4月のお知らせ

区民ひろば 要

〒171-0043 豊島区要町1-5-1 電話03-3972-6338

区民ひろば × SDGs

◆やわらか頭体操

4月より予約不要

になります!

◆音楽で脳トレ体操

区民ひろば要はみんなで作り上げていく「ひろば」です! 「元気な地域の拠点!」を目指します



ふわふわタイム と ころころタイムが 合同になりました!

わくわく春のおはなし会と 4月生まれのお誕生会♪

4月25日(木)

時間:11時~11時40分 出演:おはなしこんぺいとう 定員:15組 ※区民優先 対象:未就学児親子

予約:4月10日(水)9時15分より

毎月のふわころタイムの中でおこないます

14 A

行います

予約制に なりました



「お誕生日おめでとう@ひろば要」は

◇乳幼児親子のための子育てプログラム



※区外の方は実施日の前日より予約受付いたします

4月1日より 個人利用証の更新を

ご登録内容に変更がないか窓口にて

皆さまのご協力をお願いいたします

確認させていただきます

					The state of the s			
事業名	日程	時間	定員	予約開始	内容			
おはなしぱたぽん	7(日)	11時~11時30分	15組	予約不要	読み手:大島あつ子氏 手遊び・パネルシアターなど			
リトミック	15(月) 28(日)	①10時30分~11時 ②11時15分~11時45分	各 15組	4月3日(水) 9時15分より	講師:砂川美咲氏 対象:6カ月以上 区民優先 ★いずれか1回の参加でお願いします			
乳幼児健康相談	17(水)	①10時~ ②10時30分~ ③11時~	各 6組	3月15日(金) 9時15分より	身体測定・相談 主催:長崎健康相談所 ★母子手帳とパスタオルをお持ちください			
英語であそぼう	18(木)	①10時30分~11時 ②11時15分~11時45分	各 15組	4月4日(木) 9時15分より	講師:鈴木明佳氏 対象:6カ月以上 区民優先			
ベビーマッサージ	26(金)	10時30分~11時	12組	4月12日(金) 9時15分より	講師:丸山充世氏 対象:2ヵ月から10ヵ月 区民優先 ★ベビーオイルとバスタオルをお持ちください			
身体測定	26(金)	11時~11時30分	なし	予約不要	身長・体重を測ります ★バスタオルをお持ちください			











やわらか頭体操	2(火)	10時30分~11時30分	なし	予約不要	脳トレ脳活にチャレンジ 区民優先 主催:運営協議会はつらつ部会
としまる体操	3·17 (水)	10時30分~11時15分	なし	予約不要	豊島区の介護予防体操
楽しいパズル「数独」	8(月)	10時30分~11時30分	24名	4月2日(火) 9時15分より	数独を楽しみましょう 区民優先 主催:運営協議会はつらつ部会
音楽で脳トレ体操	11(木)	14時~15時	なし	予約不要	音楽に合わせてイス体操を楽しみましょう 区民優先
転倒予防体操	18(木)	14時~15時	30名	4月11日(木) 9時15分より	講師:帝京平成大学作業療法学科教授 菊池和美氏 ★タオル・筆記用具をお持ちください 区民優先
なつかし昭和のぬり絵サロン	23(火)	14時~15時30分	なし	予約不要	思い出の童謡を聴きながら、ぬり絵を楽しみましょう

○ どなたでも参加できる交流プログラム







100



歌のひろば	1·15 (月)	14時~15時	なし	予約不要	カラオケの曲に合わせてみなさんで一緒に歌いましょう
ピンポンタイム	10.24	9時30分~11時30分	なし	予約不要	卓球を楽しみましょう(2台使用)
創作倶楽部	毎週(水)	14時~16時	なし	予約不要	折り紙などを楽しみます 持ち物:折り紙
朝の体操	月~土	9時15分~9時45分	なし	予約不要	講師:伊藤治子氏 太極拳24式 練功18法
ラジオ体操	月~土	13時15分~13時30分	なし	予約不要	ラジオ体操第一・第二
囲碁·将棋	月~日	10時~16時	なし	予約不要	囲碁将棋のご用意があります お仲間とおいでください(各2台)

