

※予約が必要なプログラムは
9時15分から受け付けます
※区民優先です。区民以外の方は実施
日の前日より予約受付いたします



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。小学生が遊べる部屋もあります！

募集！

年男年女

昭和5年・昭和17年・昭和29年
昭和41年・昭和53年
平成2年(1990)・平成14年(2002)
平成26年(2014)生まれの午年の
皆さまに豆まきをしていただきます
締め切り:12月26日(木)
職員までお声がけください。

節分のつどい

1月
予告

楽しい落語で大笑い♪のあとは
年男・年女による豆まきで福を呼び込もう
1月31日(土)10時から11時
第一部:落語 出演:三遊亭萬都氏
第二部:年男年女の皆さんの豆まき
定員:80名
対象:どなたでも
予約:1月16日(金)から
主催:運営協議会わくわく部会

クリスマス会

みんなで楽しもう

クリスマスコンサート
12月10日(水)

10時30分から11時15分
講師:山崎拓未氏と歌のお姉さん
定員:40組(区民優先)
対象:未就学児親子
予約:11月26日(水)から
主催:運営協議会にこにこ部会

新春熊手づくり

商売繁盛・開運招福を願う

熊手を作りましょう

12月22日(月)

10時30分から11時30分

定員:10名(区民優先)

対象:どなたでも

予約:12月8日(月)から

参加費:700円

主催:運営協議会わくわく部会

要 クリスマスマルシェ

クリスマスを楽しみましょう♪

12月20日(土)

ランチ販売:11時から13時30分

予約不要

物品販売:10時から15時

ワークショップ:小学生から高齢者まで楽しめます

(各ブース有料・詳細はチラシ参照)

対象:どなたでも

つなが・つながるひろばのWA!

ひろばを巡ってスタンプ ポン!

11月1日(土)から12月26日(金)

すべての区民ひろばでスタンプラリー

を開催!

スタンプを押して景品をもらおう!

乳幼児親子のための子育てプログラム

※ 区民ひろばにお越しの際は水分補給できるものをお持ちください

事業名	日程	時間	定員	予約開始	内容
おはなしぱたぼん	14(日)	11時から11時30分	なし	予約不要	読み手:大島あつ子氏 パネルシアター・手遊びなど
リトミック	15(月)	①10時30分から11時 ②11時15分から11時45分	各 15組	12月3日(水) 9時15分から	講師:畠山万里氏 対象:6カ月以上 区民優先 ※こども1人に大人1人以上の参加をお願いします
乳幼児健康相談	17(水)	①10時から ②10時30分から ③11時から	各 6組	事前予約(前月の15日) 身体測定・相談	★母子手帳とバスタオルをお持ちください
ベビーマッサージ	19(金)	10時30分から11時	12組	12月5日(金) 9時15分から	講師:丸山充世氏 対象:2カ月から10カ月 区民優先 ★バスタオル、オイル(必要方)をお持ちください
身体測定	19(金)	11時から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
英語であそぼう	21(日)	①10時30分から11時 ②11時15分から11時45分	各 15組	12月7日(日) 9時15分から	講師:鈴木明佳氏 対象:6カ月以上 区民優先
ふわころタイム	25(木)	11時から11時30分	15組	12月10日(水) 9時15分から	絵馬を作ります *12月生まれのお友だちのお誕生をお祝いします

高齢者のためのいきいきプログラム (65歳以上対象)

やわらか頭体操	2(火)	10時30分から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
楽しいナンプレ	8(月)	10時30分から11時30分	30名	12月2日(火) 9時15分から	ナンプレを楽しみましょう 区民優先 主催:運営協議会はつらつ部会

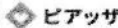
どなたでも参加できる交流プログラム

歌のひろば	1・15 (月)	14時から15時	なし	予約不要	カラオケの曲に合わせてみなさんと一緒に歌いましょう
としまる体操	3・17 (水)	10時30分から11時15分	なし	予約不要	豊島区の介護予防体操
ソフマップ スマホ個別相談会	4・25 (木)	①10時から10時30分 ②10時30分から11時 ③11時から11時30分 ④11時30分から12時	各 3名	11月27日(木) 9時15分から	スマホ操作を教わりましょう 主催:ソフマップ 持ち物:スマートフォン ※両日で1人1枠とさせていただきます
ピンポンタイム	10・24 (水)	9時30分から11時30分	なし	予約不要	卓球を楽しみましょう(2台使用)
らくらく♪いす体操	16(火)	10時30分から11時30分	30名	予約不要	いす体操や歌いながらの運動でリフレッシュ!
転倒予防体操	18(木)	14時から15時	30名	12月11日(木) 9時15分から	講師:帝京平成大学作業療法学科教授 菊池和美氏 ★フェイスタオル・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時から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
創作倶楽部	毎週(水)	14時から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	月から土	9時15分から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	月から土	13時15分から13時30分	なし	予約不要	ラジオ体操第一・第二
囲碁・将棋	月から日	10時から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)

