



## セタコンサート

27日(土) 14:00~15:00

珍しい中世の打楽器やハーブの音色を楽しみましょう  
~セタの歌とともに~

出演: シオン  
半澤香織氏・酒井 布美子氏  
定員: 乳幼児親子14組  
どなたでも50名  
申込: 13日(土)~

## 高齢者交通安全研修会

9日(火) 10:00~11:00

池袋警察署員のお話&DVD上映

4月からの自転車のルールも  
学びましょう

対象: 65歳以上

定員: 20名

申込: 5/30(土)~

主催: 土木管理課 交通安全対策グループ



## スマートフォン相談会

初心者向マンツーマン相談会です

8日(月)

1部 14:00~14:50/2部 15:00~15:50

定員: 各回3~5名

持ち物: ご自分のスマートフォン

申込: 5/29(金)~

主催: 豊島区高齢者の生活支援推進員



## フレイルしっかりチェック

19日(金)10:00~12:00

対象: 区内在住の65歳以上で

要介護・要支援を受けていない方

定員: 12~15名

申込: 高齢者福祉課

介護予防・認知症対策グループ03(4566)2433

年齢と共に  
低下する活  
力の状態を  
測定します

## ベビースマイル

14日(日)10:30~11:30

お子さまと一緒に音楽に親しみ

身体を動かしてリラックスしましょう

講師: 古橋 久美子氏

対象: 首の座っている0~1歳児の親子

定員: 15組

申込: 区内区外共通 5/31(日)~

NEW

## おぶちゃんタイム

20日(土)10:30~11:15

「おぶせせんせい」と

身体を動かしてあそびましょう!

講師: 小布施 由恵氏

対象: 1歳以上の乳幼児親子

定員: 12組

申込: 区内区外共通 6日(土)~

※水分補給用飲み物持参・動きやすい  
服装でご参加ください

## おたのしみ会

23日(火)10:30~11:15

「セタあそび」

対象: 乳幼児親子 定員: 14組

申込: 区内区外共通 9日(火)~

※ 6月生まれと7.12月生まれのお子さんに  
誕生カードのプレゼントがあります

交流	みんなで卓球	3・10・24日(水) 4・11・18日(木)	10:00~ 13:30~	★申込: 1週間前より受付(各回12名まで) 休館日の場合はその前日より ※当ひろば卓球サークルに登録していない18歳以上の方対象
	お昼の体操	平日(月~金)	13:00~13:10	ラジオ体操第1・第2で体力を維持しましょう★申込不要
いきいき	歌って元気!	3日(水)	13:30~14:30	カラオケに合わせて歌いましょう ★申込不要
	ひまわり倶楽部	12日(金)	14:00~15:00	eスポーツを楽しみましょう★ <b>今月より申込制になりました/定員15名</b> 申込 2日(火)~
	民生としまる体操	13日(土)	13:30~15:00	フレイル予防 としまる体操 主催: 民生委員児童委員協議会 ★申込3日(水)~
	おいでよモルック	15日(月)	10:00~11:00	モルックで対戦して身体を動かしましょう ★申込5日(金)~
	うたレク体操	26日(金)	13:30~14:30	音楽に合わせてお口や身体の体操をしましょう ★申込不要
	いきいき体操	22日(月)	13:30~15:00	腰痛・ひざ痛予防体操【講師: 木下 美恵子氏】★申込12日(金)~
	Let's脳トレ	毎月曜日	10:00~16:00	脳トレ問題を解く ★申込不要
子育て	親子ボディケア	11日(木)	①10:30~10:50 ②11:05~11:25	① 2~ 5ヶ月のお子さんと保護者8組【講師: 近藤容子氏】★申込: 随時受付 ② 6~10ヶ月のお子さんと保護者5組 ♥身長・体重が測定できます ☆タオルをご持参ください
	おたのしみ会	23日(火)	10:30~11:15	季節の遊び・読み聞かせ・誕生会など ★申込: 区内区外共通 9日(火)~ ※6月生まれと7.12月生まれ(ハーブBD)のお子さんは事前にお知らせください
	わくわくアスレチック のりものぶんぶん	実施日は 裏面を参照	9:00~16:30 金曜は16:00まで	トランポリン、すべり台などで遊べます ★申込不要★20日(土)・23日(火)は13:00から コンビカー・三輪車・補助付き自転車で遊べます★申込不要★14日(日)は13:00から
	ちびっこタイム	月~金	11:15~11:30	絵本や体操など親子で楽しみましょう(実施できない場合があります)★申込不要
	小学生タイム	毎日	15:30~16:30	3階の体育館で20分間ボールなどで遊べます ★当日申込制です ※室内用運動靴をお持ちください

