

開館時間 9:00から17:00 休館日: 祝日・年末年始

		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
2F	午前	◆…主催事業 無印…サークル 3月20日現在	貸室受付	東部クラブ				◆小・中学生 スペース
	午後		美文字					
3F	午前		シニアエアロ清和		男性ストレッチ	絵手紙和の会	ヨーガの会	ベリーの会
	午後			花泉歌謡会	版画サークル	◆アコーディオン DE歌おう	◆としまる チャレンジ!	
		7	8	9	10	11	12	13
2F	午前		愛信会		◆おぶせ先生と 脳トレタイム	マウナレオヨシコ	クラフトバンド	◆小・中学生 スペース
	午後				すがも 児童合唱団			
3F	午前		◆音楽で 脳トレ体操	レクダンス清和	男性ストレッチ	中仙道サロン	区高連第一 ブロック	アゼリア
	午後	基友会		◆声の出し方 トレーニング	◆元気はつらつ 男性カラオケ	◆としまる チャレンジ!		
		14	15	16	17	18	19	20
2F	午前		愛信会	東部クラブ		やよい会		◆小・中学生 スペース
	午後	悠々会	美文字	輪おどりの会	版画サークル			
3F	午前		シニアエアロ清和		◆貯筋運動	せいわモルック	ヨーガの会	◆小・中学生 スペース
	午後	基友会		花泉歌謡会	すがも 児童合唱団	サークルカラオケ		
		21	22	23	24	25	26	27
2F	午前		愛信会	ひいらぎ会	◆おぶせ先生と 脳トレタイム	中仙道サロン	クラフトバンド	
	午後	巣鴨朋友会	◆せいわポッチャ		巣鴨朗読の会	川柳サークル		
3F	午前	すがも 児童合唱団		レクダンス清和	男性ストレッチ	マウナレオヨシコ		アゼリア
	午後	基友会		◆音楽ケア体操	◆元気はつらつ すがも児童合唱団	サークルカラオケ		
		28	29	30	* 使用済みのプリンターインクカートリッジ・電池・蛍光灯・ 小型家電(携帯電話可)の回収箱を玄関に設置しています。 * 車いすの短期貸出をしています。 * 廃食油回収…22日(月)9:00から12:30 * 安全と衛生上、館内では靴下の着用をお願い致します。 * <b>マイボトル</b> をご持参ください。			
2F	午前	休館日 (昭和の日)		東部クラブ				
	午後							
3F	午前							
	午後			悠々会				



### 高齢者出張相談

24日(水)2:30~  
高齢者総合相談センター/菊かおる園

### CSW暮らしの何でも相談会

24日(水)2:30~  
主催:豊島区民社会福祉協議会

### まちの相談室

11日(木)2:00~  
主催:豊島区高齢者福祉課

### せいわモルック

18日(木) 10:30~11:30

定員:先着15名

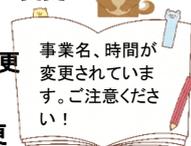
申込:3/28(木)~

初めての方も大歓迎!



新年度(令和6年度)の事業登録にご協力いただきありがとうございました。  
変更点をご確認ください。

- ・楽しく脳トレいちにちいっぽ  
第2・4水曜日 10:00~11:00 は  
→ おぶせ先生と脳トレタイム  
第2・4水曜日 10:30~11:30 に変更
- ・貯筋運動  
第1・3水曜日 10:00~11:00 は  
→ 貯筋運動  
第1・3水曜日 10:30~11:30 に変更
- ・せいわでチャレンジ! は  
→ としまるチャレンジ! に変更
- ・午前のひととき は  
→ 音楽で脳トレ体操 に変更



