



こころ寄せ合う地域家族

ゆうゆう善福寺だより

発行: NPO 法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう善福寺館 発行責任者: 樋口蓉子

6月号
No.123

2022年5月15日発行

フラワーアレンジメント

～ドライフラワーで壁掛けを作しましょう～

日時 6月3日(金) 10:00~12:00

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 1700円 定員 14名

今回は、お部屋になじみやすく、ぬくもりのある雰囲気の人気ドライフラワーを使って、すっきり飾れる壁掛けを作ります。

いつも躍動感あふれるアレンジメントをご指導くださる池田さん。

花材や色合いも毎回大好評です。お部屋が華やぎますね!



(イメージ)

美姿勢バレエ音楽ストレッチ

日時 6月10日・24日(金)

10:30~11:45

講師 小西ひとみさん

(小西バレエスタジオ主催)

参加費 500円/回 定員 8名

毎月第2・4
金曜日

背筋がビシッと伸びている方は素敵ですね。そのような姿勢をめざして、バレエストレッチをご指導いただきます。優雅で美しい音楽に合わせて、心の緊張を解きほぐし、身体の隅々まで動かし、心身共に整えていきましょう。



地域でつながる ~安心サロン~

「民生委員さんと

お話ししましょう」

日時 6月23日(木) 10:00~11:30

講師 西荻北3・4・5丁目地区担当

善福寺1・2・3・4丁目地区担当

民生委員

参加費 100円(資料代) 定員 8名

年に一度、民生委員さんから、その役割や仕事内容について説明していただいています。民生委員は、「地域の相談役」「福祉ニーズの調整役」「福祉サービス利用の促進役」として、地域の皆さんと行政とを結ぶ役割を担われています。身近な存在になっていただける機会になれば嬉しいです。おでかけの機会が少なくなっている方にもお勧めです。

囲碁タイム

日時 6月14日・28日(火)

13:30~16:30

参加費 100円



毎月第2・4
火曜日

これまで満員御礼となっていました囲碁のサロンですが、若干名募集いたします。ゆうゆう館で囲碁を楽しんでみようかと思われる方、まずはお電話ください。詳細をご説明いたします。



ゆうゆう善福寺館

〒167-0041 杉並区善福寺2-26-18 ☎/FAX 03-3394-8963

開館時間: 平日9:00~21:00 日曜/祝日9:00~17:00 休館日: 6月16日(木)・19日(日)全日休館



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	フラワーアレンジメント 「ドライフラワーで壁掛けを作しましょう」	3日(金)	10:00~12:00	1700円 定員14名 ①花ばさみ
要申込	はじめての気功	13日(月)	10:00~11:00	500円 定員10名 ①タオル・水筒
要申込	やさしい太極拳	8日(水) 11日(土) 17日(金) 29日(水)	10:00~11:30 13:30~15:00 10:00~11:30 13:30~15:00	500円/回 定員10名 ①タオル・水筒
要申込	みんなで歌いましょう♪ 申込受付 6月1日~ ①②とも同じ内容 1回申込	①29日(水) ②30日(木)	10:00~11:30 10:00~11:30	200円 定員15名/回 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~ 金曜クラス 夜間 火曜クラス 夜間	6・20・27日(月) 1・22日(水) 3・10・24日(金) 7・21日(火)	10:00~12:00 9:30~11:30 18:30~20:30 18:30~20:30	令和4年4月~9月 月水金:全14回 火:全12回 2000円×回数分【前納制】
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)	毎週月曜・木曜日 但し16(木)→15(水)	9:00~10:00	無料 雨天中止 ①長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	13・27日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	14・28日(火)	13:30~16:30	100円/回 定員6名
要申込	シネマサロン 上映作品は館にお尋ねください 申込受付 5月18日~	21日(火)	13:30~上映 (13:00~前座) 上映時間 123分	無料 定員30名 ①靴袋 
要申込	書道教室 書道の基本を学ぼう	1・15日(水)	9:30~11:30	600円/回 定員10名 (教材費100円別途) ①書道道具・半紙・台拭き
要申込	オンラインで広げよう友達の輪!	15日(水)	13:30~15:00	無料 定員10名
満員御礼	はじめよう! スマホ 「スマホを使えばこんなに楽しい ステップ2」	2日(木)	10:00~11:30	500円 定員5名 ①お持ちのスマホ
要申込	地域でつながる~安心サロン~ 「民生委員さんとお話しましょう」	23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	10・24日(金)	10:30~11:45	500円/回 定員8名 ①タオル・水筒・ヨガマット またはバスタオル
要申込	ストレッチ講座	3・10・17・24日(金)	13:30~14:30	500円/回 定員12名 ①タオル・水筒

当日OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	6・20日(月) 2回制	①13:30~14:15 ②14:45~15:30	無料 各回15名先着順 ①タオル・水筒
要申込	60歳以上の区民対象 三療サービス(マッサージ) ※長寿応援ポイント対象外	13日(月) 申込受付 6月1日~	10:00~15:10	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