



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。

【9月のひろばプログラム申込開始日と方法】

- いきいき事業：8月26日(土)より ※1日2つまで(麻雀は1日1つ)
・朝のひととき・麻雀を楽しもう・脳トレタイム・音楽で脳トレ
- 交流事業：8月26日(土)より ※1日2つまで
・卓球・手話で歌おう・みんなでモルック講習会・純碁教室
- 子育て事業：8月25日(金)より ※1日1つまで
・にこにこタイム・親子ヨガ

※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

純碁は簡易版囲碁です。わかりやすい解説でルールを覚えてどなたでも対戦が楽しめます。
日時：10月4日(水) 15:00-16:30
定員：16名
対象：小学生以上
講師：王 銘琬氏



■みんなでモルック講習会

講師を招いてモルックのルールをしっかりと学びます。
日時：9月25日(月) 13:30-15:30
定員：18名 対象：小学生以上の方
講師：東京都モルック協会副会長 和田貴裕氏
申込：区民の方は8月26日(土)より、
区外の方は8月31日(木)より受付(電話可)



*65歳以上の高齢者が対象



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
申込：どなたでも**受付中** 定員：80名
演奏曲：津軽三味線代表曲「六段」
三津巴オリジナル曲 他

*乳幼児が対象

■そ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：受付中

◆親子ヨガ

日時：9月13日(水) 10:00～10:45
対象：首のすわっている0歳～満3歳児と保護者
定員：15組 講師：高瀬夏実氏



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
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	19日	(火)	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)	
まちの相談室	8日	(金)	10:00-11:15	・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	22日	(金)	10:00-11:15	・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グラム		*マークのものは事前申込が必要です。	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	毎日 ※事業等で利用できない 場合もあります		9:30-11:30	・コンビ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	・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。	--
赤ちゃんタイム & すくすくチェック	5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
	19日	(火)	10:30-11:30		
にこにこタイム	21日	(木)	11:00-11:30	・お誕生会、ハーフバースデー、「からだをつかって楽しもう」 *8月25日(金)より申込受付(電話可)	*乳幼児 24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。	定員
卓球	4日	(月)	14:00-16:00	・卓球台をお使いいただけます。上履きをご持参ください。	*12名
碁楽将タイム	5, 19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	16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
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。	定員
麻雀を楽しもう	5日・19日	(火)	9:30-12:00	・麻雀をお楽しみいただけます。	各日*12名
音楽で脳トレ	8日	(金)	10:00-11:00	・カラオケ機器を用いて音楽で脳トレ体操を行います。	*24名
朝のひととき	25日	(月)	10:00-11:00	・玄米にぎにぎ体操のあと、10月と11月のカレンダー塗り絵をします。	*24名
脳トレタイム	22日	(金)	10:00-11:00	・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操をします。	*40名

☆小学生、中学生、高校生も、区民ひろばを利用できます。※車椅子の短期貸し出しをしています。

令和5年8月17日現在

区民ひろば椎名町 令和5年9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ています。)

※ 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。

		日	月	火	水	木	金	土	
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					1	2	
	2F						貸室受付 としまる体操	みみずくサロン	
午後	1F								交流ひろば
	2F						のびのび筋力 サロンレクダンス		
		3	4	5	6	7	8	9	
午前	1F	教 I	万ハワオカレテ	<u>麻雀を楽しもう</u>	陳式混元太極拳		<u>音楽で脳トレ</u>		
	2F	教 II	<u>読んで遊んでえほんの会</u>	南四福輪投げ	南三北福輪投げ	サロンリズム体操			
午後	1F	教 I	南四福カラオケ			南四福カラオケ		敬老の集い	
	2F	教 II		<u>基楽将タイム</u>					
		10	11	12	13	14	15	16	
午前	1F	教 I	南三北福カラオケ会			南三南福輪投げ	長二会	<u>手話で歌おう</u>	
	2F	教 II	万ハワオカレテ	つながるサロンゆい	南三北福輪投げ		としまる体操		
午後	1F	教 I	南四福ポッチャ	ポッチャ椎名町	<u>親子ヨガ</u>				
	2F	教 II	<u>幼児タイム</u>				のびのび筋力		
		17	18	19	20	21	22	23	
午前	1F	教 I	敬老の日	<u>麻雀を楽しもう</u>		南三南福輪投げ	<u>脳トレタイム</u>	秋分の日	
	2F	教 II		南四福輪投げ	編あみ会 陳式混元太極拳	<u>にこにこタイム</u>	つながるサロンゆい		
午後	1F	教 I		<u>基楽将タイム</u>		楽しく絵手紙			
	2F	教 II			簡化24式		サロンレクダンス		
		24	25	26	27	28	29	30	
午前	1F	教 I	朝のひととき			南三北福ぬり絵			
	2F	教 II	南四福ポッチャ	ポッチャ椎名町	編あみ会	サロンリズム体操			
午後	1F	教 I	<u>モルック講習会</u>					フラサークルホロホロ	
	2F	教 II		元気！ながさき	簡化24式				

