

区民ひろばさくら 第一 令和7年 6月 のカレンダー

蒸し暑い日がふえましたね。
充分な水分補給を心がけましょう♪

NPO法人ひろばさくら 豊島区南長崎6-20-15
☎3950-8676

		♥親子スペシャル (ベビーマッサージ) 6/8(日) 10:30～11:30 【定員】10組 【対象】2～8ヶ月児の親子 【申込】受付中		◎フォトコーナー スタジオさくら 6/7(土)～6/9(月) 【対象】どなたでも 親子スペシャルに併せて フォトコーナーを設置します。 素敵な一枚をどうぞ！		パン販売 11:30頃～ ベーカリーこのは 10日(火) 茜パン工房 6・13・27日(金) なくなり次第終了		古着を回収しています 夏服・冬服・子ども服・タオルOK！ 回収BOXは館内に設置しています。開館時間 内であれば常時、投函できます。大量の持ち込 みはご連絡ください(下着・靴・布団類・汚れの ひどいものは回収できません)		ひろばさくらの情報 はホームページでも ご覧いただけます。 	
		日 1	月 2 アトリエ村	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7			
午前	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	貸室/★座としまる+	自彊術すずらの会		百寿会輪投げ 折り紙の会	長二会 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会			
午後	集多区	♥ブラレールとおもちゃ		編物研究会	カイラーサヨガ	★としまる体操	★フォローアップフレイルチェック ◎グループカラオケ	健康お楽しみ会			
		8	9	10	11	12	13	14			
午前	集多区	♥親子スペシャル ♥ブラレールとおもちゃ	ひろばさくら	自彊術すずらの会	ポッチャ南六 体操ひろば	百寿会輪投げ パレット	♥図書館おはなし会 (交通安全講習会) 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会			
午後	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	フラサークルレファ	民謡を楽しむ会	カイラーサヨガ	★としまる体操	編み物クラブ百寿会 ★フレイル測定とリフレ/アトリエ ◎スマホQ&A/CSW	健康お楽しみ会			
		15	16	17	18	19	20	21			
午前	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	★座としまる+ (交通安全講習会) 百寿会輪投げ	自彊術すずらの会	♥0歳からの音育	南六さくらクラブ(役員会) 折り紙の会	長二会 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会			
午後	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	◎音楽ひろば	編物研究会	カイラーサヨガ	★としまる体操 健康お楽しみ会		南長崎四丁目福寿会			
		22	23	24	25	26	27	28			
午前	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	【廃食油回収】 9時～12時半	自彊術すずらの会	体操ひろば ♥0歳からの音育 ♥看護師さんと身体測定	百寿会輪投げ パレット	長二会 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会			
午後	集多区	♥ブラレールとおもちゃ	フラサークルレファ 街角ときめきサロン	民謡を楽しむ会	カイラーサヨガ	★としまる体操 健康お楽しみ会	編み物クラブ百寿会 南六さくらクラブ(カラオケ)	南長崎四丁目福寿会			
		29	30	1 高齢者 2 障害者 3 生活困窮者 4 子育て世代 5 女性 6 若年層 7 地域住民 8 外国人 9 高齢者 10 障害者 11 生活困窮者 12 子育て世代 13 女性 14 若年層 15 地域住民 16 外国人 17 高齢者 【赤字は主催事業】 ★ 65歳以上の方 ◎ どなたでも ♥ 子育て中の方 (黒字は自主サークル) 4月より利用証が新しくなりました。 切り替えがまだの方は窓口まで お申し出ください。 (作成にはお時間をいただく場合がございます。 ご了承ください)					◎朝のラジオ体操 (9:15～) 毎日実施中！	SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS	
午前	集多区	ひろばさくら 臨時休館日									
午後	集多区										

【申込が必要】申込は前月27日(区内)、28日(区外)から

◎音楽ひろば 講師:末松ちあき氏

16日(月) 1:30～2:30 【定員20名】

ピアノの伴奏で様々な歌を歌います。

【申込が必要】申込は前回事業実施日の9時から

◎グループカラオケ

6日(金) 1:30～・2:40～ 2グループ
1グループ、3～10名 60分(換気10分)

◎スマホQ&A 講師:大正大学ボランティア

13日(金) 2:30～・3:00～・3:30～ 各回3名ずつ

※使用しているスマホをお持ちください。

♥0歳からの保育 講師:マンマードレ氏

18日(水) 10:30～11:00 2～8ヶ月位のお子さん

25日(水) 10:30～11:00 9ヶ月～1歳半位のお子さん

♥親子スペシャル
(ベビーマッサージ) 講師:古城恵子氏

8日(日) 10:30～11:30 2～8ヶ月位のお子さん

♥看護師さんと身体測定 講師:南長崎第一保育園看護師

25日(水) 10:00～10:30 当日でも受け付けます

♥ちびっこお話し会

今月はお休みです 次回は7月11日(金曜日)

【申込は不要】

★フレイル測定とリフレ 【先着15名程度】

13日(金) 2:00～2:40 受付1:30～

カラオケ機器を使ってリズムに合わせて体を動かします。
懐かしい歌も歌います♪

★座としまる+ (ぷらす) 10:00～11:00

2・16・30日(月)

豊島区オリジナル「座としまる体操」と2日は「ボウリング」16日は「交通安全講習会」30日は「歌」を行います。

★としまる体操

5・12・19・26日(木) 2:00～2:40

毎週木曜日実施中。豊島区オリジナル「としまる体操」で元気になる!

