

4

おはなし会

5月8日(木) 10:30～11:00

絵本・紙芝居・パネルシアター楽しい時間を過ごしましょう
出演者:中央図書館読み聞かせボランティア




申込不要です
ご自由にお越しください♪

11

としまる体操

5月2日(金) 10:00～11:00

軽い運動と一緒に身体を動かしましょう
薄いタオルをお持ちください
申込不要です お気軽にご参加ください！




3

スマホ教室

5月14(水) 13:30～15:30

スマホ操作を学びましょう
講師:株式会社ソフマップ
定員:12名
申込:4/20(日)
10時より電話・窓口




11

ロビーコンサート

5月18日(日) 13:30～14:00

出演:ウクレレ合唱団鈴懸
ウクレレの音色をお楽しみください
お気軽にお立ち寄りください♪




利用証登録のお願い

4月から入館方法が新しくなりました。
利用証は新規作成になりますので、利用申請書の記入をお願いします。
登録時には住所明記のものを持参ください。
詳細は窓口にお尋ねください。

事業名		日時	内容・費用	受付 電話 窓口
いきいき	健康増進カラオケ	12日(月) 13:30～15:00	カラオケを楽しみながら、健康増進を図りましょう	申込不要
	手作り教室	19日(月) 13:30～15:00	みんなで楽しく小物作り 300円 講師:保坂紀子氏 定員12名	4/21(月)10時より ○
	貯筋体操	13・20・27日(火) 13:30～14:30	椅子に座って筋トレと脳トレをします タオルをご持参ください	申込不要
	ポッチャくらぶ	21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 初心者対象 定員18名	申込不要
	歌って元気	8日(木) 13:30～14:30	ピアノ伴奏で歌います 講師:下平麻紀氏	申込不要
	ひろば麻雀	22日(木) 13:30～15:30	麻雀を楽しみましょう! 4人1組でご参加ください	先着順
	としまる体操	2日(金) 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	申込不要
	大人のぬいえ	23日(金) 13:30～15:00	脳の活性化とストレス解消! 100円 講師:熊谷美智子氏 定員16名	4/25(金)10時より ○
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	申込不要
	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	申込不要
	ぴよぴよ1フレッシュ①	12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:ハイハイ期までの乳児と保護者 定員12組	5/2(金)10時より ○ ○
	ぴよぴよ1フレッシュ②	12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:歩き始め～未就学児と保護者 定員12組	5/2(金)10時より ○ ○
	ベビーマッサージ	26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10組	5/2(金)10時より ○ ○
	わんぱくタイム	20日(火) 10:30～11:30	親子で体を動かしましょう 講師:小布施由恵氏 対象:0歳児～未就学児と保護者 定員30組	5/2(金)10時より ○ ○
	ころころパーク	1・22・29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	申込不要
	小学生あそびの日	毎週木曜日 午後	広いホールでいろいろな遊びを楽しもう!	申込不要
	アスレチックひろば	毎週金曜日 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	申込不要
交流	ロビーコンサート	18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	申込不要
	歌ひろば (健康増進カラオケ)	18日(日) 14:00～16:00	カラオケを通じて世代間交流をしましょう	申込不要

2025年 5月のカレンダー

		日	月	火	水	木	金	土	
						1	2	3	
1階 (いきいき)	午前	洋					貸室受付 サークル代表者会 元気！ながさきの会	としまる体操 金曜会	休館 (憲法記念日)
	午後	洋					長崎二丁目ことぶき会 輪投げ部	富士見台ドレミ会 長崎二丁目ことぶき会 モルック部	
		区							
	午前	洋	4	5	6	7	8	9	10
	午後	洋	休館 (みどりの日)	休館 (こどもの日)	休館 (振替休日)	和踊りの会 しゅわとも	あばらぎヨガサークル たのしい中国語の会 みどり会書道クラブ	区政連絡会 金曜会	みどり会輪投げクラブ
		区				ポッチャフレンズ	歌って元気 盆踊りクラブ 野ばら歌の会	サロン歌声教室 手のことば	なかよし会 子供おながくクラブ レックス目白プライムシティ 管理組合
	午後	洋	11	12	13	14	15	16	17
	午後	洋	小原流いけばな教室	フラハーウ オ カヘラニ		元気！ながさきの会	パントマイム	ふたば会 金曜会	元気！ながさきの会 旅行グループ
		区	野菊の会 鑑古印社	健康増進カラオケ	琴寿会 貯筋体操 しゅわとも	ことぶき会ポッチャ部	みどり会書道クラブ フレイルしっかりチェック CSWぶらっと	富士見台ドレミ会 すすめの会	南長崎クラブ 子供おながくクラブ
	午後	洋		富士見アンサンブル研究会	楽しいウクレレ教室	スマホ教室			
	午前	洋	18	19	20	21	22	23	24
	午後	洋	小原流いけばな教室	コール・アダージョ富士見台	気功同好会 げんき！ながさきの会 朗読	長崎二丁目ことぶき会 カラオケ部 和踊りの会	あばらぎヨガサークル たのしい中国語の会	ことぶき会ポッチャ部 金曜会	元気！ながさきの会 旅行グループ
		区	ロビーコンサート 歌ひろば	長崎二丁目ことぶき会 輪投げ部	貯筋体操 手のことば	ポッチャくらぶ	ひろば麻雀	サロン歌声教室	みどり会輪投げクラブ
	午後	洋		手作り教室	富士見アンサンブル研究会	鑑古印社	野ばら歌の会	大人のめいえ	としま未来塾
	午前	洋	25	26	27	28	29	30	31
	午後	洋	野菊の会		気功同好会			ふたば会	
		区	パークホームス落合南長崎 管理組合	長崎二丁目ことぶき会 カラオケ部	琴寿会 貯筋体操 まちの相談室 レザーの会	総会	ポッチャフレンズ CSW茶話会	すすめの会	南長崎クラブ
	午後	洋	鑑古印社	富士見アンサンブル研究会	子育てネットワーク				
2階 (子育て)	午前	風					1	2	3
	午後	風					ころころパーク	アスレチックひろば ふたば会 元気！ながさきの会 フィットネス/吹矢グループ	休館 (憲法記念日)
	午前	風	4	5	6	7	8	9	10
	午後	風	休館 (みどりの日)	休館 (こどもの日)	休館 (振替休日)		サロンシニアエアロビクス (お)おはなし会 としまる体操in長崎 小学生あそびの日	アスレチックひろば やさしいヨーガ	ちびっくらんど
		午後				ちびっくらんど			
	午前	風	11	12	13	14	15	16	17
	午後	風	ちびっくらんど	びびびりフレッシュ①②	ちびっくらんど	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	ちびっくらんど
		午後		十人会		ちびっくらんど	としまる体操in長崎 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	
	午前	風	18	19	20	21	22	23	24
	午後	風	ちびっくらんど	ちびっくらんど	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 ふたば会	ちびっくらんど
		午後		十人会	元気！ながさきの会 太極拳	ちびっくらんど	小学生あそびの日		
	午前	風	25	26	27	28	29	30	31
	午後	風	ちびっくらんど	ちびっくらんど	ちびっくらんど	親子体操	ころころパーク	アスレチックひろば	ちびっくらんど
		午後		(お)ベビーマッサージ					
	午後	風		十人会		ちびっくらんど	小学生あそびの日		

洋…1階洋室
ホ…2階洋室

区…区民集会所
風…風の子ルーム

ミ…ミーティングルーム
お…おひさまルーム

太字 → 主催又は共催事業
細字 → 自主グループ

※このお知らせは4月15日現在の予定です
特定非営利活動法人 富士見台ひろば