



【6月のひろばプログラム申込開始日と方法】

- **いきいき事業**：5月26日(金)より※1日2つまで(麻雀・脳トレは1日1つ)
 - ・朝のひととき ・麻雀を楽しもう ・ペン字で美文字 ・『自分発見』
 - ・脳トレタイム ・音楽で脳トレ ・はじめてのフラダンス
- **交流事業**：5月26日(金)より※1日2つまで(モルックは1日1つ)
 - ・卓球 ・手話で歌おう ・モルック ・純碁教室
- **子育て事業**：5月25日(木)より※1日1つまで
 - ・にこにこタイム ・親子ヨガ ・食育講習会



※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：6月7日(水) 15:00～16:30 定員：16名
対象：小学生以上 講師：大野泰彦(代行)
申込：4月26日(水)より受付中(電話可)



■ **いきいき歴史講演会**

「南長崎と落合がなぜ漫画と文学にわかれたのか？」
日時：6月16日(金) 14:00～15:30
対象：どなたでも 講師：小林俊史氏
定員：30名 申込：5月26日(金)より受付(電話可)

◆ **子育て世代向け「資産形成セミナー」**

日時：6月17日(土) 14:00～15:00
対象：どなたでも 定員：10組
講師：鶴川和宏氏
申込：5月26日(金)より受付(電話可)

***65歳以上の高齢者が対象**

■ **高齢者福祉課出前講座『自分発見』**

内容：自分自身の目標や生きがい、楽しみを生活の中から
発見しましょう
日時：6月22日(木) 14:00～15:00
定員：15名
講師：作業療法士 村田隆造氏



***乳幼児が対象**

◆ **親子ヨガ**

日時：6月14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：高瀬夏美氏



■ **「あそんで相談」**

日時：6月15日(木) 10:00～11:30
対象：未就学児と保護者
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。予約不要。

■ **「食育講習会 幼児食について」**

日時：6月20日(火) 10:30～11:15
対象：1歳半以降の幼児を持つ保護者の方
定員：20組 講師：長崎健康相談所 管理栄養士

■ **おでかけ相談**

日時：6月27日(火) 11:00～12:00
子育てのこと、親御さんご自身のことなどを、東部子ども家庭支援
センターの専門スタッフがお話をお伺いします。予約不要。

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



★申込等ご不明な点がございましたら、当ひろばまでお問合せください。

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 | 6日 | (火) | 15:00-16:30 | ・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 | 9日 | (金) | 10:00-11:30 | ・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 | 23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。

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 | 4.11.18.25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。 | 幼児6組 |
| のりものタイム | 4.11.18.25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 |
| 赤ちゃんタイム & すくすくチェック | 6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) | 各10組 |
| | 27日 | (火) | 10:30-11:30 | | |
| よちよちタイム | 1日 | (木) | 9:00-11:30 | ・歩き始めの赤ちゃんのあんよの練習にカタカタ(押し車)が使えます。 | 5組 |
| にこにこタイム | 15日 | (木) | 11:00-11:30 | ・お誕生会、ハーフバースデー、「雨の日も楽しみましょう」 *5月25日(木)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 | 5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 | 6.20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 | 17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 |
| モルック | 19日 | (月) | ①13:30-14:30 ②14:45-15:45 | ・初めての方も楽しめるフィンランドのスポーツです。 | *各8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 | 6日・20日 | (火) | 9:30-12:00 | ・9:30に組み合わせの抽選を行います。 | *12名 |
| 音楽で脳トレ | 9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 | 19日 | (月) | 10:00-11:00 | ・玄米にぎにぎ体操のあと、七夕飾りを作ります。 | *15名 |
| ペン字で美文字 | 21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 | 28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 | 23日 | (金) | Ⓐ 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 |
| | | | Ⓑ 11:00-11:50 | | *24名 |

区民ひろば椎名町 令和5年6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 | 3 |
| | 2F | | | | | 貸室受付 | 長二会 | |
| 午後 | 1F | | | | | よちよちタイム | としまる体操 | みみずくサロン |
| | 2F | | | | | | | |
| 午前 | 1F | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| | 2F | 幼児タイム | フハラカオカハラニ | 麻雀を楽しもう | 陳式混元 太極拳 | 南三北わなげポッチャ | サロンリズム体操 | ヒアリングフレイル 音楽で脳トレ (まちの相談室) |
| 午後 | 1F | | | 基楽将タイム | 純基教室 | | | 四福カラオケ |
| | 2F | のりものタイム | 卓球 | | 卓球同好会 | 小学生もブラレール | サロンレクダンス | フラサークルホロ ホロ |
| 午前 | 1F | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| | 2F | 幼児タイム | フハラカオカハラニ 四福ポッチャ | つながるサロンゆい ポッチャ椎名町 | 編あみ会 親子ヨガ | 南三北わなげポッチャ 南三南部福寿会 | にこにこタイム | 手話で歌おう |
| 午後 | 1F | | | | 簡化24式 | 楽しく絵手紙 | 歴史講演会 | |
| | 2F | のりものタイム | 椎の木卓球会 | 元気!ながさき | 卓球同好会 | 小学生もブラレール | | 資産形成セミナー |
| 午前 | 1F | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| | 2F | 幼児タイム | 朝のひととき | 麻雀を楽しもう | 陳式混元 太極拳 | 南三南部福寿会 | 脳トレタイム (アトリエ村) | つながるサロンゆい ミモーサ |
| 午後 | 1F | | モルック | 基楽将タイム | ペン字で美文字 | 高福出前講座 | のびのび筋力 | |
| | 2F | のりものタイム | | | 簡化24式 | 小学生もブラレール | サロンレクダンス | |
| 午前 | 1F | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| | 2F | 幼児タイム | 四福ポッチャ | ポッチャ椎名町 | 編あみ会 南三北部脳トレ | 南三南部福寿会 | としまる体操 | |
| 午後 | 1F | | | | はじめての フラダンス | | | |
| | 2F | のりものタイム | | 元気!ながさき | | 小学生もブラレール | | |