



豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

11月

# 令和5年11月号 区民ひろば 椎名町便り

※開館時間、各種申込み手続きの受付時間は9:00~17:00です。



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>

## 11月

### ひろばプログラム申込開始日と方法

- いきいき事業：10月26日(木)より  
※1日2つまで(麻雀は1日1つ)
- 交流事業：10月26日(木)より
- 子育て事業：10月25日(水)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)

### 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

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。

## 4年ぶりに再開!

# 「つなぐ・つながる・ひろばのWA!」

### ひろばをめぐってスタンプポン!

11月1日(水)~12月28日(木)  
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!!

### 運営協議会

- ◆運営協議会 椎名町小学校 共催  
みらいのまちづくりプロジェクト  
椎名町小学校6年生による発表  
日時：11月11日(土) 10:00~  
対象：どなたでも  
※詳細は館内ポスターをご覧ください
- ◆運営協議会主催ひろばまつり  
日時：11月26日(日) 13:30-16:00  
(開会式13:15より)  
対象：どなたでも

### \*乳幼児が対象

#### ■千味先生の音楽あそび

日時：11月30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

### \*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6日(水) 15:00~16:30  
定員：16名 講師：王 銘琬氏  
対象：小学生以上

**小学生歓迎!**

### \*65歳以上の高齢者が対象

#### ■高齢者福祉課出前講座 『口腔』

日時：11月16日(木) 14:00-15:00  
定員：18名  
講師：アゼリア歯科 歯科衛生士

出張相談室	☆申込不要です。お気軽にお越しください			
まちの相談室	10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)
CSWによる何でも相談会	20日	(月)	15:00-16:00	・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)
アトリエ村出張相談	24日	(月)	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				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	5日、12日、19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		9:30-11:45	・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			13:00-16:30	・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。	--
にこにこタイム	16日	(木)	11:00-11:30	・お誕生会、ハーフバースデー「クリスマスオーナメントを作ろう」	*24組
赤ちゃんタイム & すくすくチェック	7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
	21日	(火)	10:30-11:30		

交流プログラム	☆すべての世代が対象のプログラム				定員
卓球	6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	7日、21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	18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	20日	(月)	15:00-16:00	・小学生から大人まで一緒に楽しめるフィンランドのスポーツです。	*大人16名 小学生4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				定員
麻雀を楽しもう	7日、21日	(火)	9:30-12:00	・麻雀をお楽しみいただけます。	*12名
音楽で脳トレ	10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。	*28名
ペン字で美文字	15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
朝のひととき	20日	(月)	10:00-11:00	・玄米にぎにぎ体操のあと、12、1月のカレンダー塗り絵をします。	*24名
はじめてのフラダンス	22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	24日	(金)	10:00-11:00	・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操。	*40名

# 区民ひろば椎名町 令和5年11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。
- ※ 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		
午前	1F				貸室受付		文化の日	みみずくサロン		
	2F		南三北福ポッチャ輪							
午後	1F								南四福カラオケ	
	2F		卓球同好会						コーラスゆうばえ	
			5	6	7	8		9	10	11
午前	1F			南三南部福寿会	麻雀を楽しもう	編あみ会		南三南部福寿会	音楽で脳トレ (まちの相談室)	六年生の発表 (まちづくり プロジェクト)
	2F		幼児タイム	フラハラウオカヘレラニ	ポッチャ椎名町	南三北福ポッチャ輪		サロンリズム体操	南四福輪投げ	
午後	1F				基楽将タイム			オンライン介護 予防講座		六年生の発表 (まちづくり プロジェクト)
	2F			卓球		卓球同好会				
			12	13	14	15		16	17	18
午前	1F		南三北福カラオケ			南三南部福寿会		手話で歌おう		
	2F	幼児タイム	フラハラウオカヘレラニ	つながるサロンゆい 南四福ポッチャ	陳式混元図極拳	にこにこタイム	としまる体操		ミモーサ	
午後	1F				ペン字で美文字	高福出前講座 「口腔」		コーラスゆうばえ		
	2F		椎の木卓球会	元気！ながさき	簡化24式		サロンレクダンス			
		19	20	21	22	23	24	25		
午前	1F		朝のひととき	麻雀を楽しもう	編あみ会	勤労感謝の日	脳トレタイム (アトリエ村)	つながるサロンゆい		
	2F	南三北福寿会 幼児タイム	南四福輪投げ	ポッチャ椎名町	南三北福脳トレ					
午後	1F		みんなでモルック (CSW)	基楽将タイム	はじめての フラダンス			のびのび筋力		
	2F	南三北福寿会			簡化24式			サロンレクダンス		
		26	27	28	29		30			
午前	1F	ひろばまつり						<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;">                     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                 </div>		
	2F		南四福ポッチャ		陳式混元太極拳		千味先生の音楽あそび			
午後	1F						楽しく絵手紙			
	2F		椎の木卓球会	元気！ながさき						