



2023/4/15

ゆうゆう荻窪東館

2023年《協働事業 5月のご案内》



●詳しくは <http://risa.or.jp> ホームページで

学ぶ

学び直そう世界の歴史サロン

【中国の歴史】

『現在の中国と少数民族問題』

5月16日(火) 午後1時～3時
毎月第3火曜日・参加費600円

ITサロン

5月9日・23日(火) 午前10時～12時
毎月第2・第4火曜日・参加費600円

5月2日・16日(火) 午前10時～12時
毎月第1・第3火曜日はオンラインのみ

ロザリン先生の英語サロン

初級・中級: 5月4日・18日(木)

(初) 午後1時30分～3時

(中) 午後3時～4時30分

上級: 5月9日・23日(火)

午後3時～4時30分

参加費 どのクラスも一回2000円

日本語で外国の方々と楽しく交わる

国際交流サロン

5月20日(土) 午前10時～12時

毎月第3土曜日・参加費600円

学び直そう

中学英語サロン

5月2日(火) 午後1時30分～3時

5月27日(土) 午後1時～2時30分

毎月第1火曜日・第4土曜日

参加費600円 (別途教科書代あり)

学び直そう

高校英語サロン

5月13日(土) 午後1時～2時30分

毎月第2土曜日・参加費600円

(別途教科書代あり)

学ぶ

ドイツの名作を原語で読むサロン

ミヒャエル・エンデの

『はてしない物語』

5月6日(土) 午後1時30分～3時30分

毎月第1土曜日・参加費600円

フランスの現代文学を

原語で読むサロン

パトリック・モディアノの

『失われた時のカフェで』

5月13日・27日(土)

午後3時～5時・参加費600円

杉並ゆかりの作家を読むサロン

佐野洋子著

『ふつうがえらい』

5月16日(火) 午前10時～12時

毎月第3火曜日・参加費600円

茶道サロン(裏千家)

5月13日・27日(土)

毎月第2・第4土曜日午後2時～4時30分

参加費1回2,000円(3ヶ月前分納)

特別企画

日本フィル出張コンサート

5月28日(日) (弦楽四重奏)

午後2時開演(開場午後1時30分)

5月1日(月) から申込受付

定員30名 無料

創る

楽しくやさしい絵画サロン

5月13日・27日(土) 午前10時～12時

毎月第2・第4土曜日・参加費2,000円

集う

荻窪ほっとサロン

5月12日(金) 参加費100円

毎月第2金曜日 午前10時～11時30分

「頭の体操は声出しから」

進行役 小澤保美氏

健康

NEW

★筋肉を鍛えてフレイル予防

貯筋体操サロン

5月14日(日) 午前10時～11時30分

毎月第2日曜日・参加費600円

盆踊りサロン(西崎流)

5月7日(日) 午後1時～3時

毎月第1日曜日・参加費1,000円

手話ダンスサロン

5月9日・23日(火)

午後1時30分～3時

毎月第2・第4火曜日・参加費600円

フラダンスサロン

5月2日・16日(火)

午後3時30分～5時

毎月第1・第3火曜日・参加費600円

歌う

ウクレレ弾き語りサロン

5月7日(日) 午前10時～12時

5月20日(土) 午後1時30分～3時30分

毎月第1日曜日・第3土曜日

参加費600円

日本の歌サロン

5月14日(日) 午後1時30分～3時

毎月第2日曜日・参加費600円

英語で歌う懐かしのポップス サロン

5月6日・20日(土)

毎月第1・第3土曜日

午後4時～5時30分・参加費600円

シャンソンのサロン

5月19日(金) 午後1時30分～4時

毎月第3金曜日・参加費2000円

(別途楽譜代)

*サロンは年齢、区内在住に関係なく
どなたでも参加できます。



NPO法人シニア総合研究協会
〒167-0051 杉並区荻窪4-23-12 ゆうゆう荻窪東館
Tel&fax:03-3398-8738 E-mail:info@risa.or.jp

*これらのサロンは“長寿応援ポイント”
対象事業です

*読み聞かせサロンは募集しておりません

1	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
午前	5月の活動 スケジュール 	体操とダンス	読み聞かせサロン 脳トレ(手話)		自彊術 荻窪東町会	嚙下障害予防	
午後		体操 囲碁	中学英語サロン フラダンスサロン 編み物	輪投げ 落語/麻雀 朗読	英語サロン 絵手紙/麻雀 ブリッジ	吟詠	ドイツ名作サロン 英語で歌うポップス サロン
夜				休館	休館	休館	
	7	8	9	10	11	12	13
午前	ウクレレ 弾き語りサロン	フォークダンス リズム体操 手芸	ITサロン 絵本	三療サービス 傾聴の会	自彊術 口腔ケア	荻窪ほっと サロン 杉いき連会長会 ヘルシーサロン	絵画サロン シャドーボックス
午後	盆踊りサロン	パソコン 囲碁/吹矢	手話ダンスサロン 英語サロン 脳トレ(習字)	三療サービス ソックスの会 踊り/朗読 ストレッチ	輪投げ ブリッジ 朗読/麻雀	輪投げ	高校英語サロン フランス名作サロン 茶道サロン
夜	休館						
	14	15	16	17	18	19	20
午前	貯筋体操サロン ゆずの会役員会	体操とダンス	杉並ゆかりの 作家サロン 協和会役員会	わがまち 一番体操	事務連絡会 のため 休館	嚙下障害予防	国際交流サロン 東寿会役員会
午後	日本の歌サロン	体操/囲碁 朗読	世界史サロン フラダンスサロン 編み物/英語	輪投げ 読み聞かせ 落語/朗読	英語サロン 絵手紙/麻雀 ブリッジ	シャンソンサロン	ウクレレ弾き語りサロン 英語で歌うポップス サロン
夜	休館				スペイン語		
	21	22	23	24	25	26	27
午前	定期休館	体操とダンス フォークダンス 手芸	ITサロン	脳トレ(珠算)	自彊術	輪投げ	絵画サロン シャドーボックス
午後		輪投げ パソコン 囲碁	手話ダンスサロン 英語サロン	踊り/麻雀 ストレッチ 朗読	音楽療法 ブリッジ 朗読/手芸	リズム体操	中学英語サロン フランス名作サロン 茶道サロン
夜					フレイル予防		
	28	29	30	31			
午前	ポッチャ				<h2>5月の活動スケジュール</h2> <p>館内では3タイプの活動を実施 しています</p> <p>赤：NPO主催のサロン（協働事業） 緑：行政使用の活動（区役所行事） 黒：登録団体（一般団体利用）</p> 		
午後	特別企画 日本フィル 出張コンサート						
夜	休館						