# ようこそ要第27号

《発行》区民ひろば要運営協議会

発行責任者 和田健男

#### ~要のかなめはあなたです!~

## かなめ舞台発表会 11月8日(金)

ひろば要で活動するサークルの成果発表会!!

#### ご出演いただいたサークル(出演順)

- 1、太極拳の会(太極拳)
- 2、愛要会(詩吟)
- 3、要町サロン(ハンドベル)
- 4, かなめ健康ヨガ教室(ヨガ)
- 5、カラオケ唱友会(カラオケ)
- 6、太極拳長崎(太極拳)
- 7、コーロ楓(コーラス)



## ひろば芸術祭 10月24~27日(木~日)









#### ふわころ夏祭り 8月29日(木)





毎月第4木曜日は「ふわころタイム」の日。8月は「ふわころ夏祭り」でした。おさかなつりやボーリング、お面作り等のお店屋さんで0~3歳児親子が夏祭り気分を楽しみました。

#### 子育で親子 防災講座 9月1日(日) にこにご部会

ママ防災士による

子どもがいる親目線での防災準備はとても新鮮でした。「蓄光シール」や手のひらサイズの「持ち歩き用非常ポーチ」は、すぐにできる対策で参考になりました。

~今日からできる乳幼児子育て世代のおうち防災~





#### 防災展 9月3・4日(火・水) はつらつ部会 わくわく部会

災害が発生した時安全を確保する為に何が必要か。 防災グッズ・備蓄品・衛生 用品など手に取って見て頂きました。いざという時を 意頭に、日ごろから身の回 りの安全対策を!!





#### シニア祭 9月12日(木)

今年の「シニア祭」は 佐竹律香氏をお招きしシャンソン歌謡コンサート を開催♪素敵な歌声にうっとり聞きほれたあと、 「オーシャンゼリゼ」を 皆で口ずさみ、会場が一体となりました。





#### 要はつらつ健康講座 ② ③ 9月21日(土)・11月9日(土)はつらつ部会

新しく参加された方も何人か来られて 満席でした。いつものように分かりやす く、一人一人を丁寧に指導して下さいま した。寒くなると体が硬くなってしまい ますが、1時間の運動で温かくポッカポ カになりました。5回シリーズで1月3 月が予定されています。





## おやこふれあいストレッチ 9月28日(土) にこにご部会



ペルビックストレッチってどんなの!?と興味をもって参加された方もいたのでは?正しい姿勢、タオルを使ってのストレッチなど自分の体と

向き合う楽しい時間になりました!エネルギッシュな小室 先生にたくさんパワーをいただけました!!



#### //10ウィン DAY 10 月 11 日(金) にこにこ部会





ハッピーハロウィン♪思い思いの シールで飾ったハロウィンマントを まとって、オオカミ君と一緒にハ イ!ポーズ。



ゲームコーナーでたくさん 遊んだ後は、お菓子のプレゼ ント。素敵な笑顔あふれるハ ロウィン DAY でした。



## ベビー&キッズ・イングリッシュタイム 11月10日(日) にこにこ部会

音楽に合わせたり、体を動かしたり、絵本の読み聞かせと、みんなで遊ぶように英語を楽しみました。子育てマイスター資格もお持ちのかず先生。子育てについてのお話も参考になりました。





## 得々プチ情報



長い夏も去り外遊びが心地よい 季節となりましたので『板橋交通 公園』へ行ってきました。

道路や横断歩道、信号機が設置された園内は広く、緑が豊かです。 おすすめは9時~16時の間に無料で貸し出している自転車や自走

式ゴーカート!





极格公園

交通ルールを学びながら楽しく遊べます。更に実物の都電、都バスの展示があり こちらは内部見学もできます。全体に懐か しい雰囲気があり親子で楽しめる公園で す。近くにコンビニもあるので便利です!

ペンネーム:千秋楽

# 楽しいパズル「数独」

#### はつらつ部会 毎月第二 月曜日

				2	1	3		5
	4	1						
		3	9			6		2
			5	8				4
	9			7			5	
							6	7
7			8		9			3
8	3							
			6		2	1		

出題:はつらつ部会 泉 実吉 毎月1回 "楽しいパズル「数独」"を開催 しています。定員がありますので ひろば カレンダーをご確認の上お申込ください。 解答はひろば内掲示板をご覧ください。



#### **★編集後記**

記録づくしの猛暑の後、秋はあっという間に過ぎてしまいました。9月10月11月と「区民ひろば要」では、たっぷりの行事・イベントが実施されました。今回の第27号も皆様の活動を出来る限り余すことなく掲載したいと考え、盛り沢山の内容を満載いたしました。限られた紙面の都合ですが、多くの皆様にお伝えしお楽しみいただけると幸いです。どうぞ良いお年をお迎え下さい。

(酒井)

#### 区民ひろば要

〒1710043 豊島区要町 1-5-1 TEL・FAX 03-3972-6338 開館時間 9時から 17時 休館日 祝日 年末年始 ホームページアドレス

http:/www.toshima.ne.jp/h\_kaname/