### 4月 ひろば主催事業

おぶせ先生と脳トレタイム  
講師:小布施由恵氏  
10日(水)、24日(水)10:30~ **50**

音楽で脳トレ体操  
8日(月) 10:30~11:15

アコーディオンDE歌おう  
講師:鈴木節子氏  
4日(木) 1:30~2:30

としまるチャレンジ!  
5日(金)、11日(木)、30日(火) **50**  
1:30~2:15

### 音楽ケア体操

講師:牧田さとみ氏  
23日(火)1:30~  
定員:20名  
申込:2日~  
持物:飲み物、タオル **50**

4月1日より  
利用証の更新があります。  
ご協力ください  
ますようお願いいたします。

# 2024年 4月 区民ひろば清和第二

開館時間：9:00から17:00

休館日：祝日・年末年始

区民ひろばは靴を脱いで利用する施設です靴下の着用をお願いします



HP

〒260-0112 千葉県千葉市中央区 栄町3-13-12 ☎ 5961-5756

		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
2F	午前		貸室受付					
	午後							
3F	午前				◆さくらんぼ(水)			
	午後							
		7	8	9	10	11	12	13
2F	午前			◆ふわふわベターン(突)				
	午後			マウスの会(1)				
3F	午前		◆ミニミニアスレ(水)	おはよう(水) ぼけっと(2)	◆えいごでえほん(水)			
	午後				わくわく(水)		のびのび(水)	
		14	15	16	17	18	19	20
2F	午前			白場卒対アルバム(1)				
	午後							北大塚1丁目 睦町会(1)
3F	午前			◆ベビーマッサージ(水)	◆フィットリトミック(水)	◆4月の誕生会(水)	◆よちよちランド(水)	
	午後				わくわく(水)		のびのび(水)	
		21	22	23	24	25	26	27
2F	午前			白場卒対アルバム(1)	ぼけっと(1)		◆りぶりんと(突)	
	午後			マウスの会(1)				
3F	午前			◆MFTを 知ろう(水)		◆ミニミニアスレ(水)		
	午後				わくわく(水)		のびのび(水)	
		28	29	30	<p>3月18日現在</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* (1)→サークル1</li> <li>(2)→サークル2</li> <li>(水)→ホール</li> <li>* ◆→ひろば主催</li> <li>無し→自主サークル</li> </ul>			
2F	午前	祝日 昭和の日	白場卒対アルバム(1)					
	午後							
3F	午前	おはよう(水)						
	午後							

## のりものランド

9:00から16:50

マークの時のりものが出ています  
※行事やサークルで中止になる場合もあります

## ミニミニアスレチック

8日(月)・25日(木) 9:30から14:00

## ふわふわベターン

9日(火) 11:00から11:30

「ザ・キッズ」による絵本の読み聞かせ

## りぶりんと

26日(金) 11:30から12:00

「りぶりんととしま」による絵本の読み聞かせ

※上記の事業はお申込みはいいません 直接ひろばへ来てね

事業の参加は区民優先 事前申込制です(可)

※区外の方は 申込開始日より 1週間後から申込可

## さくらんぼ

3日(水) 10:40から12:00

民生児童委員によるプログラム  
今月は「親子エクササイズ」  
対象：乳幼児と保護者  
申込み：3月19日(火)から 先着 18組

## えいごでえほん

10日(水) 11:00から11:30

講師：吉村 京花 氏  
対象：乳幼児と保護者  
申込み：3月27日(水)から 先着 15組

## よちよちランド

19日(金) 11:00から11:30

今月は「ひろばで こんにちは！」  
対象：0才と保護者  
申込み：4月5日(金)から 先着 15組

## ベビーマッサージ

16日(火) 10:30から11:30

講師：中野 沙織 氏  
対象：2か月からハイハイまでの赤ちゃんと保護者  
持ち物：バスタオル・飲み物  
申込み：4月2日(火)から 先着 10組

## おぶちゃん先生とフィットリトミック

17日(水) 10:30から11:30

体操をしながら楽しく身体を動かしましょう♪

講師：小布施 由恵 氏  
対象：8か月から未就園までの乳幼児と保護者  
申込み：4月3日(水)から 先着 15組

## 4月生まれの誕生会

18日(木) 10:30から11:30

みんなでお誕生日をお祝いしよう♪  
お誕生会と中央図書館の読み聞かせ  
対象：乳幼児の親子どなたでも  
※お誕生日の方は申込みが必要です  
(4月生まれとハーフBD令和5年10月生まれ)  
申込み：4月4日(木)から

低年齢からはじめるムシ歯予防！

## 口腔筋機能療法(MFT)を知ろう

23日(火) 10:30から11:30

おくちぼかんとは？お口まわりの筋肉の働きについて世界最新の情報をお届けします  
講師：銀座キッズデンタルパーク 後藤 真由子 氏  
対象：乳幼児と保護者(※保育はありません)  
申込み：4月9日(火)から 先着 15組