



ひろば事業

☆申込開始日と方法☆

●いきいき事業：

区内：10月28日（月）より
区外：10月31日（木）より
※1日2つまで（麻雀は1日1つ）

●交流事業：

区内：10月28日（月）より
区外：10月31日（木）より
※1日2つまで

●子育て事業：

区内：10月25日（金）より
区外：10月28日（月）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）

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。ワンコインランチ・パンの販売もご利用いただけます。

問：ワーカーズコープ

ひろばカフェ担当 ☎080-7858-0043

■長崎第一地区民生委員児童委員

みみずくサロン

『簡単速攻元気椅子ヨガ』

日時：11月2日（土）
10:00～12:00

受付中です



☆交流ルームでのカフェ、食堂などの事業開催時は一般の利用ができません場合があります。

ご不便をおかけいたしますがご了承ください。

☆来館時には靴下の着用をお願いいたします。

☆申込など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。

*運営協議会主催

■ひろばまつり

ゲームや、食べ物、アクセサリ販売コーナー、復興支援コーナーなどが楽しめます。

日時：11月17日（日）13:15～15:00

受付 13:00～14:30（開会式13:15より）

対象：どなたでも

持ち物：靴袋、景品を入れる袋

■クリスマスコンサート

歌とピアノのコンサートです

日時：12月8日（日）10:30～11:30

出演：森菜々子氏（歌）他 定員：70名

対象：どなたでも 申込：11/8（金）より

*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：12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

つなが・つながる・ひろばのWA！



ひろばをめぐってスタンプボン！

11月1日（金）～12月28日（土）
すべての区民ひろばでスタンプラリーを開催します。
スタンプを押して景品をもらおう！！

*65歳以上の高齢者が対象

■高齢者福祉課出前講座『おなか元気』教室



日時：11月28日（木）14:00～15:00

定員：24名

持ち物：筆記用具、水分補給できるもの

講師：東京ヤクルト販売株式会社

申込：【区内】10/28（月）より

【区外】10/31（木）より

*乳幼児が対象

■おはなし会

豊島区立図書館読み聞かせボランティアの方々による読み聞かせです。

日時：11月12日（火）10:30～10:50

対象：就学前のお子さまと保護者

定員：12組

■あそんで相談

子育てで気になること、心配なことをお子さまを遊ばせながら、西部子ども家庭支援センターのスタッフに相談できます。

日時：11月14日（木）10:00～11:30

対象：就学前のお子さまと保護者

申込：不要

■千味先生の音楽あそび

日時：11月28日（木）10:30～11:30

対象：就学前のお子さまと保護者

定員：14組 講師：千味麻里氏



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

25日

（月）

14:00-15:15

・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）

アトリエ村出張相談

27日

（水）

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）

子育て事業

☆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

幼児タイム

3日、10日、24日

（日）

9:30-11:30

・ブラレール、トミカ、こえだちゃんなどで遊べます。

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

13:30-16:30

・コンピカーや三輪車、カタカタ（押し車）などで遊べます。
※状況により変更があります。

--

赤ちゃんタイム
& すくすくチェック

5日

（火）

15:00-16:00

19日

（火）

10:30-11:30

・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

おはなし会

12日

（火）

10:30-10:50

・豊島区立図書館読み聞かせボランティアの方々による読み聞かせです。

*12組

にこにこタイム

21日

（木）

10:30-11:00

・お誕生会、ハーフバースデー、「クリスマスリースをつくろう！」

*24組

交流事業

☆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

碁将タイム

5日、19日

（火）

13:00-16:00

・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

9日

（土）

10:15-11:45

・歌に合わせて、手話を覚えます。（講師：白熊 千鶴子氏）

*20名

なかよく卓球

21日

（木）

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

みんなでモルック

25日

（月）

14:00-15:00

・小学生から大人まで一緒に楽しめるフィフント発祥のスポーツです。

*16名

いきいき事業

☆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12名

脳トレタイム&交通安全研修会

20日

（水）

10:00-11:30

・音読、計算などの頭の体操と交通安全研修会を行います。

*34名

朝のひととき

25日

（月）

10:00-11:00

・玄米にぎにぎ体操と「12月1月のカレンダー塗り絵」を楽しみます。

*24名

音楽でカラダ元気！

27日

（水）

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。

*28名

			日	月	火	水	木	金	土	
								1	2	
午前	1 F	教Ⅰ	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	みみずく班	
	2 F	ホブ							長3長寿会	
午後	1 F	教Ⅰ							南4福カラオケ	
	2 F	ホブ						ゆうばえ		
			3	4	5	6	7	8		9
午前	1 F	教Ⅰ	南4福モルック	振替休日	南三北カラオケ	南三北輪ボッチ	南三南部福寿会	長二会	手話で歌おう	
	2 F	ホブ			麻雀を楽しもう	陳式混元太極拳	リズム体操			としまる体操
午後	1 F	教Ⅰ			幼児タイム	ボッチャ椎名町			高福セミナー	南4福カラオケ
	2 F	ホブ				基楽将タイム	卓球同好会	レクダンス		
			10	11	12	13	14	15	16	
午前	1 F	教Ⅰ	幼児タイム	フラハラウオカ		編あみ会		としまる体操	ひろばまつり準備	
	2 F	ホブ			おはなし会	南三北輪ボッチ	リズム体操			
午後	1 F	教Ⅰ			椎の木卓球	サロン「ゆい」			のび筋	ひろばまつり準備
	2 F	ホブ				元気！ながさき	南4福ボッチャ	南4福輪投げ		
			17	18	19	20	21	22	23	
午前	1 F	教Ⅰ	ひろばまつり	ひろばまつり撤収	麻雀を楽しもう	脳トレタイム	南三南部福寿会	長二会	勤労感謝の日	
	2 F	ホブ			ボッチャ椎名町	陳式混元太極拳	にこにこタイム			サロン「ゆい」
午後	1 F	教Ⅰ		南4福輪投げ	基楽将タイム	簡化24式	楽しく絵手紙	南長崎子ども食堂		
	2 F	ホブ			長三輪投げ	卓球同好会	なかよく卓球	レクダンス		
			24	25	26	27	28	29	30	
午前	1 F	教Ⅰ	南4福モルック	南三北カラオケ	朝のひととき	編あみ会		千味先生音楽		
	2 F	ホブ		南4福ボッチャ	長三輪投げ	音楽で元気(アトリエ村)	南三北脳トレ絵			
午後	1 F	教Ⅰ		幼児タイム	モルック(CSW相談)			高福講座おなか元気		のび筋
	2 F	ホブ			ゆうばえ	椎の木卓球	元気！ながさき	簡化24式		