

区民ひろば要 令和5年7月のカレンダー

豊島区要町1-5-1
☎03-3972-6338

	日	月	火	水	木	金	土	
日付	30	31					1	
予約開始日		8月7日 歌のひろば予約	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> ◎どなたでも参加できます ◆高齢者のためのプログラム ◇乳幼児親子のためのプログラム ●団体・自主グループ活動 </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;">  ピアッツァ ダウンロードはこちらから </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;">  </div>				7月15日 ヘアアレンジ予約	
多目1		◆腰痛講座					●要干会	
多目2								
いきいき								
会議室							広報部会	
遊戯室								
多目1		●コーロ楓					●横田会	
多目2								
いきいき								
会議室								
遊戯室								
日付	2	3	4	5	6	7	8	
予約開始日		7月10日 楽しいパズル予約		7月13日 音楽で脳トレ体操予約	7月20日 英語であそぼう予約			
多目1	◎サンサン音楽会	●コール・アダージョ	◆やわらか頭体操 ●愛委会 (ポッチャ)	◆としまる体操	◇食育講習会	●かなめ健康ヨガ教室	●要干会	
多目2						◎囲碁・将棋の日		
いきいき						◇おはなし会		
会議室		貸室抽選会	はつらつ部会		広報部会			
遊戯室								
多目1		◎歌のひろば ◆高齢者出張相談会		●コーラスフローリア			●横田会	
多目2					◆手作りサロン			
いきいき				●健康マージャン要				
会議室		●ひよこそろばん		◎創作倶楽部				
遊戯室								
日付	9	10	11	12	13	14	15	
予約開始日		7月24日 リトミック予約	7月18日 らくらく体操予約		7月20日 転倒予防体操予約	7月28日 ヘビーマッサージ予約	8月16日 乳幼児健康相談予約	
多目1		◆楽しいパズル「数独」	高齢者福祉課	◎ピンポンタイム	◇ふわふわタイム	●コーロ楓	◇ヘアアレンジ	
多目2			●愛委会 (輪投げ)					
いきいき						◆ヒヤリングフレイルチェック		
会議室		事業準備		●楽書会		役員会	●ひよこそろばん	
遊戯室								
多目1		●コーロ楓				●要町サロン	●横田会	
多目2		●ひよこそろばん			◆音楽で脳トレ体操			
いきいき				●健康マージャン要				
会議室		●カラージュ		◎創作倶楽部				
遊戯室								
日付	16	17	18	19	20	21	22	
予約開始日	7月24日 歌のひろば予約		7月31日 腰痛講座予約					
多目1		海の日 休館日 	◆らくらく体操 まちの相談室 ●太極拳の会	◆としまる体操 ◆高齢者出張相談会 ●愛委会 (ポッチャ)	◇英語であそぼう	●かなめ健康ヨガ教室	●要干会	
多目2						◎囲碁・将棋の日		
いきいき								
会議室				●水墨画の会百花				
遊戯室					◇乳幼児健康相談			
多目1					●混声合唱団エミース	◆転倒予防体操		●横田会
多目2								
いきいき					●健康マージャン要			
会議室	●タロット				◎創作倶楽部			
遊戯室								
日付	23	24	25	26	27	28	29	
予約開始日			8月1日 やわらか頭体操予約					
多目1		◇リトミック	●愛委会 (輪投げ)	◎ピンポンタイム	◇ころころタイム	●太極拳&ストレッチ		
多目2			●太極拳の会					
いきいき								
会議室		●ひよこそろばん				◇ヘビーマッサージ ◇身体測定		
遊戯室						●要町サロン		
多目1		◎歌のひろば ◎暮らしのなんでも相談会	区民ミーティング社協	●混声合唱団エミース	高齢者福祉課			
多目2								
いきいき		●コーロ楓		●健康マージャン要				
会議室			◎なつかし昭和のめり絵サロン	◎創作倶楽部		●水墨画の会百花		
遊戯室								