

# ゆうゆう桃井だより



4月号 No. 186  
2022年3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 「春の箏曲 演奏会」



うらかな春の午後、琴の生演奏はいかがでしょうか。  
琴のイメージを広げる迫力のある音色をお楽しみください。

日 時 : 4月16日(土) 午後2時~3時30分  
演 奏 : 新宮歌悦さん 山崎歌州さん 竹内歌紺さん  
演 奏 曲 : わらべうた 海によせて 未来花 他  
参 加 費 : 500円

## 春です、体操をしましょう!

### ◆ ゆうゆう健康体操

16年前のゆうゆう桃井館開館以来ずっと続く、皆様に親しまれている体操教室です。  
体調に合わせて無理なく楽しく和やかに、心身共に伸び伸びリフレッシュしましょう。

日 時 : 毎週火曜日・木曜日 午前(裏面の予定をご覧ください)  
参 加 費 : 300円  
講 師 : 棚田節子さん 渡辺麻美さん 澤静子さん 清水絵津子さん

(交替で担当)



### ◆ わがまち一番体操 4月から始まります!

65歳以上の杉並区民対象の体操の会です。日曜日の朝、是非ご参加ください。

日 に ち : 4月24日(日) <毎月第4日曜日>  
時 間 : 午前9時30分~10時30分(受付開始9時15分)  
定 員 : 12名 予約不要、直接会場へ  
参 加 費 : 無料  
指 導 : NPO法人 わがまちいちばんの会  
持 ち 物 : 飲み物



## ● 報告

### 避難訓練 2月22日(火)

「調理室から出火!!」非常ベルの音で避難開始。スタッフの誘導に従って、洋室からは「ゆうゆう健康体操」参加者が、和室からは「桃井マーじゃん教室」の参加者が中庭を通過、玄関前へ避難しました。また、2階の保育室「モモ」からは子ども達が保育士さんに手を引かれ、背負われて階段を下りてきました。全員が建物外へ避難したことを確かめて、避難訓練終了。その間わずか5分、あわてることなく大変スムーズに訓練ができました。ご協力くださった皆様、どうもありがとうございました。

身体と気持ちを前向きに! コロナ禍でも感染予防に配慮して開催しています

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

4月の休館日 4月17日(日) 4月の午前休館日 4月21日(木)



# 4月サロンのご案内



- \* 今後のコロナの感染状況によっては変更になる場合があります。
- \* 館内では、検温・マスク着用・消毒・換気など細心の注意を払って運営しています。
- \* マスク・飲み物をご持参ください。

サロン名		催 日	時 間	参加費
当日OK!	ゆうゆう健康体操	5日(火)・12日(火) 19日(火)・26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
		7日(木)・14日(木) 28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) 7日(木) 12日(火) は和室で行います		
満員御礼	桃井マージャン教室	5日(火)・12日(火) 19日(火)・26日(火)	午前10時～午後1時	500円
当日OK!	ダーツで遊ぼう	6日(水)・13日(水) 20日(水)・27日(水)	午後5時10分～18時30分	300円
満員御礼	マージャンサロン	7日(木)・14日(木) 21日(木)・28日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	7日(木)・21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	14日(木)・28日(木)	午前9時～12時	無 料
	シネマサロン 30名様まで要予約	5日(火)	午後2時～	無 料
	おたのしみ昼食会	8日(金)	午前11時～午後1時	700円
	絵手紙	12日(火)	午後2時～4時	500円 <small>(別途教材費40円)</small>
当日OK!	土曜倶楽部 「春の箏曲」	16日(土)	午後2時～3時30分	500円
	ウクレレ中級講座	22日(金)	午前9時45分～11時	600円
	ウクレレ初級講座	22日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
	おとこのおしゃべり会	23日(土)	午後4時30分～6時	200円
当日OK!	書道教室	26日(火)	午後2時～4時	500円
	手芸クラブ	28日(木)	午後1時30分～3時30分	800円 <small>(教材費込み)</small>
<b>お楽しみ料理教室・みんしょく はお休みです</b>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>* 当日OK! 以外のサロンは事前にお申し込みください</li> <li>* 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)</li> <li>* 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です</li> </ul>				
三療サービス (マッサージ) 60歳以上の杉並区民対象		25日(月)	午前10時～午後3時10分	有 料 お問い合わせ ください
		申込受付: 4月1日(金) 午前9時から		
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象		24日(日)	午前9時30分～10時30分	無 料



**桃井館のホームページをご覧ください**

ゆうゆう桃井館



スマホやパソコンで「ゆうゆう桃井館」を検索してみてください。おでかけサービス杉並のホームページで、これまでのサロンの様子を写真付きで紹介しています。

<http://www.7b.biglobe.ne.jp/~npo-odekake/yuuyuu/momoi-kan-top.html>