



新年度がスタートいたします。2020年度は、誰もが初めて味わう苦難の一年でした。生活様式も大きく変わりましたが、それらのすべてをバネに2021年度を希望溢れる豊かな一年となりますよう、スタッフ一同頑張ってみます。これまで以上に地域の皆様はじめ、杉並区や近隣地区の皆様、「ゆうゆう善福寺館に行くと楽しくて元気が出る！」と書いていただける館運営をめざしてまいります。素敵な一年になりますように！



オンラインでおしゃべりしましょう！ 定例化します！

日時：4月21日(水)13:30~15:00

講師：中川泰治さん

参加費：無料 定員：10名

3月からスタートしましたこのサロンですが、毎月開催いたします。いつからでも、一回でもご参加いただけます。「今話題のZoomに興味があるけれど、分からない」とおっしゃる方も、「最近、人と話をする機会が少なくて」とお感じの方も、どうぞお気軽にお申し込みください。

新たな事への
チャレンジの年に
してみませんか！



地域でつながる ~安心サロン~

「古布・端切れを使って ネックレスを作ってみましょう」

日時：4月22日(木)10:00~12:00

講師：安部鴻子さん

参加費：700円(材料代) 定員：8名

持ち物：縫い針1本・木綿糸・

まち針5本(本数確認しますので厳守願います)

古いネクタイがあれば1本 又は

長さ1m30cm・幅10cm程度の布

★間に組み込むビーズはこちらで

をご用意いたします。

軽くて、おしゃれなネックレスが出来上がります！リサイクルしながら、素敵な逸品を作りましょう！



とてもユニークで充実したサロンを実施しています。ご興味がおありの方は、是非お問い合わせください(裏面のサロン表をご覧ください)。

「ワールドニュース in English」

毎月第2日曜日10:00~12:00

講師：太田エマさん



「めざせ英語ペラペラのPE!」

毎月第2・4日曜日13:30~15:00

講師：板倉徳枝さん



書道展のご案内

善福寺公園サービスセンターに於いて

4月14日(水)~4月25日(日)

協働事業「書道教室」「書き方講座」にご参加の皆さんの作品が展示されます。

『春』をテーマに善福寺公園とコラボいたします。どうぞお楽しみに！

ご指導は米山由美子さんです。



ぶくちゃん

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：4月15日(木)午前休館・18日(日)全日休館

▼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



4月 サロンのご案内		開催日	時間	参加費・持ち物特
要 申込	オンラインでおしゃべりしましょう!	21日(水)	13:30~15:00	無料 定員10名
要 申込	気軽に! みんなで歌いましょう♪ 申込受付: 4月1日~ ①②とも同じ内容 1回申込	①26日(月) ②30日(金)	①10:00~11:30 ②10:00~11:30	200円 定員15名/回
要 申込	ワールドニュース in English 「どうすればジェンダー平等を 実現できるか?」	11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	12・19日(月) 7・14・21・28日(水) 2・9・16・23日(金) 6・13・20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】 分散登館をお願いします
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15(木)→14(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!”	12・26日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
満員 御礼	囲碁タイム	13・27日(火)	13:30~16:30	100円/回 定員8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: 3月31日~	20日(火)	13:30~上映 (13:00~受付) 上映時間 110分	無料 定員25名 特靴袋 
満員 御礼	書道教室 書道の基本を学ぼう	7・21日(水)	9:30~11:30	500円/回(教材費100円別途) 特書道道具・半紙・台拭き 定員8名
	書き方講座 ~実用書道~	今年度は7月・9月・11月・2月に開催します。		
要 申込	地域でつながる~安心サロン~ 「古布・端切れを使って ネックレスを作ってみましょう」	22日(木)	10:00~12:00	700円 定員8名 持ち物詳細は1面
要 申込	自分を活かす 渡邊康次のスペシャルメイク講座	16日(金)	10:00~12:00	1000円 定員7名 特化粧品・メイク小物・手鏡
要 申込	美姿勢バレエ音楽ストレッチ	9・23日(金)	時間変更 10:30~12:00	500円/回 定員8名 特タオル・水筒
要 申込	ストレッチ講座	2・9・16・23日(金)	13:30~15:00	500円/回 定員12名 特タオル・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	5・19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) 申込受付: 4月1日~ 定員12名	12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