

日		月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
夏休み 子どもの居場所になります 7/22 (火) ~ 8/29 (金) 平日の午前・午後 ※8月11日~15日は除く子どもたちの居場所として、下記のお部屋で事業実施や自習室の開放をします。 ・区民ひろば西巣鴨第一 (西巣鴨区民集会所) ・区民ひろば朋有 (東池袋第二区民集会所) ・区民ひろば池袋本町 (池袋本町第一区民集会所) ・区民ひろば目白 (いきいきひろば) ・区民ひろば長崎 (教養室) 実施しない日もあります。詳しくは各館カレンダーをご覧ください。			◆貸室受付 東部クラブ			清和文化祭 作品展示 10:00~15:00	清和文化祭 作品展示 10:00~15:00
				版画サークル	清和文化祭 準備	情報提供コーナー 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	
			◆ゆらすぽ体操 詳細は受付まで	◆貯筋運動			
			◆としまる チャレンジ!	すがも児童合唱団			
6		7	8	9	10	11	12
2F	午前	愛信会	東部クラブ	◆おぶせ先生と 脳トレタイム	マダム恵子の 絵手紙教室	区高連 第一ブロック	
	午後	悠々会		巣鴨朋友会			ベリーの会
3F	午前	◆小・中学生 スペース	シニアエアロ清和	レクダンス清和	男性ストレッチ	中仙道サロン	クラフトバンドの 会
	午後			花泉歌謡会	男性カラオケ	サークルカラオケ	末広会
							アゼリア(体操)
13		14	15	16	17	18	19
2F	午前	愛信会	東部クラブ		やよい会		
	午後	悠々会		版画サークル	◆館使用		すがも児童合唱団
3F	午前	◆音楽で脳トレ	アトリエゆうこ	◆貯筋運動	◆せいわモルック	ヨーガの会	
	午後	巣鴨朋友会		すがも児童合唱団	サークルカラオケ	◆としまる チャレンジ!	◆声の出し方 トレーニング
20		21	22	23	24	25	26
2F	午前	臨時休館日	愛信会	◆おぶせ先生と 脳トレタイム	中仙道サロン	クラフトバンドの 会	
	午後			巣鴨朗読の会	川柳サークル		すがも児童合唱団
3F	午前		レクダンス清和	男性ストレッチ	マウナレオヨシコ の会	ヨーガの会	
	午後		花泉歌謡会	◆元気はつらつ 体力UP!	サークルカラオケ	末広会	アゼリア(紙)
27		28	29	30	31	*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...28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。 *マイボトルをご持参ください。 CSW暮らしの何でも相談会 17日(木)10:30~	
2F	午前	巣鴨朋友会	アトリエゆうこ	臨時休館日			
	午後	◆せいわポッチャ			◆ヒアリングフレイル 受付 高齢者福祉課		
3F	午前	◆小・中学生 スペース	シニアエアロ清和		マウナレオヨシコ の会		
	午後		◆姿勢・腰痛講 座				

今月の事業(申込不要)定員に達したら締め切らせていただきます。

50 としまるチャレンジ! 1日(火)、18日(金) 13:30~14:15

50 おぶせ先生と脳トレタイム 9日、23日(水) 10:30~11:30
小布施由恵氏

音楽で脳トレ 14日(月) 10:30~11:15

50 声の出し方トレーニング 19日(土) 13:30~14:30
花島悠生氏

50 元気はつらつ体力UP! 23日(水) 13:30~14:30
木津美佳氏

せいわモルック

17日(木) 10:30~11:30
定員: 先着15名
申込: 1日(火)~電話可

せいわポッチャ

28日(月) 13:30~14:30
定員: 先着15名
申込: 1日(火)~電話可

◆…主催事業
無印…サークル
6月20日現在

清和文化祭 作品展示

4日(金)~5日(土)10:00~15:00
今年も素晴らしい作品が出そろいました。どなたでもお気軽にどうぞ

姿勢・腰痛講座

29日(火) 13:30~14:30
定員: 先着30名
申込: 8日(火)~電話可
講師: 理学療法士 野村先生
正しい姿勢で腰痛予防!!



