



27日(金)は休館いたします



ベビーマッサージ

子育て
申込制

12 日(木) ①10:30~10:50
②11:05~11:25

講師:近藤容子氏
対象:①2~5か月のお子さんと保護者
②5~10か月のお子さんと保護者
定員:①8組 ②5組(各回先着順)
申込:随時



おたのしみ会& 交通安全研修会

子育て
申込制

24 日(火)10:30~11:30



お誕生会と読み聞かせ
交通安全研修を行います

お誕生月でなくても参加できます

6月生まれとR6.12月生まれのお子さん
には誕生カードのプレゼントがあります
ので事前にお申込みください
定員:7組
申込:随時



おでかけ相談

子育て

11 日(水)10:30~11:30

予約なく相談ができます。

子育てのこと、親御さんご自身のことなどを、
東部子ども家庭支援センターの専門スタッフ
がお話をお伺いします

あそんで相談

子育て

12 日(木)10:00~11:30

予約なく相談ができます。

子育てで気になること、心配なことをお子さま
を遊ばせながら、西部子ども家庭支援センター
のスタッフ(理学療法士)に相談できます

認知症サポーター養成講座

どなたでも
申込制

3 日(火) 10:00~11:30

講師:豊島区キャラバン・メイト
対象:豊島区在住・在勤・在学の方
定員:20名(先着順)
申込:高齢者福祉課
介護予防・認知症対策グループ
TEL03(4566)2433

ヒアリング フレイルチェック

65歳以上
申込制

16 日(月) 14:00~16:00

間こえのチェックが体験できます
詳細はお問い合わせください

対象:65歳以上
定員:6名(先着順)
申込:東池袋フレイル対策センター
TEL03(5924)6212

交流プログラム(どなたでも)



みんなで卓球	4・11・18・25日(水)	10:00~	★申込:随時(各曜日12名まで) ※当ひろば卓球サークルに登録していない18歳以上の方
	5・12・19・26日(木)	13:30~	
お昼の体操	平日(月~金)	13:00~13:20	ラジオ体操第1・第2・その他の体操で体力を維持しましょう 申込不要

いきいきプログラム(65歳以上対象)



★1階いきいきひろばにフレイル測定器を設置しています。
脳年齢・血管年齢・運動能力・体組成の測定ができます。詳しくは職員におたずねください

おいでよモルック	12日(木)	10:00~11:00	モルックで対戦して体を動かしましょう ★申込6/3~
ひまわり倶楽部	13日(金)	14:00~15:00	脳トレゲームやぬりえなど 申込不要
歌って元気!	18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
うたレク体操	26日(木)	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
Let's 脳トレ	2・9・16・23・30日(月)	10:00~16:00	脳トレ問題を解く

子育てプログラム(乳幼児と保護者対象)



★ランチタイム・おやつタイムの利用ができます 裏面をご確認ください
★ちびっこタイムに参加すると5回ごとにプレゼントがあります

ベビーマッサージ	12日(木)	①10:30~10:50	①2~5か月のお子さんと保護者8組 ★申込:随時受付 講師:近藤容子氏
		②11:05~11:25	②5~10か月のお子さんと保護者5組 参加のお子さんは身長・体重が測定できます
おたのしみ会& 交通安全研修会	24日(火)	10:30~11:15	誕生会・読み聞かせなど ※6月生まれとR6.12月生まれ(ハーフ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	実施日については 裏面をご確認ください	9:30~16:00	トランポリン、すべり台など身体を使って楽しく遊べます 申込不要
のりものぶんぶん			コンビカー・三輪車・補助付き自転車で遊べます 申込不要
ちびっこタイム	月~金	11:30~11:40	体操や手遊びなど親子で楽しみましょう(事業によって実施できない場合もあり)申込不要

出前相談



※当日の時間内にご来館ください
また、下記の日にち以外でも対応できる場合がございます お気軽にひろば窓口へご相談ください

いけよん出前相談(どなたでも)

18日(水)14:20~15:20

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

CSW暮らしの何でも相談会(どなたでも)

13日(金)14:30~15:30

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

・給水器を設置しています。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、館内では 靴下の着用をお願いします
・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【1階 いきいきひろば】
☎ 03(5956)2601【2階 子育てひろば】
FAX 03(5956)2602【1・2階 共通】