お気軽にどうぞ! 相談プログラム

暮らしの何でも相談会	10(水)	10時30分から11時30分	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		
まちの相談室	17(水)	11時から11時40分	フレイル予防・介護予防の専門家が巡回します。 主催:高齢者福祉課		

区民ひろば要 令和7年12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		1	2	3	4	5	6
予 約 開始日			12/8 楽しいナンプレ	12/15 リトミック		12/19 ベビーマッサージ	
午前		貸室抽選会 ●コールアダージョ(要)	やわらか頭体操	としまる体操	スマホ個別相談会 ●愛要会(輪投げ)	●太極拳&ストレッチ掲式 ●かなめ健康ヨガ教室	第2子育てひろば ●横田会
午後		歌のひろば	●カラオケ唱友会	創作倶楽部 ●混声合唱団エミーズ要 ●健康マージャン要		●シルバーマージャン教室	第2子育てひろば ●要千会
日付	7	8	9	10	11	12	13
予 約 開始日	12/21 英語であそぼう	12/22 テノールコン サート 12/22 わくわくサロン②		12/25 ふわころタイム	12/18 転倒予防体操		
午前	第2子育てひろば ●千川そろばんサークル	楽しいナンプレ	●太極拳の会 ●水墨画の会百花	クリスマス会 ピンポンタイム ●楽書会	●愛要会(ポッチャ) ●要ウクレレクラブ	●かなめ健康ヨガ教室 ●コーロ楓	第2子育てひろば ●要千会 ●ギターサークルコモエスタ要
午後	第2子育てひろば ●千川そろばんサークル	●コーロ楓 ●コラージュ	●カラオケ唱友会	創作倶楽部 ●健康マージャン要		●要町サロン ●シルバーマージャン教室 ●水墨画の会百花	第2子育てひろば ●要千会
日付	14	15	16	17	18	19	20
予 約 開始日							
午前	第2子育てひろば おはなしばたぼん 14(日)	リトミック ●愛要会(輪投げ)	らくらくふいす体操	としまる体操 まちの相談室 乳幼児健康相談	●太極拳24式	ベビーマッサージ 身体測定 ●太極拳長崎	第2子育てひろば クリスマスマルシェ
午後	第2子育てひろば ●タロット&星読み 21	歌のひろば	●カラオケ唱友会	創作倶楽部 ●健康マージャン要	転倒予防体操 城西高等学校コンサート	●シルバーマージャン教室	第2子育てひろば クリスマスマルシェ
日付	21	22	23	24	25	26	27
予 約 開始日				1/13 かるがも	1/15 英語であそぼう		
午前	第2子育てひろば 英語であそぼう	わくわくサロン② テノールコンサート ●やなぎ短歌会		ピンポンタイム	ふわころタイム スマホ個別相談会 ●愛要会(ポッチャ) ●要ウクレレクラブ		第2子育てひろば ●横田会 ●ギターサークルコモエスタ要
午後	第2子育てひろば	●コーロ楓 ●カラオケ唱友会	なつかし昭和の ぬり絵サロン	創作倶楽部 ●健康マージャン要		●要町サロン ●シルバーマージャン教室	第2子育てひろば ●横田会
日付	28	29	30	31	●団体・自主グループ活動 地域SNS「ピアッザ」でも区民ひろばのイベント情報を発信しています アプリのダウンロードはこちらのQRコードから * 豊島区エリアを選択すると区民ひろばや豊島区の情報も 見られます   ピアッザ ※令和7年11月 5日現在の予定です ※事業の予定は都合により変更することがあります ※事業の予約は豊島区民の方が優先となります 		
予 約 開始日	休館日	休館日	休館日	休館日			
午前	【年末年始休館日のお知らせ】 令和7年12月28日(日)から 令和8年1月4日(日)まで お良みな 迎えい えおさ くだま さい 						
午後							

【開館時間】

午前9時から午後5時

【年末年始の休館日】

12月28日(日)から1月4日(日)

○館内では安全面と衛生面を考慮し、大人の方に靴下の着用をお願いしています

○車いすの短期貸し出しをしています(65歳以上)

○使用済みの蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・乾電池(ボタン電池・充電式を除く)の
回収BOXを設置しています(1階フロア 階段右奥)