

令和6年 区民ひろば豊成 4月のプログラム



豊島区上池袋1-28-7
電話：5961-3494
開館時間：9時～17時
休館日：祝日・年末年始

〈お知らせ〉

- ・4月1日(月)より令和6年度の個人利用証(更新)の受付を行います
- ・団体利用も新年度の新たな登録が必要です
- ・5月の貸室抽選予約は4月1日(月)9時からです

としま子育てサロン
つくしんぼ
「木育ひろば」
9日(火)10時30分

対象 マタニティママ、0～3歳(未就園児)の親子
主催 豊島区池袋東地区民生委員・児童委員協議会

わいわいモルック
4日・18日(木)13時30分

フィンランド発祥のスポーツを
みんなで楽しみましょう

※予約は不要です
4月から、第1・第3木曜日に
変わりました

ひろばカフェ
4・11・18・25日
毎週木曜日 10時～15時

スマホ講座や個別相談ができるカフェです
パンやお弁当の販売もあります
(お問合せ) ひろばカフェ
☎ 080-7858-0043

音楽で脳トレ体操
11日(木)13時30分

予約制 定員8名
予約開始 3/28(木)
カラオケ機器を使って、楽しく歌い
軽やかに体操しましょう！
4月から第2木曜日に変わりました

カラオケタイム
健康増進カラオケ(通信)
25日(木)13時30分

予約制 定員10名
予約開始 4/11(木)
1人2曲まで
4月から予約制になりました

高齢者向き(65歳以上の方)

事業名	日程	時間	内容	持ち物・対象
シニアエアロ	3・17(水)	13時30分	講師 篠原あや子氏 転倒防止のために楽しく体を動かしましょう	上履き
ポッチャにトライ!	1・15(月)		簡単なルールで、初めての方でも楽しめます	上履き
ゆったりエクササイズ	12(金)		講師 佐々木 玲子氏 椅子に座ってしなやかな体づくりをしましょう	大きめタオル・上履き
脳トレ・あたま&からだ	10・24(水)		予約制 定員 18名 予約開始 10日 3/27(水) 24日 4/10(水)	

どなたでも

歌いましょう	5・19(金)	13時30分	講師 5日 水谷桂子氏 19日 大澤よしこ氏 季節の歌や唱歌などを楽しみます	
音楽で脳トレ体操	11(木)		カラオケ機器を使って体を動かしながら、みんなで歌う脳トレ体操です	
わいわいモルック	4・18(木)		簡単なルールで楽しく参加できます ※4月から第1・3木曜日に変わりました	
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	25(木)		予約制 定員 10名 予約開始 4/11(木) ※1人2曲まで	

乳幼児親子向き

らんらんランド 1歳以上の親子対象	2・16(火)	10時30分	2日「はじめまして・こいのぼり工作」 16日「誕生会・おはなし会」	
ばぶばぶランド 0歳親子対象	5・19(金)		5日「おおきくなったね!身長・体重測定」 19日「こいのぼり工作」	
ベビーマッサージ	4(木)		講師 内田ノブ子氏 持ち物 バスタオル	2か月からハイハイ頃まで
リトミック	18(木)		講師 野沢絵美氏 予約制 定員 20組 予約開始 4/4(木)	8か月から2歳くらいまで
としま子育てサロン つくしんぼ	9(火)		「木育ひろば」木のおもちゃで遊びましょう	マタニティママ、0歳から3歳まで(未就園児)の親子
おはなし会	12(金)	11時	「りぶりんと・としま」による絵本の読み聞かせ	
電車であそぼう	お休み		次回は5月12日(日) 9時30分～14時30分になります	

★ホール(2階)の利用は16時(長期休業期間は15時)から小学生優先となります。

〈お願い〉

◇予約制の事業は電話または窓口にて受付いたします。◇ひろばでは安全面と衛生面を考慮し、靴下の着用をお願いしています。

〈お知らせ〉

◇使用済み蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・乾電池(ボタン電池・充電式を除く)・携帯電話等回収しています。

◇車椅子の短期貸出しを行っています。ご希望の方はお問い合わせください。

◇廃食用油リサイクル事業 22日(月)9時～12時30分 当館玄関前で回収します。 *この予定は3月13日現在のものです。



区民ひろば X SDGs

令和6年

区民ひろば豊成 4月のカレンダー

豊島区上池袋1-28-7
 電話：5961-3494
 開館時間：9時～17時
 休館日：祝日・年末年始

	日	月	火	水	木	金	土
午前		1 貸室抽選会及び 予約(5月分)	らんらんランド(サ)	フラ・オハナ(ホ)	ベビーマッサージ (集)	ぼぶぼぶランド (サ)	アッチフットボール アカデミー(ホ)
		午後	ポッチャにトライ! (ホ) 	昭寿会わなげ(い) どんぐり班(サ)	シニアエアロ(ホ)	豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ) <ひろばカフェ> 10時～15時(い) <ボールプール> 10時～15時(子) わいわいモルック (集)	歌いましょう(ホ)
午前	7 運営協議会定時 総会準備(ホ)	8	9 つくしんぼ(ホ・ サ)	10	11 豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ) <ひろばカフェ> 10時～15時(い) 音楽で脳トレ体操 (サ)	12 おはなし会(い) りぶりんととしま ヨーガカトリア (ホ)	13
	午後	運営協議会定時 総会(ホ)	昭寿会わなげ(い)	脳トレ・あたま& からだ(集)	ゆったいエクササイ ズ(ホ) 暮らしの何でも 相談会(CSW)		
午前	14	15	16 らんらんランド 誕生会・おはなし 会(サ)	17 フラ・オハナ(ホ)	18 'ルトミック(ホ) <ひろばカフェ> 10時～15時(い) わいわいモルック (集)	19 ぼぶぼぶランド (サ)	20
	午後	サロンひばり(サ)	ポッチャにトライ! (ホ) 	どんぐり班(い)	シニアエアロ(ホ)	歌いましょう(ホ)	くまの子(サ)
午前	21	22 豊成サロン(集)	23	24	25 豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ) <ひろばカフェ> 10時～15時(い) カラオケタイム (サ)	26 ヨーガカトリア (ホ)	27
	午後			脳トレ・あたま& からだ(集)	サロンひばり(サ)		
午前	28	29 昭和の日 (祝日)	30	※細字はサークル活動または関係機関の出前事業です ※太字はひろばまたは運営協議会の主催事業です <お部屋の表示について> (ホ)ホール (子)子育てひろば (サ)サークル室 (い)いきいきひろば (集)区民集会室 (多)多目的室			
午後		休館日					



◆ピアッザ
はじめました!
区民ひろばからの
情報を発信します
ダウンロードは
こちらから

*この予定は3月13日現在のものです