いけよん出前相談(どなたでも)  
15日(月)10:50~11:50

介護サービスや近所に気になる高齢者がいる  
または家族の相談など【主催: いけよんの郷】

CSW暮らしの何でも相談会(どなたでも)  
22日(月)14:50~15:50

暮らしの心配事など、なんでも相談できます  
【主催: 豊島区民社会福祉協議会CSW 03(6864)2930】



お知らせ  
と  
お願い

・給水機を設置しています マイボトルをお持ちください・小型家電・乾電池の回収をしています  
・車いすの短期貸出しをしています・安全と衛生上、土足エリア以外は**靴下の着用**をお願いします  
・体育館を利用する際は室内用運動靴が必要です  
・定員制の事業は**豊島区の方が優先**です

区外の方は**申込開始日の5日後からの受付**となります

☎ 03(3986)0041  
FAX 03(5956)2602  
住所 豊島区池袋本町4-36-1

7月の貸室抽選会 6月1日(月)

今月の休館日 17日(水) 25日(木)

令和8年

# 区民ひろば池袋本町6月 カレンダー



開館時間: 9時~17時

【マーク説明】★:ひろば事業 無印:団体貸出

<部屋利用状況 5/15現在>

午前					日	曜	午後				
1階		3階		2階			1階		3階		2階
いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館			いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館		
★貸室抽選会		彬の会		★のりもの	1	月	カラオケ花	平和の会		★のりもの	
いけほん自彊術				★のりもの	2	火	やまびこの会		かすみ草	★のりもの	
かわせみの会		★卓球		★のりもの	3	水	★歌って元気!		池本卓球クラブ	★のりもの	
				★のりもの	4	木	リフレッシュヨガ		★卓球	★のりもの	
リズム会	すずめの会	ファイターズ	親子リトミック	★のりもの	5	金	iloinenモルック		親子リトミック	★のりもの	
千歳会輪なげ	土筆会	皆楽来幸楽会		★アスレチック	6	土	さつき会	さくら倶楽部	ヤンキース	若葉クラブ ★アスレチック	
のびのび体操			FUJIYAMA	★アスレチック	7	日	ロッキー(2)	コスモスの会		FUJIYAMA ★アスレチック	
彬の会				★アスレチック	8	月	木蘭の会	平和の会	★スマホ相談会	★アスレチック	
★高齢者交通安全研修会		池本スポーツ吹矢		★アスレチック	9	火	幸楽会カラオケ		ヤンキース	★アスレチック	
マシュマロ		★卓球		★アスレチック	10	水	男のカラオケ		本町友の会	★アスレチック	
皆楽来幸楽会		池本卓球クラブ		★親子ボディケア ★アスレチック	11	木	やまびこの会	コスモスの会 イチゴクラブ	★卓球	★アスレチック	
リズム会	すずめの会			★アスレチック	12	金	★ひまわり倶楽部			★アスレチック	
			クローバース	★のりもの	13	土	宮元互楽会		★民生としまる	若葉クラブ ★のりもの	
ロッキー(2)			vento	★のりもの ★ベビースマイル	14	日	宮元互楽民謡会			★のりもの	
★モルック	★いけよん 出前相談	彬の会		★のりもの	15	月	木蘭の会	平和の会		★のりもの	
いけほん自彊術		フラワークラブ		★のりもの	16	火	ロッキー(2)		かすみ草	★のりもの	
休館日					17	水	休館日				
皆楽来幸楽会		池本卓球クラブ		★のりもの	18	木	リフレッシュヨガ	イチゴクラブ	★卓球	★のりもの	
★フレイルチェック	すずめの会	ファイターズ	親子リトミック	★のりもの	19	金	iloinenモルック	しあわせちぎり絵	親子リトミック	★のりもの	
千歳会輪なげ	土筆会		クローバース	★おぶちゃん	20	土	宮元互楽民謡会		ヤンキース	ファイターズ ★アスレチック	
のびのび体操			vento	★アスレチック	21	日	男のカラオケ	コスモスの会		上池バドミントン ★アスレチック	
彬の会				★アスレチック	22	月	★いきいき体操 ★CSW相談			★アスレチック	
	すずめの会	池本スポーツ吹矢		★おたのしみ会	23	火	さつき会		かすみ草	★アスレチック	
かわせみの会		★卓球		★アスレチック	24	水	男のカラオケ	平和の会 名草会	池本卓球クラブ	★アスレチック	
休館日					25	木	休館日				
マシュマロ		★フレイルフォロー	皆楽来幸楽会	★アスレチック	26	金	★うたレク体操			★アスレチック	
七タコンサート準備				★のりもの	27	土	七タコンサート			クローバース ★のりもの	
	さくら倶楽部			★のりもの	28	日	千歳会コーラス	コスモスの会		★のりもの	
池本二丁目寿会				★のりもの	29	月	カラオケ花			★のりもの	
いけほん自彊術				★のりもの	30	火	幸楽会カラオケ		フラワークラブ	★のりもの	

毎週月曜日: 10:00~16:00 Let's脳トレ<ラウンジ> 月~金: 13:00~ ラジオ体操<ラウンジ> 月~金: 11:15~ ちびっこタイム<キッズルーム>