7月 の部屋貸出し抽選会 6月2日(月) 豊島区池袋本町3-9-4

令和7年

区民ひろば池袋本町6月カレンダー

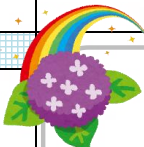


区民ひろば池袋本町
電話：3986-0041
：5956-2601
FAX:5956-2602

開館時間：9時～17時

休館日：祝日・年末年始

〈部屋利用状況 5/15現在〉

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	さくら倶楽部 ★のりもの	★貸室抽選会 ★Let's脳トレ ★のりもの 彬の会	◎認知症サポーター 養成講座 いけほん自彊術 ★のりもの	かわせみの会 ★みんなで卓球		リズム会 すずめの会 アヴィニヨンの会 皆楽来幸楽会	千歳会輪なげ 土筆会 ★アスレチック
午後	おたすけクラブ コスモスの会 ★のりもの	★Let's脳トレ 木蘭の会 平和の会 ★のりもの	かすみ草 さつき会 ★のりもの	幸楽会カラオケ 卓球クラブR	かすみ草 リフレッシュヨガ ★みんなで卓球	iloinenモルック 親子リトミック	宮元互楽会 ★アスレチック
	8	9	10	11	12	13	14
午前	のびのび体操 ★アスレチック	★Let's脳トレ 彬の会 ★アスレチック	皆楽来幸楽会 いけほん自彊術 ★アスレチック 池本スポーツ吹矢	本町友の会 ★みんなで卓球 ◎おでかけ相談	★おいでよモルック マシュマロ ★ベビーマッサージ ◎あそんで相談 フラワークラブ	宮元互楽会民謡会 すずめの会 ファイターズ ★ひまわり倶楽部 ◎CSW相談会	千歳会輪なげ ★のりもの
午後	ロッキー(2) コスモスの会 ★アスレチック	★Let's脳トレ カラオケサークル花 平和の会 ★アスレチック	かすみ草 やまびこの会 ★アスレチック	男のカラオケ 池本卓球クラブ	かすみ草 ロッキー(2) ★みんなで卓球		民生としまる体操 ★のりもの
	15	16	17	18	19	20	21
午前	★のりもの	★Let's脳トレ 彬の会 ★のりもの	皆楽来幸楽会 いけほん自彊術 ★のりもの 池本スポーツ吹矢	かわせみの会 描きつばた ★みんなで卓球	リフレッシュヨガ 池本卓球クラブ	リズム会 すずめの会 マシュマロ アヴィニヨンの会	土筆会 ★アスレチック
午後	コスモスの会 ★のりもの	★Let's脳トレ ◎ヒアリングフレイル 木蘭の会 平和の会 ★のりもの	かすみ草 さつき会 ★のりもの	★歌って元気！ ◎いけよん出前相談 卓球クラブR	かすみ草 男のカラオケ イチゴクラブ ★みんなで卓球	iloinenモルック 虹の会 親子リトミック しあわせちぎり絵	やまびこの会 さくら倶楽部 ★アスレチック
	22	23	24	25	26	27	28
午前	★アスレチック	★Let's脳トレ 池袋本町二丁目寿会 ★アスレチック 彬の会	★おたのしみ会 & 交通安全研修会 ★アスレチック	皆楽来幸楽会 ★みんなで卓球	すずめの会 フラワークラブ ★うたレク体操 かすみ草 ★みんなで卓球	休館日 	のびのび体操 ★のりもの 宮元互楽会民謡会 ★のりもの
午後	男のカラオケ ★アスレチック	★Let's脳トレ カラオケサークル花 平和の会 ★アスレチック	★いきいき体操 かすみ草 ★アスレチック	幸楽会カラオケ 池本卓球クラブ			
	29	30	 【マーク説明】 ★ ... ひろば主催事業 ☀ ... お昼の体操 ☺ ... ちびっこタイム ◎ ... 出前事業				
午前	★のりもの	★Let's脳トレ ★のりもの					
午後	千歳会コーラス ★のりもの	★Let's脳トレ 彬の会 ★のりもの					

【子育てひろば2階】

ランチタイム

月～金 12:10～12:40

おやつタイム

月～金 15:00～15:30

ご利用希望の方は
窓口にお声かけください

