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

6月号
No.147
２０２４年５月１５日発行

「ゆうゆう館って高齢の方だけ」と思われていませんか？　ゆうゆう善福寺館のサロンには、年齢を問わず どなたでもご参加いただけま

杉並区民の方だけでなく、練馬区、武蔵野市、ほかの方も大歓迎！
どうぞ、お出かけください。

ゆうゆう善福寺アカデミー
「この地域の歴史と庭園の息吹を感じてみませんか」

日時　6月23日（日）15：00～17：00
講師　田中法生さん（観泉寺住職）
　　西山雅俊さん（造園家）
場所　観泉寺 本堂
（杉並区今川 2-16-1 最寄り駅:西武新宿線 上井草）
参加費　500円　　**定員**　50名

緑眩しい初夏の観泉寺にて

今川家十代である氏真公御夫妻の菩提寺である観泉寺と池泉鑑賞式庭園。ご住職の田中さんと庭園をデザインされた西山さんよりお話を聞かせて頂きます。お寺の本堂で耳を澄ませて、今川家の領地であったこの土地の歴史に想いをはせてみませんか？

実用書道
「暑中見舞いはがきを書こう」

うちわも作れます

日時　6月12日（水）9：30～11：30
講師　米山由美子さん（日本習字学会 書道師範）
参加費　600円（教材費別途 200円）**定員**　10名

大切な人へ、手作りの「暑中見舞いはがき」を送ってみませんか？
今年も猛暑予想とのことですが、涼やかなはがきやうちわで、暑さを吹っ飛ばしましょう。
（和紙はがき 50円うちわ 500円販売もあります。）

初夏のフラワーアレンジメント

日時　6月17日（月）10：00～12：00
講師　池田洋子さん（メイフラワー主宰）
参加費　2000円　　**定員**　15名

選べる楽しみ！

用意された花材の中からバイキングのように花やグリーンを選び、花器に素敵に活ける方法を教えていただきます。あなたのチョイスであなただけのフラワーアレンジメントを作りましょう。

イメージ

国際交流企画

ブラジル、日本
違いより共通点を見つめよう！

日時　6月29日（土）14：00～16：00
講師　アスフォラ 谷 ルシアーナ マリアさん
（ブラジル料理研究家）
参加費　500円　　**定員**　30名

国際理解が進んでいる中、「どこが違うかを見つけるのではなく、共通点を見出すことから始めましょう。」と提言されています。44年前に来日以来、様々な活動を通して得られた貴重なお話をお聞きしながら、ブラジルの良さ・日本の良さを発見していきましょう。

地域でつながる～安心サロン～
「民生委員と話しましょう」

日時　6月27日（木）10：00～11：30
講師　西荻北 3～5丁目地区担当民生委員
　　善福寺 1～4丁目地区担当民生委員
参加費　100円（資料代）　　**定員**　8名

民生委員＆地域住民で「顔の見える関係性」が持てるといいですね。

年に一度民生委員の方々から、その役割や活動内容についてお話をお聞きしています。「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。

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（日）20日（木）全日休館

ゆうゆう善福寺館　☏/FAX 03-3394-8963

▼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。（※を除く）

どのサロンにも、マスクの着用（任意）
飲み物の持参をお願いします。

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	ゆうゆう善福寺アカデミー 「この地域の歴史と庭園の息吹を感じてみませんか」	23日（日）	15：00～17：00	500円　定員50名 ㊖水筒
要申込	国際交流企画 「ブラジル、日本 違いより共通点を見つめよう！」	29日（土）	14：00～16：00	500円　定員30名
要申込	実用書道 「暑中見舞いはがきを書こう」	12日（水）	9：30～11：30	600円（教材費別途200円） 定員10名 ㊖書道道具・半紙・台拭き
要申込	初夏のフラワーアレンジメント	17日（月）	10：00～12：00	2000円　定員15名 ㊖花ハサミ
要申込	はじめての気功	30日（日）	10：00～11：00	500円　定員10名 ㊖タオル・水筒
要申込	やさしい太極拳	3日（月） 12日（水） 26日（水） 30日（日）	10：00～11：30 10：00～11：30 10：00～11：30 11：00～12：30	500円/回　定員10名 ㊖タオル・水筒
要申込	みんなで歌いましょう♪	29日（土）	10：00～11：30	300円　定員30名 ㊖不織布マスク
見学随時	能楽入門　月曜クラス　午前 はじめの一歩　水曜クラス　午前 ～仕舞と謡～　金曜クラス　夜間 火曜クラス　夜間	10・24日（月） 5・19日（水） 7・28日（金） 4・25日（火）	10：00～12：00 9：30～11：30 18：30～20：30 18：30～20：30	令和６年４月～９月 月水金：全14回 火：全12回 2000円×回数分 【前納制】 （途中月より参加可能）
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・木曜日 但し20日（木）→19日（水）	9：00～10：00	無料　雨天中止 ㊖長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE！”	10・24日（月）	13：30～15：00	1000円/回　定員10名
要申込	囲碁タイム	11・25日（火）	13：30～16：30	無料　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５月22日～	18日（火）	13：30～上映 （13：00～前座） 上映時間117分	無料　定員35名
要申込	書道教室 書道の基本を学ぼう	5・19日（水）	9：30～11：30	600円/回（教材費別途200円） 定員10名 ㊖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！	5日（水）	13：30～15：00	無料　定員10名
要申込	はじめよう！　スマホ 「スマホを使えばこんなに楽しい」	6日（木）	10：00～11：30	500円　定員５名 ㊖お持ちのスマホ
要申込	地域でつながる～安心サロン～ 「民生委員と話しましょう」	27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	14・28日（金）	10：30～11：45	500円/回　定員８名 ㊖タオル・水筒
要申込	ストレッチ講座	7・14・21・28（金）	13：30～14：30	500円/回　定員15名 ㊖タオル・水筒
当日OK	善福寺コワーキングスペース （自習室） ※長寿応援ポイント対象外	毎週木曜日 毎週土曜日	16：00～20：00 （20日はお休み） 18：00～20：00	無料　定員12名 中学生以上 ㊖水筒・上履き

当日OK	６５歳以上の区民対象 わがまち一番体操	３・17日（月） ２回制	①13：30～14：15 ②14：45～15：30	無料 各回15名　先着順 ㊖タオル・水筒
要申込	６０歳以上の区民対象 マッサージ（三療サービス） ※長寿応援ポイント対象外	10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 ㊖バスタオル２枚・手ぬぐい２枚