



コミュニティふらっと方南 令和7年7月お知らせ

コミュニティふらっと方南は、小さなお子様からご年配の方までご利用できます。
 “ふらっと”お立ち寄りいただき、新たな出会いをお楽しみください。
 皆様のご利用をお待ちしております。

※都合により日時が変更になる場合がありますので、お問い合わせ・お申込み等、コミュニティふらっと方南までご連絡をお願い致します！

プログラム	開催日	時間	部屋	参加費
ゆる体操	4日(第1金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
歌声サロン	4日(第1金曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
	21日(第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
墨絵教室	6日・24日(第1日曜・第4木曜)	9:30~12:00	第1・第2集/第4集	1回 1,000円
映画会	7日(第1月曜)	10:00~12:00	多目的ルーム	無料
	19日(第3土曜)	15:30~18:00		
リコーダーサロン	8日(第2火曜)	17:00~18:30	多目的ルーム	1回 600円
大人のぬり絵	9日(第2水曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
筋トレ&ストレッチ	9日・23日(第2・第4水曜)	13:00~14:00	多目的ルーム	1回 600円
ゆうゆうフラ	11日・25日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
書道教室	17日(第3木曜)	10:00~12:00	第4集	1回 600円
パステルアートサロン	21日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
ラウンジに花咲かせ隊	23日(第4水曜)	14:00~15:00	1Fラウンジ	無料
ガムランコンサート	27日(第4日曜)	14:00~15:30	多目的ルーム	1回 1,000円 (高校生以上)
				1回 500円 (中学生以下)
日曜 書道教室	27日(第4日曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円

上記プログラムは全て要予約となります。お電話、又はメールでお申し込みください。尚、すべて長寿ポイント対象事業です。
 参加された60歳以上の杉並区民の方に、生きがい活動としてポイントシールを1ポイントさしあげています。

コミュニティふらっと方南 7月 自主事業 <トピックス>

ガムランコンサート

7月27日(日)

14:00~15:30



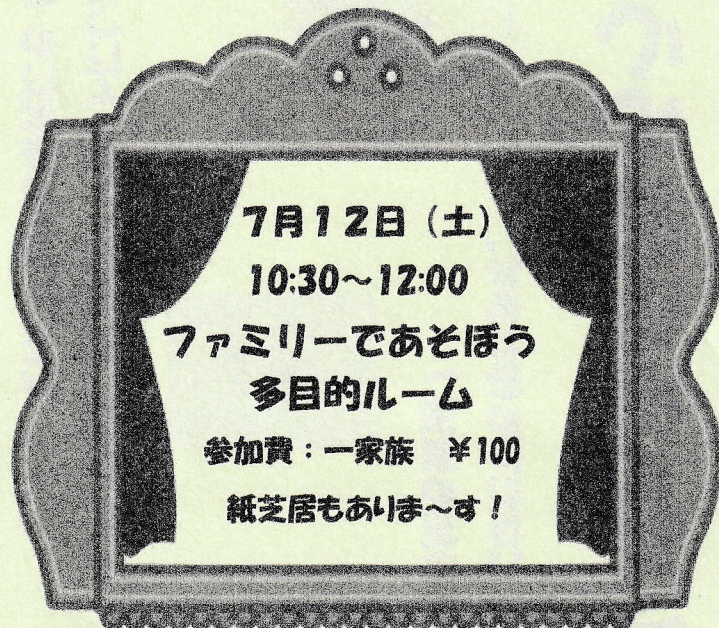
日曜 書道教室



7月・8月

9月・10月 各1回

第4日曜日 10:00~12:00



7月12日(土)

10:30~12:00

ファミリーであそぼう
多目的ルーム

参加費：一家族 ￥100

紙芝居もありま〜す！

【お申込み】 コミュニティふらっと方南 住所：杉並区方南1-27-8

<ホームページ> <https://cf-hounan.sara-project.or.jp>



受託事業者：NPO法人 さらプロジェクト

TEL: 03-3322-4225 Mail: hounan@sara-project.or.jp

<Facebook> <https://www.facebook.com/hounankan/>



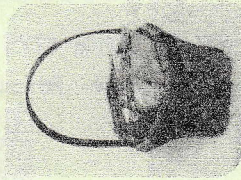
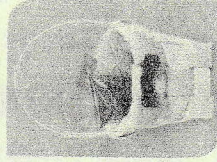
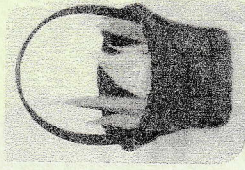
<https://www.sara-project.or.jp/>

