

# 10月のお知らせ

平成29年9月5日発行

# 区民ひろば 要

区民ひろば要はみんなで作り上げていく「ひろば」です  
「元気な地域の拠点！」を目指します

〒171-0043  
豊島区要町1-5-1  
電話3972-6338



## ハロウィンDAY

16日(月曜日)

午前10時30分から11時30分

ダンボールのお家や釣り  
迷路で遊ぼう!

対象 未就学児親子  
お菓子 70名(先着順)

主催 運営協議会 にこにこ部会

## ベビー イングリッシュタイム

28日(土曜日)

午前10時30分から11時30分

講師 小林一枝氏

対象 0才から1才半の親子(10月1日現在)

定員 25組 先着順

申込 2日(月曜日)

主催 運営協議会にこにこ部会

手作り  
サロン

## 布で作るネックレス

6日(金曜日)

午後1時30分から3時

定員 20名(先着順) 無料

申込 9月11日(月曜日)

主催 運営協議会 はつらつ部会

## 落語会

21日(土曜日)

午後1時30分から2時30分

出演 真打 三遊亭窓輝 他

どなたでも  
どうぞ

笑ってイキイキ!子育て!

## 「お笑いライブ」

1日(日曜日)

午前11時から12時

出演 ジャガモンD

## 水道キャラバン

水道水のおいしさや安全性  
震災への備えを学ぼう

お土産も  
あるよ!

12日(木曜日)

午前11時から11時45分

対象 未就学児親子

## ◇乳幼児親子のための子育てプログラム

ふわふわタイム	0歳児親子	11日 25日	水曜日	午前11時から11時45分	折り紙であそぼう ふれあい遊び(秋バージョン)	バスタオルを お持ち下さい
ころころタイム	1・2歳児親子	5日 19日	木曜日	午前11時から11時45分	手形アート おはなし会 中央図書館ボランティア 0歳児もどうぞ!	
おはなしばたぼん	0歳児もどうぞ	3日	火曜日	午前11時から11時30分		
ボールであそぼ	0歳児もどうぞ	12日	木曜日	午前10時から11時	就学前の乳幼児親子	
ミニアスレチック		26日	木曜日	午前10時30分から11時45分		
のりものランド	☆時間拡大	月から土曜日		午前9時から3時(ランチタイムを除く)	フロアでコンビカーや三輪車で遊べます	
かなめランド		8・15・22・29日 1日	日曜日	午前9時から3時(ランチタイムを除く) 午後1時30分から午後3時	広いフロアですべり台やはしご、乗物で遊ぼう フロアでコンビカーや三輪車で遊べます	
とわむおでかけ相談		11日	水曜日	午後3時30分から4時30分	東部子ども家庭支援センター 出張相談	
育児相談	長崎健康相談所	18日	水曜日	受付 午前10時から10時30分	身長・体重を測ります ☆母子手帳をお持ち下さい	

## ◎どなたでも参加できる交流プログラム

歌のひろば 【健康増進カラオケ(通信)】	3・10 17・24日	火曜日	午後1時30分から2時30分	色々なジャンルの歌を唄います リクエストもどうぞ!
ピンポンタイム	4・11・18・25日	水曜日	午前9時から11時	卓球台2台で楽しくピンポン
創作倶楽部	4・11・18・25日	水曜日	午後1時から4時30分	シニアの方を中心に折り紙を楽しみます
かなめシアター	16日	月曜日	午後1時30分から	「この胸いっぱいのお愛を」 主演 伊藤英明

