

# 令和6年4月区民ひろば池袋カレンダー

開館時間：9：00～17：00 休館日：祝日・年末年始



区民ひろば池袋  
豊島区池袋4-21-10  
TEL 3982-9658  
FAX 3982-9659

## 新事業

### ◆おぶちゃんの筋力アップ体操

●15日(月) 1時30分～2時30分

対象：65歳以上の方

定員：30名 先着順

申込：3/29(金)～

持ち物：タオル・飲み物

講師：小布施 由恵氏

今年度から始まる体操です。

とても素敵な女性講師によるエクササイズ。

音楽に合わせて楽しく無理なく運動します。



### ◆小学生のホール開放

水曜日 土曜日 日曜日

2時～5時

その他の曜日 4時～5時

### ◆線路をつなげて電車で遊ぼう

7日(日) 10時～12時

20日(土) 1時～4時

対象：乳幼児親子・小学生対象

電車好きな子集まれ。

## お知らせ

### ◎ 区民ひろば利用証

#### 更新手続きのお願い

4月1日(月)以降、お早めに

更新手続きをしていただきますよう

ご協力をお願いいたします。

また、**新規**の方は住所の確認が

できるものをご持参ください。

### ◆こあらタイム

17日(水) 10時30分～11時

対象：お誕生から1歳の誕生日まで

定員：15組

申込：受付中



### ◆なかよしタイム

12日(金) 10時30分～11時10分

対象：1歳の誕生日後から就園前まで

定員：20組

申込：受付中



### 0歳児集まれ！

赤ちゃん向けのふれあいあそびと1歳の誕生会をします。

4月は、「こあらタイムようこそ！」

～ふれあいあそびをたのしもう～

### 1歳をすぎたら・・・

こあらを卒業したらなかよしタイムでいっしょにあそびましょう。

4月は、「春だ！みんなでいっぱいあそぼう」

～親子でしっぽとりゲーム～

	事業名	日程	時間	内容	定員	申込み 9時～電話可
65歳以上	ミュージック体操	9日(火)	2:00～3:00	音楽に合わせて、振付を覚えて体を動かします 講師：小倉あけみ氏	なし ※申込制	3/26(火)
	わくわく脳トレ	16日(火) 30日(火)	1:30～2:30	ゲームや脳トレを楽しみ認知症予防！	各日20名	4/3(水) 4/15(月)
	いけよん出前相談	8日(月)	2:20～3:20	日常の困りごとに関する相談 主催：高齢者福祉課	なし	不要
子育て	のりものタイム	毎週(金)	1:00～4:00	ホールで乗り物おもちゃで遊べます	なし	不要
	おはなし会	6日(土) 10日(水)	11:00～11:20	6日くまの子 10日図書館	なし	不要
	ベビーマッサージ	6日(土)	10:30～11:30	講師：古城恵子氏 対象：生後8か月位まで	12組	受付中
	教えて！赤ちゃんのごはん	24日(水)	10:30～11:30	対象：1歳6か月までのお子さんと保護者 離乳食で困っていることやすすめ方について	12組	4/3(水)
	絵本とトリミクの贈り物	26日(金)	10:30～11:00 11:15～11:45	対象：10:30～1歳から1歳5か月まで 11:15～1歳6か月以上 講師：伊庭まゆみ・阿部寿子氏	各回15組	4/12(金)
交流	ラジオ体操	毎日	9:30～9:40	ラジオ体操第一・第二	なし	不要
	ひろばカフェ	毎週(火)	10:00～3:00	スマホやタブレットの教室・個別相談 カフェ(パンの販売もあります)	なし	不要
	モルック	8日(月) 22日(月)	1:30～2:30	フィンランド発祥のスポーツです シンプルなルールで誰でも楽しく遊べます	各日20名	3/25(月) 4/8(月)
	ホビータ임	8日(月) 18日(木) 23日(火)	9:45～11:00	おしゃべりをしながら手作りを楽しみましょう	各日10名	3/25(月)
	みんなdeうたおう	18日(木)	1:30～2:30	カラオケの曲に合わせてみんなでうたいましょう	16名	4/9(火)
	健康増進カラオケ	26日(金)	1:30～3:30	カラオケを楽しみながら交流しましょう	10名	4/12(金)
	暮らしの何でも相談会	15日(月)	12:30～1:30	コミュニティソーシャルワーカーが相談をお受けします 主催：豊島区民社会福祉協議会	なし	不要
運営協議会	しいの樹フレイル予防体操	12日(金)	2:00～3:00	としまる体操を行います 対象：65歳以上	15名	3/29(金)
	役員会	16日(火)	10:00～11:00	区民ひろば池袋運営協議会の役員会		

