

西早稲田地域交流館 4月の主催事業

西早稲田地域交流館だより

2026年4月号

新宿区立西早稲田地域交流館

(指定管理者) 株式会社マミー・インターナショナル

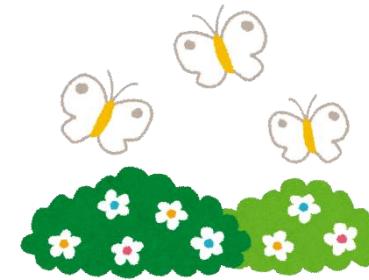
〒169-0051 新宿区西早稲田1-22-2

電話 03 (5286) 8311

X(旧Twitter) : @nisiwasedatiki



(HPはこちらから)



4月も間近、日々暖かさも増してきていますが、寒暖差で体調を崩しやすい時期でもありますので、心身などにご不安を感じられましたら、ご遠慮なさらずにお気軽にご来館、ご相談ください。
令和8年度もあらためて、よろしくお願いいたします！

『マッサージサービス』

4月22日(水) 13:00 ~ 17:00

- ・予約受付：当日朝9時より先着順(お電話可)
- ・費用：30分 / 1,000円、1時間 / 2,000円
- ・対象：60歳以上の新宿区民
- ・持ち物：フェイスタオル2枚、バスタオル1枚
個人利用証

※「個人利用証」をお持ちでない方はすぐに発行しますので、「マイナンバーカード」などの身分証明書をお持ちください

『まちなかキネマ』

4月24日(金) 13:30 ~

上映予定：『嵐が丘』

(1939年作品)

監督：ウィリアム・ワイラー
出演：ローレンス・オリヴィエ、マール・オベロン、デヴィッド・ニューヴン 他

吹雪で道に迷った男が、豪邸で一夜の宿を借りますが彼はそこで、いるはずのない女性の声を聞きます。それを聞いた館の主が取り乱したことから、彼は館の古くからの使用人に、この家にまつわる悲劇を聞くこととなりますが...
世界三大悲劇小説にも数えられる「嵐が丘」の初の映画化作品の登場です！



『健康麻雀教室(麻雀 de 脳トレ！)』

毎週月曜日 9:30 ~ 12:00

健康麻雀(健康づくり・仲間づくり・生きがいづくり)を始めませんか。

- ※ 各回22名様(事前予約制)
- ※ 人数が多い場合は、途中交代制でお願いします
- ※ お問い合わせは、交流館・窓口まで！



『健康フリー麻雀』

毎週金曜日 9:30 ~ 12:00

自由に「健康麻雀」を楽しめるよう麻雀卓をご用意しています。少し慣れてきた方も、ご友人とお誘いあわせの上で、是非ご利用ください！

- ※ 先着順でのご利用となります。混んでる場合は譲りあってご利用ください。
- ※ 部屋に余裕がある場合は午後も開放します、当日、お問い合わせください。

『ぬり絵 de 脳トレ！』

4月11・25日(土) 14:30 ~

季節などを題材としたぬり絵の時間を開催します。題材や色鉛筆はご用意していますので、手ぶらでお越しください！



『つながるサロンPOST』

4月12日(日) 10:00 ~

早稲田大学のボランティアサークルによる、世代間交流のイベント企画です。お気軽にご参加ください！

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			朝の体操時間		9:30~健康フリー麻雀 10:00~健康体操同好会 13:30~健康フリーカラオケ	12:00~グループふれあい
			14:00~すみれ会 14:30~モルックタイム	14:00~フラッチング講座		
5	6	7	8	9	10	11
朝の体操時間(日~木) 9:15~					9:30~健康フリー麻雀 10:00~健康体操同好会 11:00~出張相談	14:30~ぬり絵 de 脳トレ!
10:00~健康フリーピンポン	10:00~健康麻雀教室(麻雀 de 脳トレ!) 17:30~フリースポーツ(健康卓球)ピンポン歓迎!		14:00~すみれ会 14:30~モルックタイム	12:30~元気モリモリ体操		
12	13	14	15	16	17	18
朝の体操時間(日~木) 9:15~					9:30~健康フリー麻雀 10:00~健康体操同好会 13:30~健康フリーカラオケ	10:00~健康フリーモルック 12:00~グループふれあい
10:00~つながるサロンPOST	10:00~健康麻雀教室(麻雀 de 脳トレ!) 17:30~フリースポーツ(健康卓球)ピンポン歓迎!		14:00~すみれ会 14:30~モルックタイム			
19	20	21	22	23	24	25
朝の体操時間(日~木) 9:15~					9:30~健康フリー麻雀 10:00~健康体操同好会 13:30~まちなかキネマ 15:00~まちなか工作倶楽部(特別版)	団体利用受付開始 14:30~ぬり絵 de 脳トレ!
	10:00~健康麻雀教室(麻雀 de 脳トレ!) 15:00~まちなか工作倶楽部(特別版) 17:30~フリースポーツ(健康卓球)ピンポン歓迎!	14:00~太極拳的自分軸ライフ	13:00~マッサージサービス 14:00~すみれ会 14:30~モルックタイム	12:30~元気モリモリ体操		
26	27	28	29	30		
午前中定期清掃 ※朝の体操時間はお休みです	朝の体操時間(日~木) 9:15~		昭和の日			
	10:00~健康麻雀教室(麻雀 de 脳トレ!) 17:30~フリースポーツ(健康卓球)ピンポン歓迎!					



※「新宿いきいき体操」・「新宿ごっくん体操」のDVDを貸し出しています。ご自宅でも体操をされたい方は、受付までお申し付けください。