## ◆高齢者のためのいきいきプログラム

やわらか頭体操	3・10・17日 24日	火曜日	午前10時30分から11時30分	脳トレ脳活にチャレンジ イスに座った体操を中心に頭と体をリフレッシュ
体幹作り転倒予防体操	19日	木曜日	午後1時30分から3時	講師 帝京平成大学作業療法士 羽池和夫氏 定員30名 申込 9月11日(月曜日) 定員20名(先着順) 運営協議会はつらつ部会主催
楽しいパズル「数独」	2日	月曜日	午前10時30分から11時30分	
要町サロン	13日	金曜日	午後2時から4時	高齢者福祉課介護予防事業 問合せ3974-0065
ささえ手サロン	4・18日	水曜日	午後2時から3時30分	高齢者福祉課介護予防事業 問合せ4566-2434

予告

## 産後ママヨガ

11月5・19日(日曜日) 全2回 (両日参加できる方)

午前10時30分から11時30分

講師 Erika(全米ヨガアライアメント取得)

対象 3ヵ月からひとり歩きする前までの親子

定員 15組 申込 10日(火曜日)

## ひろば芸術祭 作品募集!!

募集期間 10月17日(火曜日)から22日(日曜日)

※お一人3点まで 素敵な作品をお待ちしております!

## ☆交流ひろばにて☆

朝の体操(月から土曜日) 午前9時30分から9時50分

太極拳24式 練功18法 どなたでもどうぞ

お昼の体操(月から土曜日) 午前11時50分から正午

ランチタイム 正午 から 1時

おやつタイム 午後 3時 から 3時45分

時間変更

囲碁 毎日午前9時から正午 午後1時から4時30分

スカイウエル 開館中いつでもご利用いただけます

# 区民ひろば 要

〒171-0043

豊島区要町1-5-1

☎3972-6338

## 10月カレンダー

午 前				🌸	午 後			
いきいき	多目的1	多目的2	交流		いきいき	多目的1	多目的2	交流
お笑いライブ(控)	◎笑ってイキイキ！子育て！「お笑いライブ」			1	日			◇かなめランド
◆楽しいパズル				2	月		●親子体操	
	◆やわらか頭体操 (運協担当)		◇おはなしばたぼん	3	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◎ピンポンタイム		4	水	◎創作倶楽部	◆ささえ手サロン	
		◇ころころタイム		5	木			
	◎リフレッシュヨガ			6	金		◎手作りサロン	
	●親子体操S	●要千会		7	土			●横田会
		◇かなめランド		8	日			◇かなめランド
休館日(体育の日)				9	月	休館日(体育の日)		
	◆やわらか頭体操			10	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◎ピンポンタイム	◇ふわふわタイム	11	水	◎創作倶楽部		
		◇ボールであそぼ		12	木			
		◇水道キャラバン		13	金		◆要町サロン	
	●ウクレレ要	●要千会		14	土			●横田会
		◇かなめランド		15	日			◇かなめランド
	◇ハロウィンDAY			16	月		◎かなめシアター	
	◆やわらか頭体操		◇食育講習会	17	火	●わくわく部会	◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◎ピンポンタイム	◇育児相談	18	水	◎創作倶楽部	◆ささえ手サロン	
		◇ころころタイム(おはなし会)		19	木		◆転倒予防体操	
	◎リフレッシュヨガ			20	金			●愛要会
	●親子体操S			21	土		◎落語会	
		◇かなめランド		22	日			◇かなめランド
	●朗読の会 けやき			23	月			●親子体操
	◆やわらか頭体操(体操)			24	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◎ピンポンタイム	◇ふわふわタイム	25	水	◎創作倶楽部		
		◇ミニアスレチック		26	木			
				27	金		●水墨画の会 百花	●愛要会
	◇ベビー イングリッシュタイム			28	土			
		◇かなめランド		29	日			◇かなめランド
				30	月			
				31	火			

### 茜の里パン販売 【第1・3火曜日】

●多目的ひろばは団体・自主グループの活動に利用できます。  
詳しくはお問合せください。

※事業の予定は、都合により変更することがあります。

◎＝どなたでも参加できます ◆＝高齢者のためのプログラ

◇＝乳幼児親子のためのプログラム ●＝団体・自主グループ活動

