

ゆうゆう桃井だより

11月号 No. 169

2020年10月15日発行

発行：NPO法人「おでかけサービス杉並」ゆうゆう桃井館

発行責任者：樋口蓉子

ゆうゆう桃井館



土曜倶楽部 「チェンバロで奏でる秋の音楽散歩」

深まりゆく秋のひと時、バロック時代の古楽器チェンバロの華麗な音色をお楽しみください。

日 時：11月14日（土）午後3時～4時
演 奏：渡辺 玲子さん
曲 目：半音階的ファンタジア（スヴェーリンク、J. P）
刈り入れをする人々（クーラン、F） 他
参 加 費：500円

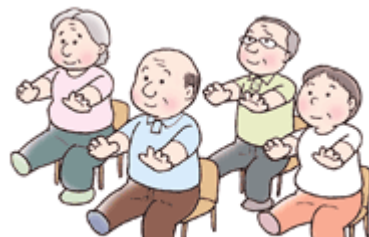


ケア24出張相談会 「桃井健康フェスタ～コロナに負けない体をつくる」

冬に向けての健康管理のために、すぐ役に立つ具体的なお話と、元気が出る体操を一緒にどうぞ。

- ① 講 話 感染症予防と免疫力アップ、薬の飲み合わせについて ココカラファイン薬局
② 体 操 簡単な体力測定、体力低下の予防、脳トレ 渡辺麻美さん（桃井館体操講師）
＊ 相談処 ケア24職員がご相談をお受けします

日 時：11月30日（月） 1回目：午後1時30分～2時30分 2回目：午後3時～4時
定 員：各回12名
申し込み：ゆうゆう桃井館、ケア24清水・上荻
申込締切：11月24日（火）
参 加 費：無料
共 催：ケア24清水・上荻



民生委員さんと話そう



地域の委員さんたちに来ていただいて、日ごろの活動の様子をお話ししていただきます。

民生委員の仕事とは？ どんな時に相談できるの？ 私の担当はどなた？

地域で安心して暮らしていくために、困ったときには気軽に相談できるように、お互いに顔見知りになる場にしたいと思います。ぜひご参加ください。

日 時：11月17日（火） 午後2時～3時30分
参 加 費：無料



民生委員

ゆうゆう桃井館は新型コロナウイルスの感染予防に配慮して運営しています！

参加お申し込み・お問い合わせは **ゆうゆう桃井館へ** 〒167-0034 杉並区桃井1-35-2

TEL/FAX 03-3399-5025

【開館時間】（月～土）9：00～21：00 （日・祝日）9：00～17：00

11月の一泊館日 11月15日（日） 11月の午前休館日 11月19日（木）



11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	3日(火)・10日(火) 17日(火)・24日(火)	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分	300円
		5日(木)・12日(木) 26日(木)	①午前9時30分～10時30分 ②午前10時45分～11時45分	
		注) 5日(木) 10日(火) は和室で行います		
満員御礼	桃井マージャン教室	3日(火)・10日(火) 17日(火)・24日(火)	午前10時～午後1時	500円
当日OK!	ダーツで遊ぼう	4日(水)・11日(水) 18日(水)・25日(水)	午後5時20分～7時	300円
満員御礼	マージャンサロン	5日(木)・12日(木) 19日(木)・26日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	5日(木)・19日(木)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	500円
当日OK!	囲碁サロン	12日(木)・26日(木)	午前9時～12時	無 料
	シネマサロン 20名様まで要予約	3日(火)	午後2時～	無 料
当日OK!	絵手紙	10日(火)	午後2時～4時	500円 別に教材費40円
当日OK!	しなやかな体をつくる ストレッチ+マイム	13日(金)	午前10時～11時	500円
	おたのしみ昼食会	13日(金)	午前11時～午後1時	700円
当日OK!	土曜倶楽部 『チェンバロ演奏会』	14日(土)	午後3時～4時	500円
当日OK!	民生委員さんと話そう	17日(火)	午後2時～3時30分	無 料
当日OK!	書道教室	24日(火)	午後2時～4時	500円
	ウクレレ中級講座	27日(金)	午前9時45分～11時	600円
	ウクレレ初級講座	27日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
当日OK!	おとこのおしゃべり会	28日(土)	午後4時30分～6時	200円
	桃井健康フェスタ	30日(月)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	無 料
お楽しみ料理教室・手芸クラブ・みんしよく はお休みです				
* 当日OK! 以外のサロンは事前にお申し込みください * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(おたのしみ昼食会は高齢者対象です) * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です				

土曜倶楽部 再開しました!

これからの予定

11月14日(土) 午後3時～4時
チェンバロで奏でる秋の音楽散歩

12月12日(土) 午後3時～4時
フルートアンサンブル演奏会

9月12日「マジックショー」鳩が出ました!



10月10日「秋に楽しむ箏曲」
すてきな音色に心わくわく!

