



ゆうゆう桃井だより

4月号

No. 198

発行：NPO法人おでかけサービス杉並 ゆうゆう桃井館

2023年3月15日発行

ゆうゆう桃井館



土曜倶楽部 弦楽四重奏

春の午後のひととき、弦楽四重奏をお楽しみください。生演奏で聴く豊かな音色は毎回大好評です。

日時：4月15日（土）午後2時～3時30分

演奏：KIKU

演奏曲目：ジャン・シベリウス作曲「アンダンテ・フェスティーフォ」他

参加費：500円



卓球サロン 新規参加者募集

卓球は誰でも参加しやすいスポーツです。健康増進、体力アップに、桃井館で楽しく汗を流しましょう。

日時：毎月第2金曜日・第4月曜日（全6回）午前10時～12時

（4月14日・24日 5月12日・22日 6月9日・26日）

参加費：1800円（6回分）

持ち物：上履き・飲み物

※卓球台の予約利用もできます。ご家族で、お友達と、気軽にお楽しみください。
（詳細はお問い合わせください。）



お楽しみ料理教室 春色ランチ

春の野菜を使って、野に咲く花のようないろどりのランチを楽しみましょう。

日時：4月21日（金）午前10時～午後1時

講師：高橋香里さん

参加費：1200円

持ち物：エプロン・三角巾（頭をおおうもの）・ふきん

※キャンセルは2日前までに！ 前日・当日のキャンセルはキャンセル料700円をいただきます。



鶏と水菜の和風パスタ
春野菜のゼリー寄せ
いちご大福

食にまつわるおしゃべりサロン

フードデリバリーを頼んでみよう!

フードデリバリー（宅配サービス）を利用したことがありますか？ スーパー、コンビニ、大手デリバリーサービスなど、もしもの時や急な来客時にあら便利！ 初心者でも大丈夫。スマホを利用して注文とお味見を、みんなでチャレンジしてみましょう。

日時：4月10日（月）午後1時30分～3時

参加費：500円（おやつはお楽しみに！）

定員：9名



桃井自習室 ～ご利用ください～

利用時間：毎週金曜日 午後5時30分～8時 利用料：100円（飲み物あり）

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）午前9時～午後9時 （日・祝日）午前9時～午後5時

4月の休館日 4月16日（日） 4月の午前休館日 4月20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
パソコンサロン	3日(月)・17日(月)	午後2時～3時30分	500円
当日OK! ゆうゆう健康体操	4日(火)・11日(火) 18日(火)・25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
	6日(木)・13日(木) 27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) 6日(木) 11日(火) は和室で行います		
満員 桃井マーじゃん教室	4日(火)・11日(火) 18日(火)・25日(火)	午前10時～午後1時	500円
スマホ個人相談会	11日(火)・25日(火)	① 午後2時～3時 ② 午後3時～4時	各回500円
当日OK! ダーツで遊ぼう	5日(水)・12日(水) 19日(水)・26日(水)	午後5時10分～6時30分	300円
満員 マーじゃんサロン	6日(木)・13日(木) 20日(木)・27日(木)	午後1時～4時	500円
やさしい英会話	6日(木)・20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	13日(木)・27日(木)	午前9時～12時	無料
卓球サロン	14日(金) 24日(月)	午前10時～12時	6回分 1800円
当日OK! 桃井自習室	7日(金)・14日(金) 21日(金)・28日(金)	午後5時30分～8時	100円
シネマサロン 定員30名	4日(火)	午後2時～	無料
ももカフェ	10日(月)	午後1時30分～3時	300円
満員 絵手紙	11日(火)	午後2時～4時	500円 別途教材費40円
おたのしみ昼食会	14日(金)	午前11時～午後1時	700円
土曜倶楽部 『弦楽四重奏』	15日(土)	午後2時～3時30分	500円
お楽しみ料理教室	21日(金)	午前10時～午後1時	1200円 材料費込み
当日OK! おとこのおしゃべり会	22日(土)	午後3時30分～5時	200円
満員 書道教室	25日(火)	午後2時～4時	500円
手芸クラブ	27日(木)	午後1時30分～3時30分	800円 材料費込み
ウクレレ中級講座	28日(金)	午前9時45分～11時	600円
ウクレレ初級講座	28日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
* 当日OK! 以外のサロンは事前にお申し込みください * 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) * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です			
三療サービス(マッサージ) 60歳以上の杉並区民対象	24日(月)	午前10時～午後3時10分	有料 お問い合わせください
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	23日(日)	午前9時30分～10時30分	無料