SDGs未来都市としま
TOSHIMA International City of Arts & Culture
SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

世代を超えた交流の場！

区民ひろば富士見台
2026年 11月のカレンダー



ロビーコンサート
11月15日(日) 13:30～14:00

ハンドベルの音色をお楽しみください
出演:江古田ミュージックベルサークル
お気軽にお立ち寄りください



親子でエクササイズ
11月15日(日) 10:30～11:30

マット・跳び箱・鉄棒を使って親子で身体を動かそう！



講師:寺尾知己氏
対象:2～3歳児と保護者
定員:20組
申込:10/20(火)より受付中



乳幼児向け おなかのやくそく
11月20日(金) 10:30～11:00 洋室1

「おなかのやくそく」絵本読み聞かせ
「5つのやくそく」～良い生活習慣ってなぁに？～
「おなかたいそう」みんなで元気に体操しよう！



主催:東京ヤクルト販売株式会社
対象:乳幼児と保護者
定員:15組
申込:11/2(月) 10時より 電話・窓口



子育てリフレッシュタイム リース作り
11月27日(金) 9:30～11:30 風の子ルーム

素敵なオリジナルリースを作りましょう



対象:保護者のみ
材料:ひろばで用意します(持込OKです)
定員:10名
申込:11/2(月) 10時より 電話・窓口



※保育園・幼稚園・小中校学校へ見送り後、保護者のみでご参加ください
詳細はお気軽にスタッフまでお声がけください

アンサンブル千川 演奏会
12月5日(土) 13:30～14:30 洋室1



弦楽器の音色をお楽しみください
定員:50名
申込:11/20(金)より 電話・窓口
みなさんお誘いあわせの上ご参加お待ちしております

お知らせ

★12/12(土)10時よりおたのしみ会を開催します。
ひろば1階が巨大迷路変身します。お楽しみに!!
★12/16(水)15時より小学生向け講座「子どものための金銭教育講座」を開催します。11/20(金)10時より申込開始です。

	事業名	日時	内容・費用	申込
いきいき	健康増進カラオケ	9日(月) 13:30～16:00	カラオケを楽しみながら、健康増進を図りましょう	不要
	手作り教室	16日(月) 13:30～15:00	みんなで楽しく小物作り 300円 (申込は参加者本人分のみです) 講師:雨宮隆子氏 定員12名	①
	貯筋体操	10・17・24日(火) 13:30～14:30	椅子に座って筋トレと脳トレをします 飲み物・タオルをご持参ください 講師:小布施由恵氏	不要
	ボッチャくらぶ	18日(水) 13:30～15:00	自分のボールを投げて的玉に近づけチームで競うゲームです 初心者優先 定員18名	不要
	歌って元気	12日(木) 13:30～14:30	ピアノ伴奏で歌います 講師:下平麻紀氏	不要
	ひろば麻雀	5日(木) 13:30～16:30	麻雀を楽しみましょう！ 15:00～15:10は休憩時間です 4人1組でご参加ください	不要
	としまる体操	6(金)・25日(水) 10:00～11:00	体操で健康作り友だち作り！ 薄いタオルをご持参ください 定員20名	不要
	大人のぬりえ	27日(金) 13:30～15:00	脳の活性化とストレス解消！100円 (申込は参加者本人分のみです) 講師:熊谷美智子氏	①
子育て	ちびっこランド	毎週日・月・火・土曜日 9:30～11:45 毎週水曜日 13:30～16:45	広いホールで遊びましょう	不要
	お誕生日おめでとう！	毎日 9:30～11:30	今月生まれのお子さん 手形足形をとって記念撮影しましょう	不要
	ぴよぴよリフレッシュ①	9日(月) 10:00～10:45	ママのためのヨガ・ピラティス・ストレッチ 講師:鈴木直美氏 対象:ゴロゴロ期までの乳児と保護者 定員:12組	②
	ぴよぴよリフレッシュ②	9日(月) 11:00～11:45	ママのためのヨガ・ピラティス・ストレッチ 講師:鈴木直美氏 対象:ハイハイ期～未就学児と保護者 定員:12組	②
	ベビーマッサージ	30日(月) 10:30～11:15	心地よい時間を過ごしましょう 講師:丸山充世氏 対象:2ヶ月～10ヶ月の乳児と保護者 定員:12組	②
	わんぱくタイム	17日(火) 10:30～11:30	親子で身体を動かしましょう 講師:小布施由恵氏 対象:0歳児から未就学児と保護者 定員:30組	②
	ころころパーク	12・19日(木) 9:30～11:45	柔らかいボール・ボールプールで遊びましょう	不要
	小学生あそびの日	5・12・19日(木) 午後	広いホールでいろいろな遊びを楽しもう！	不要
	アスレチックひろば	6・13・20日(金) 9:30～11:45	すべり台・跳び箱・はしご・一本橋・マットで遊びましょう	不要
交流	歌ひろば (健康増進カラオケ)	14日(土) 13:30～16:00	カラオケを通じて世代間交流をしましょう	不要
	ロビーコンサート	15日(日) 13:30～14:00	ボランティア出演者による歌や演奏をお楽しみください	不要