♥図書館おはなし会 中央図書館ボランティア

13日(金) 10:30～(30分程度) 終了後、交通安全講習会実施

♥ブラレールとおもちゃ 【対象:就学前のお子さんと保護者】

毎週日曜日 9:30～11:50・2:00～4:00

★アトリエ村出張相談 2日(月)10:00～11:00・13日(金)1:30～3:00 ◎何でも相談会(CSW) 13日(金)2:30～

※事業等は変更・中止になることがあります。 令和7年5月17日

さくら第二イベントのお知らせ

♥お下がり会 ~夏の陣~ (0~12歳用品対象)

7日(土) 10:00~11:30 ※詳細はホームページ・ポスターにて
物品受付期間：5月23日(金)~ 6月5日(木)まで

・ベビーカーなど大きな物については事前にお問い合わせください
・付録、おまけ、景品等のグッズはお預かりできません

【来月の予告】

◎夏まつり 出演：都立千早高校和太鼓部

7月20日(日) 10:00~11:00
和太鼓部の演奏と盆踊りで夏祭り



申し込みが必要な事業 受付9~5時

♥親子スペシャル「親子体操」 講師：藤井芳子氏

15日(日) 申込開始：5月11日(日)~
10:30~20分間 9ヶ月 ~ 1歳半対象 定員15組
11:00~20分間 1歳半 ~ 未就園児対象 定員15組

♥親子リトミック 講師：坂本久美子氏

16日(月)
10:30~10:55 9ヶ月 ~ 1歳半クラス 定員 7組
11:05~11:30 1歳半 ~ 未就園児クラス 定員 5組

◎グループ卓球 1グループ 2 ~ 6 名

22日(日) 9:30~10:10、10:20~11:00、11:10~11:40 6枠

申し込みが不要な事業

◎卓球タイム!

5・19日(木) 9:30~ 定員12名
9時25分までにお越しください。抽選をします。(上履き持参)

★座・としまる

3・10・17・24日(火) 10:00~ 約20分間

◎音楽ひろば

講師：末松ちあき氏
23日(月) 1:30~ 2:30

◎体幹エクササイズ

講師：須藤浩代氏
11・25日(水) 10:00~11:00

★元気になる体操

講師：小俣淳子氏
6・20日(金) 10:00~11:00

◎何でも相談会(CSW) 豊島区民社会福祉協議会

20日(金) 10:00~11:00

令和7年5月14日現在

		日 1	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前	H		高齢者福祉課 ◎貸室抽選	★座・としまる	骨盤体操♡	◎卓球タイム!	★元気になる体操 スマイル	♥お下がり会 ~夏の陣~
午後	H						翌日の事業準備の為 一般利用はできません	
		8	9	10	11	12	13	14
午前	H		高齢者福祉課	★座・としまる	◎体幹エクササイズ	ひろばさくら	太極拳&ストレッチ Go!Go!マビヨガ	健康吹矢「チェリー」 ギターサークルコモエスタ
午後	H						サロンリズム体操会 楽しく絵手紙	
		15	16	17	18	19	20	21
午前	H	♥親子スペシャル 「親子体操」	高齢者福祉課 ♥親子リトミック	★座・としまる	骨盤体操♡	◎卓球タイム!	★元気になる体操 &何でも相談会 スマイル	
午後	H							
		22	23	24	25	26	27	28
午前	H	◎グループ卓球	高齢者福祉課	★座・としまる	◎体幹エクササイズ	ポッチャ南六		健康吹矢「チェリー」
午後	H		◎音楽ひろば				Go!Go!マビヨガ	
		29	30					
午前	H		高齢者福祉課	赤字は主催事業 ♥子育て中の方対象 ◎どなたでも ★65歳以上の方対象 黒字は自主活動 H=さくらホール SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS ひろばさくら ホームページ				【基本、毎日実施しています】 ◎朝のラジオ体操 9時15分~ ◎ホールであそぼ 20分交替 ◎今日はあなたの誕生日 誕生日当日にお申し出ください。 生年月日が確認できる書類をお持ち ください。
午後	H	ひろばさくら 臨時休館日						

事業に参加する際(特に運動系)は 水分・タオル をお持ちください。 事業等は変更、中止になることがあります。