



ゆうゆう桃井だより

2025年5月号

発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館

NO. 223



土曜倶楽部

歌とウクレレで楽しみましょう!

桃井館初出演の「チーム優YOU」の皆さんが、ウクレレ弾き語りをメインに、クラリネット・三線・手話ダンス等を加えた歌と演奏を行います。午後のひと時、一緒に楽しく歌いましょう。

日 時 : 5月17日(土) 午後2時~3時30分
演 奏 : チーム優YOU
曲 目 : バラが咲いた/わたしの城下町/ブルーシャトゥ ほか
参 加 費 : 500円
定 員 : 25名



お楽しみ料理教室

美味しいパンを手作りで!

久しぶりに、松村さんを講師にお迎えして、手作りパンを教えてくださいます。ふっくらやわらか出来立てのパンを作ってみませんか。

日 時 : 5月27日(火) 午前10時~午後1時
講 師 : 松村美知代さん
定 員 : 12名
持 ち 物 : エプロン・三角巾・ふきん
参 加 費 : 1500円



Menu
抹茶クッキーパン
カレーベーコンロール オン オニオンパン
フルフル紅茶ゼリー

※キャンセルは2日前までに! 前日・当日のキャンセルの場合はキャンセル料1000円をいただきます。

なつかしい歌、発掘しよう!

「最近聴かないけど、いい歌だったな」そんな歌をたくさん掘り起こしてみませんか?

もも
カフェ

日 時 : 5月16日(金) 午後1時30分~3時
定 員 : 12名
参 加 費 : 200円



桃井館に新しいマッサージ機が来ました。
60歳以上なら誰でもお使いいただけます。
スカイウェルと一緒に是非お使いください。

三療サービス(マッサージ) 60歳以上の杉並区民対象	26日(月)	午前10時~午後3時10分	有 料
	申込受付: 5月1日(木) 午前9時から		(要確認)
わがまち一番体操 65歳以上の杉並区民対象	25日(日)	午前9時30分~10時30分	無 料

ゆうゆう桃井館

〒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

5月の休館日 5月18日(日)・5月の午前休館日 5月15日(木)



サロン名		催 日	時 間	参加費
当日 OK!	ゆうゆう健康体操	6日(火)・13日(火) 20日(火)・27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
		1日(木)・ 8日(木) 22日(木)・29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) 1日(木)と13日(火)は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	8日(木)・22日(木)	午前9時～12時	無 料
	桃井自習室	2日(金)・ 9日(金) 16日(金)・23日(金) 30日(金)	午後5時30分～8時30分	無 料
要 予 約 (満員の場合もあり要確認)	パソコンサロン	5日(月)・19日(月)	午後2時～3時30分	500円
	折り紙教室	①5日(月)②12日(月)	午前10時～12時	無 料
	桃井マージャン教室	6日(火)・13日(火) 20日(火)・27日(火)	午前10時～午後1時	500円
	パソコン・スマホ 個人相談会	13日(火)・27日(火)	① 午後2時～3時 ② 午後3時～4時	500円
	ダーツで遊ぼう	7日(水)・14日(水) 21日(水)・28日(水)	午後5時10分～6時30分	300円
	初心者卓球	14日(水)・28日(水)	午後1時30分～3時30分	300円
	マージャンサロン	1日(木)・ 8日(木) 15日(木)・22日(木) 29日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	1日(木)・15日(木)	①午後1時30分～2時30分 ②午後3時～4時	500円
	ゆうゆう卓球	9日(金)・26日(月)	午前10時～12時	300円
	※「卓球サロン」が「ゆうゆう卓球」に名前を変えました！			
	おたのしみ昼食会	9日(金)	午前11時～午後1時	700円
	絵手紙	13日(火)	午後2時～4時	540円
	手芸クラブ	22日(木)	午後1時30分～3時30分	800円 (材料費込)
	ウクレレ中級講座	23日(金)	午前9時45分～11時	600円
	ウクレレ初級講座	23日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
	おとこのおしゃべり会	24日(土)	午後3時30分～5時30分	200円
	書道教室	27日(火)	(A) 午後1時30分～3時 (B) 午後3時20分～4時50分	500円
4月15日 受付開始	シネマサロン 定員30名	6日(火)	午後2時～	無 料
	ももカフェ	16日(金)	午後1時30分～3時	200円
	土曜倶楽部	17日(土)	午後2時～3時30分	500円
	みんなで楽ランチ	23日(金)	午前11時30分～午後1時	100円
	お楽しみ料理教室	27日(火)	午前10時～午後1時	1500円
	台貸し卓球	4日(日)・11日(日)	①午前9時～10時30分 ②午前10時30分～12時	高校生～大人 1人200円 小中学生 1人100円
		毎週火曜・木曜・土曜 (日にち要確認)	①午後5時～6時30分 ②午後6時30分～8時	

- * 当日OK! 以外のサロンは事前申し込み制。
- * どなたでもどうぞ、年齢は問いません(お楽しみ昼食会は高齢者対象)
- * 上記のサロンはすべて長寿応援ポイント対象事業です。(桃井自習室は除く)
- * 調理・食事関係のサロンでは、アレルギー対応は行っていないので、お気を付けください。

