

運営協議会主催・共催事業

- *いきいき脳トレーニング 第一 26日 木曜日 10時30分から11時30分
計算ドリル・音読・頭の体操・歌・栄養講座 どなたでも参加できます
- *認知症予防ヨガ 第一 6日 金曜日 10時から 定員 15名 参加費:300円
- *ハワイアンリボンでストラップ作り 第一 4日 水曜日 1時から 定員 25名 参加費:200円



いきいきひろば(第一)

- ★お楽しみ映画会 19日 木曜日 1時30分から
「間宮兄弟」(119分)
出演:佐々木蔵之介・塚地武雅 他
- ★プチ・トレ 20日 金曜日 1時30分から
講師:木下美恵子先生(作業療法士)
転倒・腰痛・膝痛予防等の指導(後期予約×切ました)
- ★レコードコンサート 22日 日曜日 2時から
半世紀前の音楽文化をレコードで聴く会
どなたでも参加できます
今月はニューミュージック お家にあるレコードもどうぞ
- ★手づくりひろば 23日 月曜日 1時30分から
「キラリ!素敵なティッシュ・カバー」
受付10月3日 火曜日 から 定員 15名
参加費 150円 持ち物・手拭タオル・持ち帰り袋
- ★転倒予防講座 26日 木曜日 1時30分から
講師:中村裕美先生(埼玉県立大学)
どなたでも参加できます
- ★エンジョイソング 27日 金曜日 1時30分から
ギター伴奏で'60から'70年代の歌を懐かしく
思い出を語りながら楽しく歌いましょう
- ★ゲートボール 毎週月曜日 9時15分から12時
どなたでも参加できます
- ★玄米にぎにぎ体操 毎週水曜日
どなたでも参加できます 10時30分から11時30分
- ★麻雀ひろば 毎火・水・木曜日 9時15分から12時
9時15分から抽選 どなたでも参加できます
- ★囲碁 月曜日から土曜日 1時から5時
※日曜日はお休みです
ご興味のある方、お好きな方はいらして下さい

子育てひろば(第二)

- ♥ 赤ちゃんタイム 火曜日 11時から
♡3日「音楽あそび」 5ヶ月からハイハイのお子さん
吉永映子先生
※事前の申し込みの必要はありません。
パスタオル1枚、水分補給用飲み物をお持ちください
♡17日「日常の思わぬ事故から子どもを守るには」
- ♥ おやこタイム 金曜日 10時30分から
乳幼児向けのプログラムです。
♡6日「10月生まれの誕生会」&「フシ運動会」
- ♥ 親と子の体育遊び 27日 金曜日 藤井芳子先生
① 10:30 から(1歳児)H27.4.2~1歳を過ぎた方
② 11:05 から(2・3歳児)H25.4.2~H27.4.1 生まれ
- ♥ かもんタイム 4.18日 水曜日 11時から11時20分
絵本・紙芝居・手遊びなどをします。
- ♥ のびのびタイム 11日 水曜日 9時30分から11時30分
すべり台やトンネルで遊べます。
- ♥ お昼の体操 ホールの貸出しのない日 11時30分から
みんなでアンパンマン体操をしましょう。

ふれあい運動会

13日金曜日 10時15分から
場所:西巢鴨二丁目公園(第一ひろば前公園)
↑区民ひろば西巢鴨第一
年に一度の大運動会、お友達も誘ってぜひご参加ください。
先着60組 申込み9月19日(火曜)から
当日は、動きやすい服装でご参加ください。水分補給の飲み物もお持ちください。



◆何でも相談会 豊島区民社会福祉協議会(CSW)

