TOSHIMA

# 令和5年4月号

発行:区民ひろば椎名町 住所: 豊島区南長崎4-29-10

電話:03-3950-3042

--運営協議会ウェブサイト http://www.toshima.ne.jp/~shiina

豊島区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

※開館時間、各種申込み手続きの受付時間は9:00~17:00です。

## 区民ひろば

# 



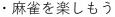


①毎月26日より(9:00~17:00の開館時間内)

②1日1人2プログラムまで

(日を違えれば別のプログラムもお申込みいただけます)

- 朝のひととき
- ・モルック
- ・脳トレタイム
- ・卓球
- ・音楽で脳トレ
- ・手話で歌おう
- ・ペン字で美文字
- ・碁楽将タイム
- ・はじめてのフラダンス
- ・その他季節イベント

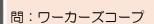




#### ひろばカフェ 毎週金曜日 10時~15時

スマホ・タブレット講座、

個別相談ができるカフェです



ひろばカフェ担当 2080-7858-0043

### 【子育てプログラム】

①毎月25日より(9:00~17:00の開館時間内)

(土日祝日に重なった場合は翌平日になります)

②1日1人1プログラムまで

(日を違えれば別のプログラムもお申込みいただけます)

- ③対象プログラム
  - ・にこにこタイム
  - ・親子でふれ愛体操(年4回開催)
  - ・親子ヨガ(年4回開催)
  - ・千味先生の音楽あそび(年4回開催)
  - ・ベビーマッサージ(年3回開催)
  - ・子育て応援講座(専門家を講師に迎え折々開催)
  - ・その他季節イベント

#### ◆王銘琬(おうめいえん)先生の純碁教室

日時:4月5日(水)15:00~16:30

定員:16名

申込:受付中(電話可)



#### 出張相談室 ☆申込不要です。お気軽にお越しください CSWによる何でも相談会 17日 (月) 11:00-12:00 ・どのような相談でもお伺いします。(豊島区民社会福祉協議会) まちの相談室 11日 (火) 14:00-15:00 ・身体、食、こころ、その他の相談を専門職がお受けします。(高齢者福祉課) アトリエ村出張相談 19日 (水) 14:00-15:15 ・高齢者のよろずお困り事相談です。(高齢者総合相談センター)

子育てプログラム	☆乳幼児親子のための	プロク	ブラム	*マークのものは事前申込が必要です。	定員
幼児タイム	毎週日曜日	(日)	9:30-11:30	・プラレール、トミカ、こえだちゃん等で遊べます。	6組
のりものタイム	毎週日曜日	(日)	14:00-16:30	・コンビカーや三輪車で遊べます。(ひとり1台)	幼児5人
よちよちタイム	6日	(木)	9:00-11:30	・歩き始めの赤ちゃんのあんよの練習カタカタ(押し車)が使えます。	5組
赤ちゃんタイム	4日	(火)	15:30-16:30	・1歳3か月までの赤ちゃんの身長と体重が測れます。	おおむね
& すくすくチェック	18日	(火)	10:30-11:30	(すくすくチェックは開始15分後からはじめます)	10組
にこにこタイム	20日	(木)	11:00-11:30	・お誕生会、ハーフバースデー、「こどもの日を祝いましょう!」	*24組

交流プログラム	☆すべての世代が対象	のプロ	コグラム	*マークのものは事前申込が必要です。	定員
卓球	3日	(月)	14:00-16:00	・卓球台をお使いいただけます。	*12名
碁楽将タイム	4日、18日	(火)	14:00-16:00	・囲碁、将棋、その他ボードゲームをお使いいただけます。	
手話で歌おう	15日	(土)	10:30-11:45	・歌に合わせて、手話を覚えます。(講師:白熊 千鶴子氏)	*20名
エリック	17日	(月)	(A) 13:30-14:30	・フィンランドのスポーツです。初めての方も楽しめます。	*8名
モルック			® 14:45-15:45		*8名

				0 11111		
	いきいきプログラム	☆65歳以上の高齢者	が対象	でのプログラム	*マークのものは事前申込が必要です。	定員
	朝のひととき	17日	(月)	10:30-11:30	・玄米にぎにぎ体操、牛乳パックで利用証入れを作ります。	*18名
	麻雀を楽しもう	4日、18日	(火)	9:30-12:00	・麻雀をお楽しみいただけます。	*12名
	ペン字で美文字	19日	(水)	13:30-15:00	・読みやすく美しい文字を学びましょう。(講師:江原紫光氏)	*24名
	はじめてのフラダンス	26日	(水)	14:00-15:00	・はじめての方も楽しく踊れます。(講師:小山とも子氏)	*16名
	音楽で脳トレ	11日	(火)	14:00-15:00	・カラオケ機器を用いて音楽で脳トレ体操を行います。	*16名
	脳トレタイム	28日	(金)	A 9:30-10:20	・・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操をします。	*24名
				B 11:00-11:50		*24名

### 区民ひろば椎名町 令和5年4月の予定表

区民ひろば椎名町 東京都豊島区南長崎 4-29-10 **a** 03 - 3950 - 3042

【開館時間】9:00~17:00

のりものタイム

【休館日】祝日·年末年始

「区民ひろば」は乳幼児から高齢者まで、どなたでもご利用になれます。 (利用証の作成をお願いしています。) いきいき事業 交流事業 子育て事業 団体貸出不可 火 木 余 水 4月30日 教 Ι F 午 教…教養室  ${\rm I\hspace{-.1em}I}$ みみずくサロン 前 Ⅰ…多目的室1 2 ホ Ⅱ…多目的室2 F 幼児タイム ホ…ホール 教 プ…プレイルーム Ι 午 F Π 後 ホ プ のりものタイム 5 8 4 6 教 Ι 南部福寿会 F 午 貸室受付 麻雀を楽しもう 陳式混合太極拳 長二会 II前 四福 わなげ 2 ホ 北福 わなげボッチャ としまる体操 F プ 幼児タイム よちよちタイム 教 フラサークル Ι F 午 碁楽将タイム 純碁教室 ホロホロ II後 2 卓球 卓球同好会 のびのび筋力 木 小学生もプラレール F プ のりものタイム 11 12 13 15 9 10 14 教 南部福寿会 Ι F 手話で歌おう 午 IIフラハウオカヘレラニ つながるサロンゆい 編あみ会 前 ホ 四福ボッチャ ボッチャ椎名町 北福 わなげボッチャ サロンリズム体操 幼児タイム 四福カラオケ 教 Ι F 音楽で脳トレ II区高連第8ブロック 後 2 ホ 元気!ながさき 卓球同好会 小学生もプラレール レクダンス F プ のりものタイム 17 18 19 20 21 22 16 教 F 朝のひととき 麻雀を楽しもう II前 陳式混合太極拳 としまる体操 ホ にこにこタイム F プ 幼児タイム 教 四福カラオケ Ι フラサークル F ペン字で美文字 モルック 碁楽将タイム 楽しく絵手紙 ホロホロ II後 2 F ホ 簡化24式 小学生もプラレール のびのび筋力 のりものタイム 24 25 26 27 28 29 教 Ι F 脳トレタイム II編あみ会 前 2 サロンリズム体操 四福ボッチャ ボッチャ椎名町 北福 ぬり絵 つながるサロンゆい ホ F 幼児タイム 休館 (昭和の日) 教 Ι はじめての F 午 レクダンス フラダンス II後 2 F ホ 元気!ながさき 簡化24式 小学生もプラレール