紙バンドで

可愛いかごを作ろう！

年齢を問わず、どなたでも作れます。

親子での参加も歓迎！



ラッピングしてプレゼントにしたい、
夏休みの自由研究にも！

日時：2025年8月22日(金)10:30～12:00

場所：コミュニティふらっと方南 第3集会室
(杉並区方南1-27-8)

主な対象：小学生以上

定員：8名(要予約)

参加費：中学生以上 参加費 500円、材料費 300円

小学生 参加費 無料、材料費 300円

お申込み：TEL:03-3322-4225

E-mail：hounan@sara-project.or.jp



↑メールアドレス

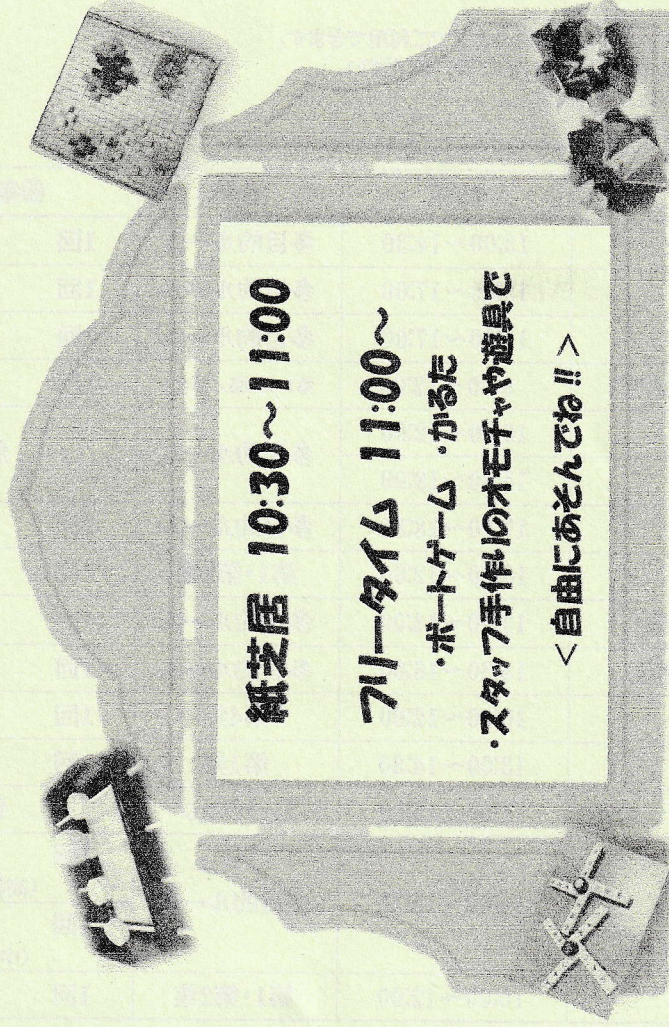
この事業は長寿応援ポイント対象事業です。参加された60歳以上の杉並区民の方に「いきがい活動」としてポイントシール1ポイント分を差し上げています。

主催 NPO 法人 さらプロジェクト

<https://www.sara-project.or.jp/> <https://www.facebook.com/hounankan/>

で

ファミリーdeあそぼう！



紙芝居 10:30～11:00

フリータイム 11:00～

- ・ボードゲーム ・かるた
- ・スタッフ手作りのおもちゃや遊具で

<自由にあそんでね!! >

日時：2025年7月12日(土)10:30～12:00

場所：コミュニティふらっと方南 多目的ルーム
(杉並区方南1-27-8)

主な対象：4歳～小学校低学年のお子様とその保護者
3歳以下のお子様もご一緒にどうぞ！

定員：30名(要予約)

参加費：一家族 100円

お申込み：TEL:03-3322-4225

E-mail：hounan@sara-project.or.jp



↑メールアドレス

この事業は長寿応援ポイント対象事業です。参加された60歳以上の杉並区民の方に「いきがい活動」としてポイントシール1ポイント分を差し上げています。

主催 NPO 法人 さらプロジェクト

<https://www.sara-project.or.jp/> <https://www.facebook.com/hounankan/>