QRコード
ベビーマッサージ
ぴよぴよリフレッシュ①
ぴよぴよリフレッシュ②
わんぱくタイム



申込 ①…11/2(月) 10時より 窓口のみ ②…11/2(月) 10時より 電話・窓口・QRコード

特定非営利活動法人 富士見台ひろば (開館時間 9:00～17:00) 〒171-0052 豊島区南長崎1-6-1
TEL:03 (3950) 6871
FAX:03 (3950) 6872

2026年 11月のカレンダー

1階（いきいき）

		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
午前	洋	文化祭	貸室受付 サークル代表者会	休館 (文化の日)	和踊りの会	あばらぎヨガサークル	としまる体操 アトリエ村出張相談	みどり会輪投げクラブ
	ミ					元気！ながさきの会	金曜会	ありんこの会
	区					みどり会書道クラブ	富士見台ドレミ会	
午後	洋		パントマイムの会			ひろば麻雀	すずめの会	モルックフレンズ
	ミ				鑒古印社	みどり会盆踊りクラブ		
	区						目白アンサンブル	
		8	9	10	11	12	13	14
午前	洋	四つ葉のクローバー		気功同好会	休館	サロンシニアエアロビクス	ふたば会 やさしいヨーガ	元気！ながさきの会 旅行グループ
	ミ					たのしい中国語の会	金曜会	
	区			琴寿会				ミュゼパート練
午後	洋	南長崎クラブ	健康増進カラオケ	貯筋体操		歌って元気	サロン歌声教室	歌ひろば
	ミ			しゅわとも		みどり会盆踊りクラブ		
	区			楽しいウクレレ教室		野ばら歌の会	目白アンサンブル	練馬の会
		15	16	17	18	19	20	21
午前	洋	四つ葉のクローバー	フラハーラウオカヘレラニ	気功同好会	元気ながさきの会		乳幼児向け おなかのやくそく	みどり会輪投げクラブ
	ミ			元気！ながさきの会 朗読		たのしい中国語の会	金曜会	
	区				元気！ながさきの会 折り紙グループ	みどり会書道クラブ	富士見台ドレミ会	元気！ながさきの会 旅行グループ
午後	洋	ロビーコンサート	すずめの会	貯筋体操	ボッチャくらぶ	野菊の会	フレイルしっかりチェック	南長崎クラブ
	ミ			レザーの会	鑒古印社	CSW茶話会		
	区		手作り教室			野ばら歌の会	目白アンサンブル	
		22	23	24	25	26	27	28
午前	洋	四つ葉のクローバー	休館 (勤労感謝の日)	和踊りの会	としまる体操	休館	あばらぎヨガサークル	COSTA DEL SOL
	ミ						金曜会	
	区	ドキメキワRキッズダンス		琴寿会	元気！ながさきの会 折り紙グループ			
午後	洋	野菊の会		貯筋体操 まちの相談室	モルックフレンズ		サロン歌声教室	四つ葉のクローバー
	ミ			レザーの会			フレイルフォローアップ	目白アンサンブル
	区			楽しいウクレレ教室			大人のぬりえ	
		29	30					
午前	洋							
	ミ							
	区	ドキメキワRキッズダンス						
午後	洋		ガスのお困りごと相談会					
	ミ		おみやげあります					
	区							

2026 つなぐ・つながる・ひろばのWA！スタンプラリー
ひろばをめぐってスタンプポン！
11月1日(日)～12月27日(日)
すべての区民ひろばでスタンプラリーを開催！スタンプを押して景品をもらおう！

2階（子育て）

		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
午前	ホ	文化祭	ちびっこランド	休館 (文化の日)	親子体操	サロンシニアエアロビクス	アスレチックひろば	ちびっこランド
	風						ふたば会	COSTA DEL SOL
午後	ホ	文化祭	十人会		ちびっこランド	小学生あそびの日	元気！ながさきの会 フィットネス/吹矢グループ	
	風						銭太鼓	
		8	9	10	11	12	13	14
午前	ホ	ちびっこランド	ぴよぴよリフレッシュ	ちびっこランド	休館	ころころパーク	アスレチックひろば	ちびっこランド
	風					おはなし会		
午後	ホ		十人会			小学生あそびの日		
	風							
		15	16	17	18	19	20	21
午前	ホ	親子でエクササイズ	ちびっこランド	わんぱくタイム	親子体操	ころころパーク	アスレチックひろば	ちびっこランド
	風						ふたば会	
午後	ホ		十人会	元気！ながさきの会 太極拳	ちびっこランド	小学生あそびの日	元気！ながさきの会 フィットネス/吹矢グループ	
	風							
		22	23	24	25	26	27	28
午前	ホ	ちびっこランド	休館 (勤労感謝の日)	ちびっこランド	親子体操	休館	リース作り	ちびっこランド
	風						ふたば会 やさしいヨーガ	
午後	ホ				ちびっこランド			
	風							
		29	30					
午前	ホ	ちびっこランド	ちびっこランド	廃油回収日 11月30日(月) 9:00～12:00				
	風		(お)ベビーマッサージ					
午後	ホ		十人会					
	風							



区民ひろば富士見台
ホームページ

洋…1階洋室　区…区民集会室　ミ…ミーティングルーム
ホ…2階洋室　風…風の子ルーム　お…おひさまルーム

太字 → 主催又は共催事業　※このお知らせは１０月１５日現在の予定です
細字 → 自主グループ

特定非営利活動法人 富士見台ひろば