

令和7年

区民ひろば豊成 7月のプログラム



豊島区上池袋1-28-7
電話 03-5961-3494
開館時間 9時から17時
休館日 祝日と年末年始
臨時休館日あり

夏のお楽しみ会

人形劇・パープサートなど盛りだくさん☆
「たなばた」のおはなしをみんなで
楽しみましょう

1日(火)10時30分

出演 劇団ぼけっと

対象 乳幼児親子

たなばた
日曜コンサート

楽器やうたのアンサンブルで、赤ちゃんから
お年寄りまで楽しめる コンサートです

6日(日)10時30分

出演 おとりら

対象 どなたでも

定員 80名 申込 6/16(月)

主催 区民ひろば豊成運営協議会



モルック大会

ルールや投げ方のコツを教わります
初心者大歓迎です♪

13日(日)10時30分

対象 どなたでも

定員 14名

申込 区内の方 6/23(月)

区外の方 6/30(月)



栄養講座

～ひとりで簡単！クッキング～

16日(水)13時30分から14時30分

講師 あぜりあ歯科診療所認定

栄養ケア・ステーション管理栄養士

対象 65歳以上(区内の方のみ)

定員 20名 申込 7/2(水)

持ち物 筆記用具・水分補給できるもの

主催 高齢者福祉課



小学生カラオケライブ！

さあ、夏休みが始まります！

ひろばに集まってみんなで歌おう

グループで申し込んでね

18日(金)15時から16時15分

対象 小学生

定員 10組(2人以上のグループ)

申込 7/4(金)



プチ折り紙タイム

職員による簡単な折り紙です

29日(火)10時

「あさがお」

対象 65才以上

(区内の方のみ)

定員 10名 申込 7/16(水)



高齢者向き(65歳以上の方)

※熱中症予防のため午前中に時間を変更した事業があります

事業名	日程	時間	内容
シニアエアロ	2(水)	10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 持ち物 上履き
ポッチャにトライ!	7(月)	10時	定員18名 申込 区内の方 6/24(火) 区外の方 7/1(火) 持ち物 上履き
脳トレ・ あたま&からだ	9・23(水)		定員18名 申込 9日 区内の方 6/26(木) 区外の方 7/3(木) 23日 区内の方 7/11(金) 区外の方 7/17(木)
ゆったり エクササイズ	11(金)	13時 30分	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 持ち物 タオルと上履き

どなたでも

歌いましょう	18(金)	13時 30分	講師 大澤よしこ氏 季節の歌や唱歌などを楽しめます
音楽で脳トレ体操	17(木)	10時	定員 8名 申込 区内・区外ともに7/4(金)
わいわいモルック	14(月)		定員14名 申込 区内の方 7/1(火) 区外の方 7/8(火)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	24(木)		定員 8名 申込 区内の方 7/11(金) 区外の方 7/18(金) ※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	15(火)	10時 30分	誕生会・手遊び
ばぶばぶランド 0歳親子対象	4・18(金)		4日 ふれあい遊び・大きくなったかな(身長・体重測定) 18日 ハーフバースデー 6ヵ月のお子さん集まれ!・びっくり工作を作ろう
ベビーマッサージ	3(木)		講師 横田千春氏 対象 2ヵ月からハイハイ頃まで 持ち物 バスタオル・ベビーオイルなど
リトミック	17(木)		講師 野沢絵美氏 定員 20組 対象 8ヵ月から2歳くらいまで 申込 区内の方 7/4(金) 区外の方 7/11(金)
としま子育てサロン つくしんぼ	8(火)		「歯科衛生士さんのお話」 対象 マタニティママ、0歳から3歳までの親子 主催 池袋東地区民生委員児童委員協議会
おはなし会	15(火)・27(日)	11時	15日 中央図書館読み聞かせボランティアによるおはなし会です 27日 「りぶりんと・としま」による読み聞かせです
木育ひろば	19(土)	9時30分 から12時	温もりのある木のおもちゃで遊びましょう
電車であそぼう	13(日)	9時30分 から 14時30分	トイレールを自由につなげて、親子で電車あそびを楽しみましょう

★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。

★給水機を設置しています。マイボトルをご持参ください。

★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。

<お知らせ>

◇予約制の事業は電話または窓口にて受付いたします。

◇古着回収BOXを設置しています。

◇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。

◇廃食油リサイクル事業 28日(月) 9時から12時30分 当館玄関前で回収します。

*この予定は6月13日現在のものです。



令和7年

区民ひろば豊成 7 月のカレンダー



豊島区上池袋1-28-7
電話 03-5961-3494
開館時間 9時から17時
休館日 祝日と年末年始
臨時休館日あり

日		月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前	*細字はサークル活動等です ※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)多目的ホール  ピアッパ 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		貸室抽選会及び予約(8月分) 夏のお楽しみ会(劇団ほけっと) 昭寿会わなげ(ホ) どんぐり班(い)	シニアエアロ(ホ) 高齢者出張相談会	ベビーマッサージ(サ) 豊成としまる会(ホ) サロンひばり(サ)	ばぶばぶランド(サ)	
午後							
6		7	8	9	10	11	12
午前	たなばた日曜コンサート(ホ・サ)	ポッチャにトライ！(ホ) 	つくしんぼ(ホ・サ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	臨時休館日 館内整理日	ヨーガカトレア(ホ)	
						ゆったりエクササイズ(ホ) 暮らしの何でも相談会(CSW)	
午後							
13		14	15	16	17	18	19
午前	モルック大会(集) 電車であそぼう(サ) 9時30分から14時30分	わいわいモルック(集)	らんらんランド誕生会(サ) おはなし会(サ) 中央図書館読み聞かせボランティア 昭寿会わなげ(ホ) どんぐり班(い)		リトミック(ホ) 音楽で脳トレ体操(サ)	ばぶばぶランド(サ)	木育ひろば(い)
				栄養講座(集)		歌いまじょう(ホ) 小学生カラオケライブ！(ホ)	
午後							
20		21	22	23	24	25	26
午前	臨時休館日	海の日 休館日		脳トレ・あたま&からだ(集)	カラオケタイム(サ) 豊成としまる会(ホ)	ヨーガカトレア(ホ)	
午後							
27		28	29	30	31	*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。	
りぶりんと・としまおはなし会(い)	豊成サロン(集)	フキ折り紙タイム(い)		豊成としまる会(ホ)			
午後					サロンひばり(サ)		



区民ひろば X SDGs

*この予定は6月13日現在のものです