2 6 日 (土)	午前 1 0 時～午後 1 時	1 5 0 0 円
	お楽しみ料理教室	2 9 日 (火)	午前 1 0 時～午後 1 時	1 5 0 0 円
	台貸し卓球	6 日 (日) ・ 1 3 日 (日)	①午前 9 時～1 0 時 3 0 分 ②午前 1 0 時 3 0 分～1 2 時	高校生～大人 1 人 2 0 0 円 小中学生 1 人 1 0 0 円
毎週火曜・木曜・土曜 (日にち要確認)		①午後 5 時～6 時 3 0 分 ②午後 6 時 3 0 分～8 時		

- * 当日OK! 以外のサロンは事前申し込み制。
- * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(お楽しみ昼食会は高齢者対象)
- * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です。(桃井自習室は除く)
- * 調理・食事関係のサロンでは、アレルギー対応は行っていないので、お気を付けください。



7月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用
目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午 前 (9:00~12:00)				午 後 (1:00~5:00)				夜 間 (6:00~9:00)			
		洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②
1	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室	井草現代語 短歌会		シネマ サロン				卓球① 卓球②			
2	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	卓味会 料亭TOM		ダーツで 遊ぼう		料亭TOM (料理)	
3	木	碁遊会 (囲碁)	ゆうゆう 健康体操	十四松 (料理)		やさしい 英会話	マージャン サロン	十四松 (料理)		卓球① 卓球②			
4	金	ピンポン (卓球)	碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)			桃井 自習室			
5	土	ギムナ スティック体操					桃囲会 (囲碁)		目的外	卓球① 卓球②			
6	日	卓球① 卓球②予約済	目的外	杏の会 (料理)		コーラスを 楽しむ会		杏の会 (料理)		休 館			
7	月	紫陽花会 (フリーブロー)	折り紙 教室			パソコン サロン		すぎなみ 栄養と食の会		悠々 (太極拳)			
8	火	桃井 マージャン教室	ゆうゆう 健康体操			絵手紙		PC・スマホ 個人相談会		卓球① 卓球②			
9	水	西荻 ハーモニカ教室	ゴー碁 サークル	五喜会 (料理)		ゆうゆう卓球② 初心者卓球	桃囲会 (囲碁)	五喜会 (料理)	アジサイ会 (お話の会)	ダーツで 遊ぼう			
10	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	ろくでなしの 台所		マージャン サロン		ろくでなしの 台所	エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②			
11	金	ゆうゆう 卓球①	おたのしみ 昼食会	おたのしみ 昼食会			パンダ (研修)	おたのしみ 昼食会		桃井 自習室			
12	土	ギムナ スティック体操		BBC15 (料理)			桃囲会 (囲碁)	すみれ会 (生け花)		卓球① 卓球②			
13	日	卓球① 卓球②	すすかけの会 (マージャン)		目的外		すすかけの会 (マージャン)			休 館			
14	月	紫陽花会 (フリーブロー)	折り紙 教室		コスモス会 (編み物)	ピンポン (卓球)	清水ゆうわ サークル		コスモス会 (編み物)	悠々 (太極拳)			
15	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室			ピンポン (卓球)		桃粋蕎 (そば打ち)		卓球① 卓球②			

7月 使用予定表

ゆうゆう桃井館

協働事業 行政使用
目的外使用 当館事業者使用

日	曜日	午 前 (9:00~12:00)				午 後 (1:00~5:00)				夜 間 (6:00~9:00)			
		洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②	洋 室 ①	和 室	多目的室	洋 室 ②
16	水	雑学教室 (学習)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)		エチュード (オカリナ)	春秋碁会 (囲碁)	あじさい会 (料理)	紫の会 (編み物)	ダーツで 遊ぼう			
17	木	休 館				やさしい 英会話	マージャン サロン		霜月会 (囲碁)	卓球① 卓球②			
18	金	ピンポン (卓球)	碁遊会 (囲碁)			つくしの会 (書道)	碁遊会 (囲碁)			桃井 自習室			
19	土	ギムナ スティック体操		夕暮れシネマ		夕暮れシネマ	夕暮れシネマ	夕暮れシネマ	桃囲会 (囲碁)	卓球① 卓球②			
20	日	毎 月 第 3 日 曜 日 は 定 期 休 館 日 で す											
21	月	紫陽花会 (フリーフロー)		りんごの会 (料理)		パソコン サロン		りんごの会 (料理)		休 館			
22	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室			書道教室	みどりの会 (着付け)	PC・スマホ 個人相談会		卓球① 卓球②		運営 委員会	
23	水	西荻 ハーモニカ教室	ゴー碁 サークル	グッドテイスト (料理)		ゆうゆう卓球② 初心者卓球	桃囲会 (囲碁)	グッドテイスト 腹八会	アジサイ会 (お話の会)	ダーツで 遊ぼう		腹八会 (料理)	
24	木	ゆうゆう 健康体操	囲碁 サロン	九九の会 (料理)		手芸クラブ	マージャン サロン	九九の会 (料理)	エチュード (オカリナ)	卓球① 卓球②	I K A M O 応援隊		
25	金	ウクレレ 教室		楽ランチ			パンダ (研修)	楽ランチ	霜月会 (囲碁)	桃井 自習室			
26	土	ギムナ スティック体操		ももカフェ		おしゃべり会	桃囲会 (囲碁)	ももカフェ	目的外	おしゃべり会 卓球②			
27	日	わがまち 一番体操	目的外			コーラスを 楽しむ会				休 館			
28	月	ゆうゆう 卓球①	三療 サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	清水ゆうわ サークル	三療サービス	あじさい会 (料理)	コスモス会 (編み物)	悠々 (太極拳)			
29	火	ゆうゆう 健康体操	桃井 マージャン教室	お楽しみ 料理教室		地域 交流会		お楽しみ 料理教室		卓球① 卓球②			
30	水	地域 交流会								ダーツで 遊ぼう			
31	木	ゆうゆう 健康体操				地域 交流会	マージャン サロン			卓球① 卓球②			