◇ ◆ ○ お気軽にどうそ! 相談プログラム



CSW(コミュニティソーシャルワーカー)が各種相談をお受けします 主催:豊島区民社会福祉協議会

100

暮らしの何でも相談会

25(木) 11時~11時40分

区民ひろば要 令和6年4月のカレンダー

豊島区要町1-5-1 ☎03-3972-6338

		בייטייב		The same of the sa	ひかしつつ		AU3-3972-6338			
_	日付		月	火	水	木	金	土		
-	予約	-2£		4/8楽しいパズル	3 1 4/15·28	1 4月18日	1 5	6		
_	開始日			「数独」予約	リトミック予約	英語であそぼう予約				
	多目1		●コール・アダージョ	◆われこれ両体機	▲レ! ±ス/★掲	●愛要会(輪投げ)	60 A. 4. 4 (A Mark - 12 b)	●要千会		
-	多目2	-	参コール・アターショ	◆やわらか頭体操	◆としまる体操		参かなめ健康ヨガ教室	第2子育てひろ		
干前	いきいき	令和6年度	貸室抽選会							
	会議室	スタート!		はつらつ部会						
	遊戲室	今年度も よろしくお願い	THE POST OF THE PO							
_	多目1	いたします			⊕ コーラス・フローリア			※要千会		
牛	多目2	24.4	◎歌のひろば		- JA JU J					
後	いきいき	and the second			金伸車フンジャン画		-6	第2子育てひろは		
	会議室	Cont. State			●健康マージャン要		※ シルバーマージャン教室			
	遊戲室				◎創作倶楽部					
-	日付		8	9	10	71	75			
	予約		-	- 9	10 4月25日	4月18日	12 4月26日	13		
	開始日				ふわころタイム予約	転倒予防体操予約	ベビーマッサージ予約			
	多目1		◆楽しいパズル		@レン・サン・カノ1	●愛要会(輪投げ)	00 de 15 00 0 7 1 1 7	●要千会		
午前	多目2	おはなしぱたぽん	「数独」		©ピンポンタイム		●太極拳&ストレッチ ┃	第2子育てひろは		
	いきいき						●太極拳長崎			
	会議室		はつらつ部会(数独)		参楽書会		S ALET DOS			
	遊戲室		2 - 41 - 37247							
-	多目1		②コーロ根				●要町サロン	※ ボナム		
	多目2	第2子育てひろば	*ひよこそろばん		⇒混声合唱団エミーズ	◆音楽で脳トレ体操	● 安町 リロノ	●要千会		
	いきいき	732 J H CO JIG	#U&C C 718/0		# ### SV. S DE		40.	第2子育てひろは		
	会議室		#D= 32-	學唱友会	●健康マージャン要		響シルバーマージャン教室	mana mana mana mana mana mana mana mana		
	遊戯室		⊚コラージュ		◎創作倶楽部					
-	日付	1 /	15							
	予約	14	15 5月15日	16	17	18	19	20		
	開始日		乳幼児健康相談予約							
午前	多目1		うリトミック			◇英語であそぼう		参横田会		
	多目2	第2子育てひろば			◆としまる体操	●愛要会(ボッチャ)	参かなめ健康ヨガ教室	第2子育てひろは		
	いきいき					**************************************	●□─□楓	352] FI CO 316		
	会議室			●水墨画の会百花			役員会			
	遊戲室	Ant		・ 八室回の云口10	乳幼児健康相談		1又貝云			
	多目1							- 146 era A		
Ŧ	多目2	第2子育てひろば	◎歌のひろば		参コーラス・フローリア	◆転倒予防体操		●横田会		
十後	いきいき	/ 第2丁門 (いつは						第2子育てひろは		
_	-				●健康マージャン要		参シルバーマージャン教室			
	会議室		●ひよこそろばん		◎創作俱楽部					
1	遊戲室									
	予約	21	22	23	24	25	26	27		
	開始日									
	多目1						●愛要会(ボッチャ)	●横田会		
	多目2	第2子育てひろば	●コール・アダージョ		◎ピンポンタイム	ふわころタイム 暮らしの何でも相談会				
干	いきいき	25 1 H CO 218					○ ベビーマッサージ ・ 身体測定	第2子育てひろは		
3	会議室						●太極拳長崎			
	遊戲室		*							
			A '-							
午後	多目1	W 0 77 **	●コーロ楓				◎要町サロン	◎横田会		
	多目2	第2子育てひろば						第2子育てひろは		
	いきいき			●唱友会	●健康マージャン要		響シルバーマージャン教室			
	会議室	●タロット	●ひよこそろばん	◆なつかし昭和のぬり絵サロン	②創作倶楽部	参ひよこそろばん	●水墨画の会百花			
	遊戲室					Authorize del management				
		28	29	30		***************************************				
	日付									
	予約			5月14日						
	予約 開始日	1111		5月14日 かるがも予約	@ L"+++-+++	02244	WATER	※令和6年3月6日現在の予定です		
	予約 開始日 多目1	リトミック			◎どなたでも参加					
	予約 開始日 多目1 多目2	リトミック 第2子育てひろば		かるがも予約	◆高齢者のための	Dプログラム	※事業の予定は都合			
	予約 開始日 多目1	The second second second		かるがも予約	◆高齢者のための○乳幼児親子のが	0プログラム こめのプログラム	※事業の予定は都合 ことが あります	により変更する		
	予約 開始日 多目1 多目2	The second second second	昭和の日	かるがも予約	◆高齢者のための	0プログラム こめのプログラム	※事業の予定は都合 ことがあります ※事業の予約は豊島	により変更する		
	予約 開始日 多目1 多目2 いきいき	The second second second	昭和の日 休館日	かるがも予約	◆高齢者のための○乳幼児親子のが	0プログラム こめのプログラム	※事業の予定は都合 ことが あります	により変更する		
	予約 開始日 多目1 多目2 いきいき 会議室	The second second second	昭和の日 休館日	かるがも予約	◆高齢者のための ◇乳幼児親子のが ◎団体・自主グル	0プログラム こめのプログラム	※事業の予定は都合 ことがあります ※事業の予約は豊島	により変更する		
TÚ .	予約 開始日 多目1 多目2 いきいき 会議室 遊載室	The second second second		かるがも予約	◆高齢者のための○乳幼児親子のが	0プログラム こめのプログラム	※事業の予定は都合 ことがあります ※事業の予約は豊島	により変更する		
Ħ	予約 開始日 多目1 多目2 いきいき 会鵬室 遊戯室 多目1 多目2	第2子育てひろば	休館日	かるがも予約	◆高齢者のための ◇乳幼児親子のが ◎団体・自主グル	Dプログラム Eめのプログラム 一プ活動	※事業の予定は都合 ことが あります ※事業の予約は豊島 となります	により変更する 区民の方が優先		
Ħ	予約 開始日 多目1 多目2 いきいき 会鵬室 遊戯室 多目1	第2子育てひろば		かるがも予約	◆高齢者のための ◇乳幼児親子のが ◎団体・自主グル	Dプログラム Eめのプログラム 一プ活動	※事業の予定は都合 ことが あります ※事業の予約は豊島 となります	により変更する		