



# 2025年5月日程表

指定管理者 公益財団法人社会教育協会  
 日野市湯沢福祉センター「ゆざわ・ここからネット」  
 〒191-0042 日野市程久保873  
 TEL042-592-4125  
 E-mail [yuzawakokokara@gmail.com](mailto:yuzawakokokara@gmail.com)



(ホームページ)

2025年4月20日発行

開所時間 AM9:00~PM4:00

日	月	火	水	木	金	土
ゆざわここからネットプログラム お休みのお知らせ 4/29(火)~5/7(水) お休みとなります				1 湯沢福祉センター開館日 ゆざわここからネットはお休み	2 湯沢福祉センター開館日 ゆざわここからネットはお休み	3 憲法記念日 休館日
4 みどりの日 休館日	5 こどもの日 休館日	6 振替休日 休館日	7 湯沢福祉センター開館日 ゆざわここからネットはお休み	8 ワンポイント体操はお休み 13:30~14:30 『写経』参加費:300円 (回数券OK)	9 10:00~11:30 手しごとの会 参加費:100円 	10 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:清水佐與子/参加費:100円 13:00~14:30 卓球を楽しむ会 参加費:100円
11 青空うたこえ広場	12 休館日	13 10:00~11:00 パソコンくらぶ 「パソコンで絵手紙」 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師:小林桂子 参加費:500円	14 湯沢福祉センター開館日 ゆざわここからネットはお休み	15 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 13:00~14:30 ウクレレ練習の日 参加費:100円 	16 10:00~11:30 手しごとの会 参加費:100円 13:30~14:30 ★歌って!ら・ら・ら♪ (色の歌特集/みどり) 講師:上田道子 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント)	17 10:00~11:00 絵手紙を楽しむ会 参加費:300円(回数券OK) 
18 ここからネット お休み	19 休館日	20 10:00~11:15 ちょっと頑張る ドキドキトレーニング 指導:佐藤文代 参加費:500円 (回数券OK・2ポイント) 	21 10:30~11:45 歩き方教室(回数券OK) 「集団行動をやってみよう」 指導:大久保杏奈 参加費:300円	22 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 13:30~14:30 『写経』参加費:300 (回数券OK)	23 10:00~11:30 手しごとの会 参加費:100円 13:00~ ここシネマ 『ボディーガード』 	24 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:清水佐與子/参加費:100円
25 ここからネット お休み	26 休館日	27 13:30~14:45 楽ゆるエクササイズ 講師:小林桂子 参加費:500円	28 11:00~13:30 喫茶「ココカフェ」 オープンスPECIAL 参加費100円が無料 誰でもサロンです お茶を飲みながら 昼のひと時を お過ごしください 	29 10:30~11:30 ワンポイント体操(回数券OK) 指導:中嶋智子 参加費:300円 13:00~14:30 ウクレレ練習の日 参加費:100円 	30 10:00~11:30 手しごとの会 参加費:100円 13:00~14:30 ★折り紙を楽しむ会 『傘』 指導:小玉典子 参加費:300円 (回数券OK) 	31 10:00~11:30 リズム体操 みんなで踊る会 講師:清水佐與子/参加費:100円

・こんな歌をうたいたいなど、ご意見をお寄せください。 ★マークの事業は申込みをお願いします。 【掲示期間：5月31日】

# 5月のお知らせ



(ホームページ)



5月30日(金)午後  
折り紙を楽しむ  
『傘』  
参加材料費:300円  
(回数券OK)  
申込み制

## 歩き方教室開催します

5月21日(水)  
10:30~11:30  
湯沢福祉センター3階ホール

歩き方を学びながら  
あの...集団行動を  
体験することができます



- ・楽しくおしゃべりができる
- ・ウクレレの練習ができる
- ・チョコッと相談ができる
- ・ボーっとできる
- ・そんなゆるいスペース
- ・誰でもサロン



喫茶『ココカフェ』がオープンします

参加費は100円 お茶/お菓子付き  
なんと!..... 5月28日(水)は  
**オープンスPECIAL 無料OK**  
時間 11:00~13:30  
お部屋「ゆざわここからネット」  
お待ちしております



**GW 連休のお知らせ**  
湯沢福祉センター/休館日  
4月29日(火)  
5月3日(土)~5月6日(火)  
ゆざわここからネット/お休み  
4月28日(日)~5月7日(火)

一緒にカフェを  
お手伝いしていただける方  
**募集中!**

LINE 公式アカウント

## 友だち募集中

@363orkee

LINEの友だち機能から、登録する方  
QRコードをスクリーンショットください

LINE 公式アカウントで  
ゆざわここからネットの  
ご案内をいたします。  
友だち登録をしてください。

## リクエスト映画会: ここシネマ

5月23日(金) 13:00~終了まで

**『ボディーガード』**

1992年 アメリカ映画 129分

監督: ミック・ジャクソン  
人気絶頂の女性シンガーと彼女を警護する敏腕のボディーガード  
のロマンティックサスペンス  
主題歌「オールウェイズ・ラヴ・ユー」はグラミー賞を受賞  
・ホイットニー・ヒューストン ・ケビンコスナー

## 歌って! ら・ら・ら♪

★色の歌特集/みどり★

日時 5月16日(金) 13:30~14:30  
講師 上田道子 (音楽療法士)  
費用 500円 (回数券2ポイント利用可)  
定員 20名 ※事前申込みをお願いします

## アロハプルメリア みらいと高幡で演奏会

3月31日(月)午後、みらいと高幡へウクレレ演奏に出かけてきました。季節の歌、ハワイアンソングなど10曲を演奏しました。お客様は15名程、春休みなので、研修生(中学生)も参加していました。約3か月練習を重ねましたが、本番は誰もが緊張しました。そんな緊張感はずてきです。「また、来てください」の言葉に安堵しました。

プルメリアは、3年半前に誕生、メンバー16名はまったく初めて、ウクレレを手にしたばかり!ドレミファから始まりました。昨年は、日野市民フェアにも参加することができました。ミリ単位で腕を上げています。これからもよろしくをお願いします。



**お知らせ 「レクリエーション吹矢」を休止いたします**  
長年楽しんできました ご参加いただいた皆さま  
ご協力いただいた皆さまありがとうございます



**地域のご案内/スマホサポート隊**  
スマホが使えない、わからないことを  
相談に来てください  
\*5月28日(水)13:00~15:00  
もぐさ団地/ふれあいサロン  
\*5月23日(金)13:30~15:00  
高幡台団地/憩い処