※事業は変更・中止になる場合があります。ご理解いただきますようご協力をお願いします。

# 区民ひろば池袋4月カレンダー



TEL 3982-9658  
FAX 3982-9659

		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
午前	ホール		フラワークラブ			いけよん卓球クラブ		T・Tサークル
	教養①		貸室抽選	貸室抽選	池袋ヨーガの会	フレッシュ体操		★ベビーマッサージ
	教養②					千花会		すみれ会
	その他							★おはなし会 (くまの子)
午後	ホール				★小学生のホール開放		★のりものタイム	★小学生のホール開放
	教養①		和の会					はなみずき
	教養②			いきいき麻雀		クローバー		★小学生のスペース
	その他							
		7	8	9	10	11	12	13
午前	ホール		フラワークラブ	サロンジャズミン		いけよん卓球クラブ	★なかよしタイム	
	教養①	★線路をつなげて電車で遊ぼう!			池袋ヨーガの会	フレッシュ体操		ホリデーピラティス
	教養②	★小学生のスペース	★ホビータイム					すみれ会
	その他				★おはなし会 (図書館)			
午後	ホール	★小学生のホール開放		★ミュージック体操	★小学生のホール開放	T・Tサークル	★のりものタイム	イーグルジュニア ★小学生のホール開放
	教養①		★モルック			ひばりの会	☆しいの樹フレイル予防体操	はなみずき
	教養②	★小学生のスペース		いきいき麻雀	クローバー			
	その他		★いけよん出前相談					
		14	15	16	17	18	19	20
午前	ホール		フラワークラブ		いけよん卓球クラブ			T・Tサークル
	教養①			☆運営協議会	★こあらタイム	フレッシュ体操		すみれ会
	教養②					★ホビータイム		
	その他							
午後	ホール	★小学生のホール開放	★おぶちゃんの筋力アップ体操		★小学生のホール開放		★のりものタイム	イーグルジュニア ★小学生のホール開放
	教養①		和の会	★わくわく脳トレ	民生あかね班	★みんなdeうたおう		はなみずき
	教養②	★小学生のスペース		いきいき麻雀		クローバー		★線路をつなげて電車で遊ぼう
	その他		★暮らしの何でも相談会					
		21	22	23	24	25	26	27
午前	ホール		フラワークラブ	サロンジャズミン		いけよん卓球クラブ	★絵本とトミックの贈り物	
	教養①				池袋ヨーガの会	フレッシュ体操		ホリデーピラティス
	教養②			★ホビータイム		千花会		すみれ会
	その他				★教えて赤ちゃんのごはん			
午後	ホール	★小学生のホール開放			★小学生のホール開放	T・Tサークル	★のりものタイム	★小学生のホール開放
	教養①		★モルック			ひばりの会	★健康増進カラオケ	はなみずき
	教養②	★小学生のスペース		いきいき麻雀	クローバー			
	その他							
		28	29	30				
午前	ホール		<b>休館日</b> <b>昭和の日</b>		★主催事業 ☆運営協議会事業			
	教養①	百合鷹会		・廃食油回収 (毎月第4月曜日) 4月22日 (月) 9:00~12:30 不用となった食用油を回収します。				
	教養②	★小学生のスペース		・インカートリッジ回収 ご家庭で使用した使用済み インカートリッジを回収しています。				
	その他							
午後	ホール	★小学生のホール開放		★わくわく脳トレ				
	教養①	百合鷹会						
	教養②	★小学生のスペース						
	その他							

◆豊島区民社会福祉協議会のCSW(コミュニティーソーシャルワーカー)が常駐しています。  
TEL 6864-2930

◆車椅子の短期貸出を行っています。(1台)

※予定は3月18日現在のものです。変更になる可能性もありますのでご了承ください。

