

コミュニティふらっと方南 令和7年11月お知らせ

コミュニティふらっと方南は、小さなお子様から年配の方までのご利用ができます。
いろいろな催しの企画があります。ふらっとお立ち寄りください。

※都合により日時が変更になる場合があります。お申込みは、コミュニティふらっと方南まで！

プログラム	開催日	時間	部屋	参加費
墨絵教室	2日・9日(第1・第2日曜)	9:30~12:00	第1・第2集	1回 1,000円
映画会	3日(第1月曜)	10:00~12:00	多目的ルーム	無料
中高生 週1 自習室開放	7日・14日・21日・28日 (金曜日)	15:00~20:00	第1集or第2集	無料
ゆる体操	7日(第1金曜)	13:00~14:30	多目的ルーム	1回 800円
歌声サロン	7日(第1金曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
	17日(第3月曜)	15:30~17:00	多目的ルーム	1回 600円
ファミリー de あそぼう	8日(第2土曜)	10:30~12:00	多目的ルーム	一家族 100円 5・6年生 50円
リコーダーサロン	11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	12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	12日・26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	14日・28日(第2・第4金曜)	14:30~16:00	多目的ルーム	1回 600円
コミュニティふらっと方南 秋の文化祭	16日(第3日曜)	10:00~15:00	全館	無料
パステルアートサロン	17日(第3月曜)	13:00~14:30	第1集	1回 600円
書道教室	20日(第3木曜)	10:00~12:00	第1・第2集	1回 600円
ラウンジに花咲かせ隊	26日(第4水曜)	14:00~15:00	1Fラウンジ	無料

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。

コミふら方南、12月の予定

12月14日(日) 10:00~11:00

マヨネーズの秘密と手作りレッスン(仮題)

12月20日(土) 13:30~15:00

紙バンドで、クリスマスリースを作ってみよう

【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

TEL:03-3322-4225

<ホームページ>

<https://cf-hounan.sara-project.or.jp>

<委託事業者> NPO法人 さらプロジェクト



<メールアドレス>

Mali : hounan@sara-project.or.jp



<Facebook>

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

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



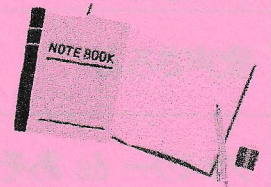
中高生の皆さん

WELCOME TO

コミュニティふらっと方南

好評開催中！

週1 自習スペース



毎週金曜日 15:00～20:00 (10/24を除く)

特別開催 11月10日・11日・12日・13日

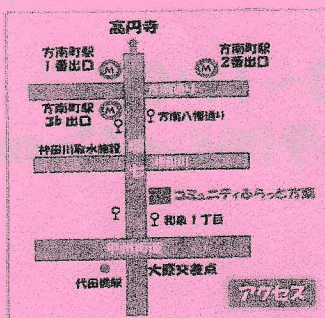
場所: コミュニティふらっと方南 第2集会室

定員: 15名程度

無料

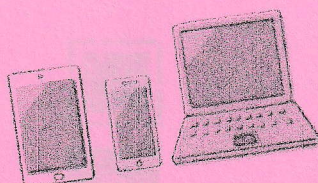
初回お申し込みの際にカードを作成します。

その後はカードを提示して、好きな時間に事前予約なしに、ご利用できます。

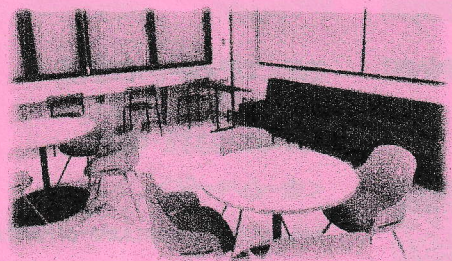


・東京メトロ丸の内線「方南町」徒歩12分
・京王線「代田橋」徒歩15分
・都営バス・京王バス「和泉一丁目」下車徒歩1分

コミュニティふらっと方南
(ドン・キホーテのすぐ近く)
杉並区方南1-27-8
TEL: 3322-4225



その他、ラウンジではいつでも
勉強したり、ネットを使ったり、
おしゃべりしたり、まったりしたり、
自由にご利用できますよ！



受託事業者 NPO法人 さらプロジェクト

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

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