



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。

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

***65歳以上の高齢者が対象**

■高齢者福祉課出前講座

『メモリートーク』

～思い出を話そう～

日時：8月24日(木) 14:00-15:00

定員：18名

申込：7月26日(水)より受付(電話可)

講師：相澤和彦氏

(認知症地域支援推進員)

■生活産業課出前講座

【わたしと家族の『そうぞく』講座】

日時：8月28日(月) 10:00～11:30

定員：24名

申込：7月26日(水)より受付(電話可)

■敬老の集い

日時：9月9日(土)

13:45～15:00

出演：早稲田大学

津軽三味線愛好会 三津巴

定員：80名

申込：

7月31日(月)より(65歳以上の方)

8月9日(水)より(どなたでも)



申込等ご不明な点がございましたら、当区民ひろばまでお問合せください。



ひろばプログラム
申込開始日と方法

●いきいき事業：7月26日(水)より

※1日2つまで

●交流事業：7月26日(水)より

※1日2つまで(モルックは1日1つ)

●子育て事業：7月25日(火)より

※1日1つまで

- ・各事業ともに翌日以降も申込可
- ・申込は窓口・電話にて受付(窓口優先)
- ・受付時間は9時から5時(休館日は除く)

*全世代が対象

■王銘琬(おうめいえん)先生の
純碁教室

わかりやすい解説で10分でルールを覚えて
どなたでも対戦が楽しめます

日時：8月2日(水) 15:00～16:30

定員：16名 講師：王 銘琬氏(九段)

対象：小学生以上

小学生歓迎

■異文化交流イベント

『ハワイアンカルチャー体験講座』

日時：8月17日(木) 10:30～11:30

定員：24名 対象：どなたでも

内容：ハワイについてのお話とペットボトルを使って民族楽器のリズムを体験する講座です。

申込：7月31日(月)より(電話可)

*乳幼児が対象

■千味先生の音楽あそび

日時：8月24日(木) 10:30-11:30

対象：未就学児と保護者

講師：千味麻里氏

定員：12組

※後半に、ここにこタイムで行っている8月生まれのお子さん、2月生まれのハーバースデーのお子さんのお祝い会を行います。

9月の予告

■ぞうしがやこどもステーション

「読んで遊んでえほんの会」

日時：9月4日(月) 10:30-11:15

対象：未就学児と保護者

アーティスト：えほんず

定員：15組

申込：8/21(月)より受付(電話可)

ちょっと一息

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
問：ワーカーズコープ
ひろばカフェ担当

☎080-7858-0043

出張相談室

☆申込不要です。お気軽にお越しください

CSWiによる何でも相談会	17日	(木)	10:30-11:45	・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)
アトリ工村出張相談	25日	(金)	10:00-12:00	・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グラム

*マークのものは事前申込が必要です。

プログラム	曜日	日	時間	内容	定員
小学生もプラレール	毎週木曜日	(木)	15:00-16:30	・小学生用にプラレールを貸し出します。	小学生6組
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。	4組
のりものタイム	ホール使用可能な日		9:30-11:30	・コンピカーや三輪車で遊べます。 ※状況により変更があります。	--
よちよちタイム			14:00-16:30		--
赤ちゃんタイム & すくすくチェック	1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。 (すくすくチェックは開始15分後からはじめます)	おおむね 10組

交流プログラム

☆すべての世代が対象のプログラム

*マークのものは事前申込が必要です。

プログラム	日	日	時間	内容	定員
卓球	7日	(月)	14:00-16:00	・対戦表に合わせて卓球を楽しみます。上履きをご持参ください。	*12名
碁楽将タイム	1日、15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	19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
みんなでモルック	21日	(月)	① 13:30-14:30	・小学生から大人まで一緒にモルックを楽しみます。 モルックはどなたでもできるフィンランドのスポーツです。	*各回 大人8名 小学生2名
			② 14:45-15:45		

いきいきプログラム

☆65歳以上の高齢者が対象のプログラム

*マークのものは事前申込が必要です。

プログラム	日	日	時間	内容	定員
朝のひととき	21日	(月)	10:00-11:00	・玄米にぎにぎ体操、懐かしいびゅんびゅんゴマを作ります。	*24名
麻雀を楽しもう	15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	16日	(水)	13:30-15:00	・読みやすく美しい文字を学びます。(講師:江原紫光氏)	*24名
はじめてのフラダンス	23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
脳トレタイム	25日	(金)	10:00-11:00	・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操と高齢者交通安全講習会。	*40名

区民ひろば椎名町 令和5年8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
☎ 03 - 3950 - 3042

【開館時間】9:00 ~ 17:00 【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ます。)

※ 斜線部分は、ご利用になれません。
※ 下線のついたプログラムはひろば事業です。
※ 事業等は都合により変更になることがあります。

		日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	4	5	
午前	1F	教…教養室 I…多目的室1 II…多目的室2 ホ…ホール プ…プレイルーム		貸室受付			としまる体操		
	2F				陳式混元太極拳 三北福輪ポッチャ				
午後	1F				音楽将タイム	純基督教室			四福カラオケ
	2F					卓球同好会		のびのび筋力	
			6	7	8	9	10	11	12
午前	1F		山の日	南四福寿会	南四福輪投	つながるサロンゆい		南三南部福寿会	
	2F			フラハラウオカヘレラニ	ポッチャ椎名町	三北福輪ポッチャ	サロンリズム体操		
午後	1F								四福カラオケ
	2F				卓球	元気!ながさき	卓球同好会		区高連第8ブロック
		13		14	15	16	17	18	19
午前	1F	山の日		南三北福カラオケ		麻雀		南三南部福寿会	としまる体操
	2F			フラハラウオカヘレラニ		陳式混元太極拳		手話で歌おう	
午後	1F			南四福輪投	四福ポッチャ		異文化交流講座		
	2F				椎の木卓球会			サロンレクレーションダンス	
			20	21	22	23	24	25	26
午前	1F		山の日		朝のひととき				脳トレタイム
	2F			南四福寿会	ポッチャ椎名町	南三北福脳トレ	千味先生の音楽遊び	つながるサロンゆい	
午後	1F			モルック		はじめてのフラダンス	高福出前講座 メモリートーク	のびのび筋力	
	2F				元気!ながさき	簡化24式		サロンレクレーションダンス	
		27		28	29	30	31		
午前	1F	山の日			生活産業課 出前講座		陳式混元太極拳		
	2F			四福ポッチャ	南三南部福寿会		サロンリズム体操		
午後	1F								
	2F							小学生もブラレール	