



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 ゆうゆう善福寺館



「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**ご参加いただけます!



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 「浪漫一座による演芸会」

日時 1月25日(土) 14:00~16:00
演者 嶋田昌生さん(すみれ亭浪漫)・北島健治さん(すみれ亭健之介)・石井恵子さん・会田利明さん(すみれ亭千鳥)・長尾葉介さん
参加費 500円 **定員** 40名

女流講師神田すみれの講談教室で勉強している仲間で作られた「浪漫一座」。今年は嶋田さん長尾さんによる「ギター漫才」が新たにお目見えます。

「六魔」(易者の口上)、
「江戸糸あやつり人形」、
「南京玉すだれ」も毎年大好評。お楽しみください。



能楽入門 はじめての一步~仕舞と謡

火曜クラス大募集!

日時 1月21日(火)
17:00~19:00 **時間変更しました!**

講師 林美佐さん(金春流能楽師)
参加費 8000円/4回 **2025年3月末まで(前納)**

林先生の凛々しい謡の声に合わせて、生徒さんが真剣かつ楽しそうに舞われています。

夜は通いにくいけれど夕方からなら参加しやすい方! ぜひご見学、ご参加ください。

月・水・金は裏面参照



お餅つき大会での昔遊びのお手伝い 善福寺北児童館 子ども・子育てプラザ善福寺

日時 1月26日(日) 12:00~15:10
場所 善福寺北児童館 又は 井荻小学校
内容 子どもたちの見守りや、昔遊びのお手伝いなど募集します。詳細は館内でのお知らせをご覧ください。

【こま・けん玉・おはじき・福笑い・あやとり・囲碁・かるたなど】



地域でつながる ~安心サロン~ 「家族介護 打ち明け話」

日時 1月23日(木) 10:00~11:30
参加費 100円 **定員** 8名

ご家庭で、親御さん・パートナー・お子様のお世話をされている方もいらっしゃると思います。気分転換も含め、お話しただけませんか? 現在進行形の方も、過去にご体験された方もご参加ください。(こちらで知り得たことは、外部には漏らしません。)

こちらの QR コードから「安心サロン」の様子をご覧ください。



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: 1月16日(木)午前休館・19日(日)全日休館
年末年始休館日: 12月28日(土)~1月4日(土)



申込	1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 「浪漫一座による演芸会」	25日(土)	14:00~16:00	500円 定員40名
要申込	お餅つき大会での昔遊びのお手伝い 善福寺北児童館 子ども・子育てプラザ善福寺	26日(日)	12:00~15:10	無料 詳細は表面及び館内にて
要申込	はじめての気功	5日(日)	10:00~11:00	500円 定員10名 (持)タオル・水筒
要申込	やさしい太極拳	5日(日) 13日(月) 27日(月)	11:00~12:30 10:00~11:30 10:00~11:30	500円/回 定員10名 (持)タオル・水筒
要申込	みんなで歌いましょう♪	30日(木)	10:00~11:30	300円 定員30名 (持)不織布マスク
見学随時	能楽入門 月曜クラス 午前 はじめの一步 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	6・20日(月) 8・22・29日(水) 10・17・31日(金) 21日(火)	10:00~12:00 9:30~11:30 18:30~20:30 17:00~19:00	令和6年10月~令和7年3月 月水金:全14回 火:全10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16(木)→15(水)	9:00~10:00	無料 雨天中止 (持)長靴・軍手・水筒・タオル・鎌
要申込	めざせ英語ペラペラの“PE!”	13・27日(月)	13:30~15:00	1000円/回 定員10名
要申込	囲碁タイム	14・28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 12月18日~	21日(火)	13:30~上映 (13:00~前座) 上映時間 107分	無料 定員35名
要申込	書道教室 書道の基本を学ぼう	15日(水)	9:30~11:30	600円(教材費別途200円) 定員10名 (持)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!		1月はお休み	
要申込	スマホ・パソコン 個別相談会		1月はお休み	
要申込	地域でつながる~安心サロン~ 「家族介護 打ち明け話」	23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	10・24日(金)	10:30~11:45	500円/回 定員8名 (持)タオル・水筒
要申込	ストレッチ講座	10・17・24日(金)	13:30~14:30	500円/回 定員15名 (持)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 18:00~20:00	無料 定員12名 中学生以上 (持)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	6・20日(月) 2回制	①13:30~14:15 ②14:45~15:30	無料 各回15名 先着順 (持)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	7日(火) 申込受付 12月20日~ 13日(月) 申込受付 1月5日~	10:00~15:10	有料(お問合せください) 定員12名/回 (持)バスタオル2枚・手ぬぐい2枚