

ゆうゆう浜田山館だより

協働事業への参加は、若い方から高齢者の方まで年齢は関係ありません。
申込締切は前日17時迄です。全て事前ご予約が必要です。

○協働事業（75歳以上の杉並区民の方には長寿応援ポイントシール（1P）をさしあげます。）

	講座名	開催日	開催時間	参加費	内容
音楽	二胡初級	10・24（日）	10:30~12:00	1,200円	楽器の持ち方、譜面の読み方等から
	二胡を楽しむ（中級）	10・24（日）	13:30~15:30	1,200円	二胡の音色が脳の活性化に繋がる。
ゲーム	囲碁初級 囲碁中級	6・13・20・ 27（水）	13:30~16:30	700円	初:囲碁初級者向け講座形式。 中:指導碁、参加者同士の対局。
	囲碁中級先手会	4・11・18・ 25（月）	13:30~16:30	700円	講師からの講義や参加者同士の対局 など中級レベルでの講座。
趣味と実用	水墨画教室	7（木）	10:00~11:30	700円	墨の香りに包まれて、心静かなひと 時をお過ごしください。
		10（日）	13:00~14:30		
	書道教室	2・16（土）	10:00~12:00	700円	臨書、創作、書の歴史を学びます。
	ぬり絵教室	27（水）	10:00~12:00	500円	仕上げる喜びが、認知症予防にも。
	パソコン教室 （個別指導）	28（木）	13:00~18:00	1,080円 （60分）	携帯、スマホ、タブレット、パソコンを個別に 親切にお教えします。※グループも可
	ガーデニング教室	3（日）	11:00~12:30	100円	ガーデニングの基礎を学びます。
	川柳教室	25（月）	13:00~14:30	600円	ほのぼのとユーモアのある川柳作り
	浜田山英語教室	14・28（木）	10:00~11:30	800円	中学1~3年生レベルで文法を主に
心と身体	太極拳<初級>	9・23（土）	10:30~12:00	1,200円	中国人武術家による無理のない円運 動と腹式呼吸。年齢・性別に関係無
	心と身体の 歌のクラブ	5・19（火）	10:30~12:00	700円	声を出しやすくする為の体操、歌う 為の呼吸法と発声練習をします。
	ゆうゆう卓球	23（土）	18:00~20:00	800円/台	予約制（21日17時まで申込下さい。）

○主な登録団体（詳細については受付までお問い合わせください）

団体名称	活動日	団体名称	活動日
ピースの会	第3（水）午前	楽しもう健康吹矢	第2（日）午前 第4（金）午後
女性の為の写真教室	第1（水）午前※男性も可	（エアロビ）ラベンダー	第2・4（水）午後
益子焼浜田山教室	第4（水）午前	（フラ）レイミノアカウイ	第1・2（水）午後
朗読を楽しむ会	第2（日）午後 第4（日）午前	レインボー体操	第1・2・4（火）午後 第3（土）午前
浜麦ピアノ教室	第1・3（水）午後	（気功）気功クラブ	第1・2・3・4（月）午前
（ヨガ）薫風の会	第1・3（水）午前	（健康体操）自彊術	第1・2・3・4（金）午前
浜田山会	踊り、カラオケ、茶道、 輪投げ、役員会	浜田山白寿会	カラオケ、書道、輪投げ、役員会

住 所：杉並区浜田山4-18-31（浜田山保育園2階） TEL/FAX:03-3315-7815

URL：<http://hamadayama.yuyu-kan.jp/>

e-mail：hamadayama@yuyu-kan.jp

ゆうゆう浜田山館 2月 行事予定表

*25、26日…2か月先の夜間空枠使用の申込み不可

		日				月				火				水				木				金				土								
		洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室	洋1	洋2	洋3	茶室					
部屋名	午前																					自彊術				書道教室								
	午後1																					カラオケ(白)	カラオケ(浜)			輪投げ(白)								
	午後2																																	
	夜間																					行政使用				行政使用								
		3				4				5				6				7				8				9								
部屋名	午前	浜田山ガーデニング		植木応援団		気功C				心と身体 の歌のクラブ				ヨガ教室	女性の為 の写真教室			歌の会	水墨画			自彊術				太極拳								
	午後1	浜田山ガーデニング				踊り(浜)	囲碁中級(先手会)			レイン ポー 体操				フラ ダンス	囲碁初級	囲碁中級		踊り 成二					元氣de 体操	役員会 (浜)	役員会 (白)		輪投げ (白)	七種の会 読書						
	午後2													ピアノ 教室																				
	夜間					行政使用							行政使用		行政使用								行政使用	行政使用					行政使用					
		10 空枠申し込み開始(④月)4枠				11				12				13				14				15				16								
部屋名	午前	健康 吹き矢	健康 吹き矢	二胡 初級		ゆうゆう 体操	気功C				三 療 サー ビス			ハーモニ カ 教室	ハーモニ カ 教室			わがまち 一書体操		英語教室			自彊術				レイン ポー 体操	書道教室						
	午後1	朗読を 楽しむ会	水墨画	二胡を 楽しむ会		踊り (浜)	囲碁中級 (先手会)			レイン ポー 体操		書道 (白)	エアロ ビクス	囲碁初級	囲碁中級		踊り 成二	茶道(地域交流会)				カラオケ (白)	カラオケ (浜)	介護の会		輪投げ (浜)	七種の会 読書							
	午後2												フラ ダンス																					
	夜間											行政使用			行政使用								行政使用	行政使用					行政使用					
		17				18				19				20				21				22				23								
部屋名	午前	休館日				てんし会	気功C	七種の会 読書		心と身体 の歌のクラブ				ヨガ教室	ピース 教室											自彊術				太極拳	七種の会 読書			
	午後1					踊り (浜)		囲碁中級 (先手会)		抽選会	年金の会			ピアノ 教室	囲碁初級	囲碁中級		踊り 成二								健康 吹き矢	健康 吹き矢	カラオケ (浜)		輪投げ (浜)	七種の会 読書			
	午後2															ハーモニ カ 教室																	スタッフ 会議	
	夜間									行政使用					行政使用											行政使用	行政使用					行政使用		
		24				25				26				27 目的外申込み開始(④月)制限無				28																
部屋名	午前	朗読を 楽しむ会	二胡 初級			気功C							陶芸教室	ぬり絵 教室																				
	午後1	二胡を 楽しむ会	会議			踊り (浜)	川柳会	囲碁中級 (先手会)		レイン ポー 体操			エアロ ビクス	囲碁初級	囲碁中級		踊り 成二	PC教室			茶道													
	午後2																																	
	夜間										行政使用	行政使用		行政使用	行政使用		行政使用																	