



『0円均一』館外編 参加者大募集!

日時：11月3日(火)～11月23日(月)

場所：ご自宅前 参加費：無料



毎年恒例の「0円均一」ですが、コロナ禍で、館内での実施は難しいと判断しました。発案者である高島亮三さん(美術家)の本来の発想を活かし、今回は、0円商店街を皆様のご自宅前で開店していただきます。ご希望の方は善福寺館にお申し出ください。0円均一段ボール、又はステッカーを差し上げます。(詳細は受付にて)

ぶくちゃん



琴演奏会

日時：11月28日(土)14:00～16:00

出演者：新宮歌悦さん 倉田歌寿納さん

山崎歌州さん 竹内歌紺さん

参加費：500円 定員：25名

芸術の秋。今年は、様々な芸術鑑賞会が中止になっていますが、このような時だからこそ、琴の音を聞きながら心落ち着ける時間を!

曲目…桜ゆらら・ソーラン節・
あすなろ・未来花・花は咲く・
川の流れるように・ことうた・
早春賦・ふるさと・さく咲く桜



地域でつながる ～安心サロン～ 『迷いませんか? ゴミの分別』

日時：11月26日(木)10:00～11:30

参加費：100円 定員：8名

日常生活の中で、簡単なようで実は迷うことが多いゴミの分別。判断の難しいものもあります。粗大ごみの分別も迷いますよね。ゴミの分別について一緒に考えませんか?

当日は、杉並清掃事務所

の方に、電話でお答え

いただく予定です。



自分を活かす 渡邊康次のスペシャルメイク講座

日時：11月20日(金)10:00～12:00

毎月第3金曜日

講師：渡邊康次さん(ビューティーメンター)

参加費：1,000円 定員：7名

マスク必着の昨今、ますますお化粧の悩みが多い事かと思えます。ソーシャルディスタンスを保ちながら、対面、もしくはオンラインで、皆さんのお悩みにきめ細やかなアドバイスをさせていただきます。



能楽入門 はじめの一步 ～仕舞～

11月から新たに月・水・金(32期)・火(17期)を募集します。いつからでもはじめの一步です! ご興味おありの方、お問い合わせください。

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：11月15日(日)全日休館・19日(木)午前休館

▼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)

ゆうゆう善福寺館 ☎03-3394-8963

どのサロンにも、マスクの着用と
飲み物の持参をお願いします



11月 サロンのご案内		開催日	時間	参加費・持ち物 ^特
要 申込	『0円均一』館外編	3日(火)～23日(月)	お好きな時間に	無料
要 申込	琴演奏会	28日(土)	14:00～16:00	500円 定員25名 ^特 水筒
要 申込	気軽に！ みんなで歌いましょう♪ 内容は10月26日と同じ	2日(月)	10:00～11:30	200円 定員20名 ^特 水筒・マスク
要 申込	ワールドニュース in English 「オリンピックを考える」	8日(日)	10:00～12:00	1000円 定員12名 zoom による参加も OK
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	16・23日(月) 18・25日(水) 13・27日(金) 10・24日(火)	10:00～12:00 9:30～11:30 18:30～20:30 19:00～20:30	令和2年11月～令和3年4月 月火水金:全15回 2000円×15回分【前納】 分散登館 ^特 水筒
要 申込	わくわく 援農体験 本橋農園のお手伝い(収穫・草刈り)	毎月 月曜日・木曜日 但し19(木)→18(水)	9:00～10:00	無料 雨天中止 ^特 長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要 申込	めざせ英語ペラペラの“PE！”	9・23日(月)	13:30～15:00	1000円/回 定員10名 ^特 水筒
満員 御礼	囲碁タイム	10・24日(火)	13:30～16:30	100円 定員8名 ^特 水筒
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：10月21日～ 定員25名	17日(火)	13:30～上映 (13:00～受付) 上映時間 90分	無料 定員25名 ^特 水筒・靴袋 お申込みください(10月21日～)
満員 御礼	書道教室 書道の基本を学ぼう	4・18日(水)	9:30～11:30	500円(教材費100円別途) ^特 書道道具・半紙・台拭き 水筒 定員8名
要 申込	書き方講座 ～実用書道～ 「来年の干支・年賀状を書こう」	11日(水)	9:30～11:30	500円(教材費100円別途) ^特 書道道具・半紙・ペン・台拭き 水筒 定員12名
要 申込	地域でつながる～安心サロン～ 「迷いませんか？ ゴミの分別」	26日(木)	10:00～11:30	100円 定員8名 ^特 水筒
要 申込	自分を活かす 渡邊康次のスペシャルメイク講座	20日(金)	10:00～12:00	1000円 定員7名 ^特 化粧品・メイク小物・ 手鏡・水筒
要 申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ	13・27日(金)	10:00～11:30	500円/回 定員8名 ^特 タオル・水筒
要 申込	ストレッチ講座	6・13・20・27日(金)	13:30～15:00	500円/回 定員12名 ^特 タオル・水筒
満員 御礼	65歳以上の区民対象 善福寺はつらつ道場 「運動を続けて、ウィルスに負けない体へ！」	30日(月)	10:00～11:00	無料 定員15名 ^特 水筒
	セルフケア講座 ～自分の身体は自分で守ろう～	当面の間、中止とさせていただきます。		
当日 OK	65歳以上の区民対象 わがまち一番体操	2・16日(月) 2回制 受付15分前	①13:30～14:15 ②14:55～15:40	無料 各回12名先着順 ^特 マスク・水筒・タオル
要 申込	60歳以上の区民対象 三療サービス(マッサージ) 申込受付：11月1日～ 定員12名	9日(月)	10:00～15:10	有料(お問い合わせください) ^特 バスタオル2枚・手ぬぐい2枚 ※長寿応援ポイント対象外