- 11日 水曜日 10時30分から12時
- 23日 月曜日 1時30分から 2時30分

廃油回収 23日(月) 9時から12時30分
区民ひろば西巢鴨第一にて

ハロウィン工作

20日(金曜) 10時30分から
ハロウィン仮装グッズを作って、フォトスポットで記念撮影をしましょう。



西巢鴨ひろばカレンダー

第一 西巢鴨2-35-3 ☎3918-4197

第二 西巢鴨2-14-11 ☎3915-2379

		いきいきひろば						子育てひろば	
		多目的室		区民集会室		集会室			
日	曜	午前	午後	午前	午後	午前	午後	多目的室	3Fホール
1	日	休館日							
2	月	編み物ひろば		★ゲートボール	若返りウォーキング		やしの実会		アプローチ (a)
3	火	★麻雀ひろば			民謡同好会		★健康増進カラオケ (通信)		♥赤ちゃんタイム(a)
4	水	★麻雀ひろば	★囲碁		*ストラップ作り	★にぎにぎひろば	レクダンス	放課後子ども (p)	
5	木	★麻雀ひろば		待夢囲碁クラブ		らくらく巢鴨の会	ストレッチ		もみの木 (a)
6	金	ホーアフマウナリリ		*認知症予防ヨガ					♥おやこタイム 誕生会・フシ運動会(a)
7	土	若葉会	★囲碁	庚申塚町会	→	庚申塚町会	→		
8	日	とげぬき麻雀							休館日
9	月	体育の日							
10	火	★麻雀ひろば			巢鴨健康太極拳		★健康増進カラオケ (通信)		
11	水	★麻雀ひろば	エヌツークラブ	吟詠会		★にぎにぎひろば 十うんと運動	写経	放課後子ども (p)	♥のびのびタイム(a)
12	木	★麻雀ひろば		待夢囲碁クラブ	油絵サークル	らくらく巢鴨の会	ふれあい運動会 準備		もみの木 (a)
13	金					ふれあい運動会	→	放課後子ども (p)	♥ふれあい運動会
14	土	若葉会		銀河鉄道クラブ	→	(パーテーション工事)	→		
15	日	休館日							
16	月	編み物ひろば		★ゲートボール	若返りウォーキング		やしの実会		アプローチ (a)
17	火	★麻雀ひろば			民謡同好会	ほほえみサロン	★健康増進カラオケ (通信)		♥赤ちゃんタイム(a)
18	水	★麻雀ひろば				★にぎにぎひろば	レクダンス		
19	木	★麻雀ひろば	ストレッチ	待夢囲碁クラブ		らくらく巢鴨の会	★お楽しみ映画会		もみの木 (a)
20	金	ホーアフマウナリリ	★囲碁				★プチトレ	放課後子ども (p)	♥ハロウィン工作
21	土	若葉会	エヌツークラブ	日本気象協会	→	とげぬき鵬栄会	→		清和サンシャイン(a)
22	日	とげぬき麻雀		日本気象協会	→		★レコードコンサート		休館日
23	月		★囲碁	★ゲートボール	若返りウォーキング		★手づくりひろば		アプローチ (a)
24	火	★麻雀ひろば			巢鴨健康太極拳		★健康増進カラオケ (通信)		
25	水	★麻雀ひろば	エヌツークラブ	吟詠会		★にぎにぎひろば 十うんと運動	写経	放課後子ども (p)	
26	木	★麻雀ひろば	★囲碁	待夢囲碁クラブ	油絵サークル	*いきいき脳トレ	★転倒予防		もみの木 (a)
27	金	ホーアフマウナリリ	★囲碁				★エンジョイソング		♥体育あそび (a)
28	土	若葉会				睦福寿クラブ	→		
29	日	とげぬき麻雀					ニューソング		休館日
30	月		エヌツークラブ	★ゲートボール	若返りウォーキング	栄養しあわせサロン	やしの実会		
31	火	★麻雀ひろば			民謡同好会		友遊まつり 担当者会議		

- ★印⇒第一主催事業
- ♥印⇒第二主催事業
- 無印⇒サークル・団体貸出
- *印⇒運営協議会主催事業
- ◆印⇒社会福祉協議会事業

子育て(a)午前 / (p)午後

- ・11月の集会室の利用申し込み受付⇒10月2日(月) 9時から
- ・都合により内容・時間等変更になる場合があります
- ・車椅子の貸し出しをしています