



ゆうゆう桃井だより

2025年7月号

発行：NPO法人おでかけサービス杉並

ゆうゆう桃井館

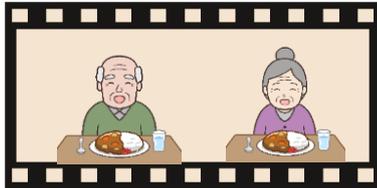


NO. 224

土曜倶楽部

夕暮れシネマ

今年も毎回大人気の「夕暮れシネマ」を開催いたします。今回は、無骨だが人の良い成金男と没落名家の美人のお嬢さんの、意表をつかれるハッピーエンドまでのとびきりお洒落な恋愛コメディ映画を上映いたします。映画の後は、シネマサロンの今永さんを囲んで、映画のお話をしながら桃井館スタッフ手作りのカレーをいただきます。



日時：7月19日(土) 午後3時30分～6時

参加費：無料

定員：25名(要予約/申し込み順/6月16日予約開始)

※上映作品は桃井館にお問い合わせください。



お楽しみ料理教室

赤坂さんの美味しい中華料理

今月は、中華料理でおなじみになりました赤坂さんに、ご家庭にもある材料で作る本格的中華料理を教えてください。是非覚えて、ご自宅でもお試しください。

日時：7月29日(火) 午前10時～午後1時

講師：赤坂齋子さん

メニュー：紅油白肉・鍋貼腐皮・金醬茄子

参加費：1500円

定員：12名(要予約/申し込み順/6月16日予約開始)

持ち物：エプロン・三角巾・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1000円をいただきます。



金醬茄子



紅油白肉

はじめてのおとこ飯 4



男性限定のお料理教室です。お料理が初めての方もそうでない方も、一緒に作っていただきます。Let's try!

日時：7月26日(土) 午前10時～午後1時

講師：澤本幸枝さん

メニュー：広東風エビ焼きそば・わかめと豆腐のごまスープ 他

参加費：1500円

定員：9名(要予約/申し込み順/6月16日予約開始)

持ち物：エプロン・三角巾・ふきん

※前日・当日のキャンセルは1000円いただきます。



三療サービス(マッサージ) 60歳以上の杉並区民対象	28日(月)	午前10時～午後3時10分	有料 (要確認)
		申込受付：7月1日(火) 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	27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

7月の休館日 7月20日(日) / 7月の午前休館日 7月17日(木)

7月サロンのご案内

サロン名		催 日	時 間	参加費
当日OK!	ゆうゆう健康体操	1日(火)・8日(火) 15日(火)・22日(火) 29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
		3日(木)・10日(木) 24日(木)・31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) 3日(木)と8日(火)は和室 その他は洋室		
	囲碁サロン	10日(木)・24日(木)	午前9時～12時	無 料
桃井自習室	4日(金)・11日(金) 18日(金)・25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	7日(月)・21日(月)	午後2時～3時30分	500円
	折り紙教室	①7日(月)②14日(月)	午前10時～12時	無 料
	桃井マーじゃん教室	1日(火)・8日(火) 15日(火)・22日(火) 29日(火)	午前10時～午後1時	500円
	パソコン・スマホ 個人相談会	8日(火)・22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	2日(水)・9日(水) 16日(水)・23日(水) 30日(水)	午後5時10分～6時30分	300円
	マーじゃんサロン	3日(木)・10日(木) 17日(木)・24日(木) 31日(木)	午後1時～4時	500円
	やさしい英会話	3日(木)・17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	11日(金)・28日(月)	午前10時～12時	300円
	ゆうゆう卓球-②	9日(水)・23日(水)	午後12時50分～2時50分	300円
	初心者卓球	9日(水)・23日(水)	午後3時～4時45分	300円
	絵手紙	8日(火)	午後2時～4時	540円
	おたのしみ昼食会	11日(金)	午前11時～午後1時	700円
	書道教室	22日(火)	(A) 午後1時30分～3時 (B) 午後3時20分～4時50分	500円
	手芸クラブ	24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	25日(金)	午前9時45分～11時	600円
	ウクレレ初級講座	25日(金)	午前11時15分～12時30分	600円
	おとこのおしゃべり会	26日(土)	午後3時30分～5時30分	200円
	6月16日受付開始	シネマサロン 定員30名	1日(火)	午後2時～
土曜倶楽部 (夕暮れシネマ)		19日(土)	午後3時30分～18時	無 料
みんなで楽ランチ		25日(金)	午前11時30分～午後1時	100円
はじめてのおとこ飯4		26日(土)	午前10時～午後1時	1500円
お楽しみ料理教室		29日(火)	午前10時～午後1時	1500円
台貸し卓球		6日(日)・13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ませんので、お気を付けてください。