		日	月	火	水	木	金	土
		夏休み 子どもの居場所になります 7/22 (火) ~ 8/29 (金) 平日の午前・午後 ※8月11日~15日は除く 子どもたちの居場所として、下記のお部屋で事業実施や学習室の開放をします。 ・区民ひろば西巣鴨第一 (西巣鴨区民集会室) ・区民ひろば朋有 (東池袋第二区民集会室) ・区民ひろば池袋本町 (池袋本町第一区民集会室) ・区民ひろば目白 (いきいきひろば) ・区民ひろば長崎 (教養室) 実施しない日もあります。詳しくは各館カレンダーをご覧ください。		1	2	3	4	5
2F	午前			◆ふわふわ ぺたーん				
	午後							
3F	午前			おはよう	◆さくらんぼ		◆ちびっこセタ	
	午後				わくわく	◆事業準備	のびのび	
		6	7	8	9	10	11	12
2F	午前							
	午後			マウスの会				すがも 児童合唱団
3F	午前			劇団ぼけっと	◆えいごで えほん		◆ベビー マッサージ	◆ミニミニ アスレチック
	午後				すがも 児童合唱団		のびのび	◆ミニミニ アスレチック
		13	14	15	16	17	18	19
2F	午前				劇団ぼけっと			
	午後							北大塚一丁目 睦町会
3F	午前			おはよう	◆フィット リトミック		◆読み聞かせ	◆おやこ リトミック
	午後			輪おどりの会	わくわく		のびのび	
		20	21	22	23	24	25	26
2F	午前	臨時休館日	休館日 (海の日)	マウスの会	◆りぶりんと			
	午後							
3F	午前			おはよう			◆よちよち ランド	◆ミニミニ アスレチック
	午後				スペースキッズ		のびのび	◆ミニミニ アスレチック
		27	28	29	30	31	◆…主催事業 無印…サークル 6月20日現在 事業の参加は区民優先 事前申込制です(要可) ※区外の方は 申込開始日より 1週間後から申込可	
2F	午前							
	午後							
3F	午前		◆ママ ピラティス		臨時休館日		マークの時 乗り物が出てます ※中止になる場合 もあります	
	午後							

ちびっこセタ(コンサート)
4日(金)10:30から11:30

主演:山崎拓未と音のなかまたち
対象:乳幼児親子
申込:6月20日(金)から先着30組

ベビーマッサージ

11日(金)10:30から11:15

講師:えいこ氏
対象:ねんねの赤ちゃんから8ヵ月まで
申込:6月27日(金)から先着12組

おぶちゃん先生とフィットリトミック

16日(水)10:30から11:30
講師:小布施 由恵氏
対象:8ヵ月から未就園児と保護者
申込:7月2日(水)から先着15組

ふわふわぺたーん 1日(火)11:00から11:30
「ザ・キッズ」による読み聞かせ

さくらんぼ 2日(水)10:50から11:40
民生委員児童委員によるプログラム ~レッツシング~
対象:乳幼児と保護者 歌のお姉さんと一緒に
申込:6月18日(水)から先着18名 歌いましょう♪

えいごでえほん 9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:6月25日(水)から先着15組

かおり先生の読み聞かせ&お誕生日カード作り

18日(金)10:30から11:00 申込:7月4日(金)から
対象:乳幼児と保護者

※お誕生月の方は申込みが必要です。

(7月生まれとハーフBD令和7年1月生まれ)

ベビーママピラティス 28(月) 申込:7月14日(月)から

講師:飯野 恵氏 先着各10組
対象:1部10:00から10:30(2ヵ月~4ヵ月の赤ちゃん和妈妈)
2部10:45から11:15(5ヵ月~ハイハイの赤ちゃん和妈妈)

おやこリトミック

19日(土)10:30から11:40

講師:大豆生田美穂氏
対象:1部10:30から11:00
(4ヵ月からよちよち歩きまで)
2部11:10から11:40
(歩けるお子さんから未就園児)
申込:7月5日(土)から各回先着15組

よちよちランド 夏の特別企画!

25日(金)10:40から11:30

「ペットボトルシャワー作り」

対象:乳幼児親子
申込:7月11日(金)から先着15組

りぶりんと23日(水)14:30~15:00 読み聞かせ