

11月の区民ひろば上池袋

住所：豊島区上池袋3-13-5
 開館時間：午前9時から午後5時まで
 休館日：祝日、年末年始
 TEL：3576-6916

運営協議会主催

第10回上池袋ひろばまつり

12(日) 1時から3時30分

「池袋第一小学校太鼓クラブ」による
 オープニング演奏・子どもおとなも
 楽しめるゲームコーナー・
 食べ物コーナーなど



運営協議会活動部会主催

夏輝レオン先生の ステージダンス教室

11/30、12/7、21(木) 1時30分から
 「新春の集い」1/12(金)で発表しましょう。

対象：大人 定員20名
 なるべく3回参加できる方
 講師：夏樹レオン氏

★ベビーマッサージ

16(木) 11時から11時45分

対象：2から8カ月の赤ちゃんと付添
 講師：田中 淳子氏
 定員：12組
 申込み：10/19から先着順
 持ち物：バスタオル、おむつ、飲み物
 動きやすい服装

セーフコミュニティ

再認証審査

8(水) 10時から12時

豊島区は安全・安心まちづくり
 の国際認証都市です。
 今年は5年に一度の再認証の年
 です。
 ※この時間は、審査会場とな
 るため、2階遊戯室は利用でき
 ません。

ミニミニシアター with あんし

8(水) 10時から

おはなしと手遊びなど
 を楽しみながらお子さ
 んの事故予防について
 一緒に考えましょう！

来月の予定

運営協議会主催

クリスマス会
 ポッポちゃん
 のバルーン
 アートショー
 12/17(日)
 1時30分から

クリスマスソングを一緒に歌いましょう！

「気軽コーラス、優雅な休日」

～Sing Swing Otomic♪～

12/10(日) 1時30分から3時

◇ミニコンサートあり

参加費：500円(お茶とお菓子つき)

申込み受付中



2階「子育てひろば」乳幼児対象のプログラム

★のりものタイム	毎日 遊戯室使用のない時 9時から3時	乗用玩具、三輪車、補助付自転車などで遊べます。
★親子リトミック	1、15(水) 11時20分から11時50分	1歳から参加できます！講師：下平 麻紀氏*申込み不要
★ベビータイム	9(木) 11時から11時30分	0歳児集まれ！お友達になりましょう。
★のびのびランド	10、24(金) 10時から11時45分	遊戯室のトランポリン・すべり台・ボールプール等で楽しく遊べます。
★ぷくぷくタイム	17(金) 11時から	「お誕生会」・「りぶりんとフレンズ・としま」による読み聞かせです。

1階「いきいきひろば」のプログラム (◇マークがついているものは65歳以上の方が対象となります。)

ハンドベル	2(木) 10時から	簡単な童謡や唱歌を演奏して楽しめます。講師：谷川茂代氏
◇いきいき麻雀	2、7、9、14、16、21、28 <9時30分から12時>	頭の体操でリフレッシュ！抽選を9:30にします。
◇室内ゲートボール	6、13、20、27(月) 1時30分から4時	皆さんで楽しみましょう。初めての方もどうぞ！
◇リフレッシュ体操	8(水) 10時から	簡単ストレッチでリフレッシュしましょう！講師：小俣淳子氏
うたってみよう	9(木) 1時30分から	三味線の生演奏で楽しく歌いましょう。講師：林田恵千子氏・斎藤タカ子氏
健康増進カラオケ(通信) カラオケタイム	10、17、24(金) 1時15分から4時15分	1:15に抽選、その後で体操します。
◇元気体操	14(火) 1時30分から	登録者のみ 講師：作業療法士 木下美恵子氏
たのしいコラージュあそび	16(木) 1時30分から	心のストーリーをコラージュで表現しましょう。講師：井上ふじ子氏
◇唱歌・童謡の会	17(金) 10時30分から	心のふるさとを歌で訪ねましょう。講師：福田圭子氏
デッサン教室(美しいぬりえ)	17(金) 1時30分から	無心で描いて、ぬってストレス解消しましょう。講師：内間美代子氏
安全・安心パトロール	20(月) 10時30分から	交通安全・防犯等のお話もあります。協力：池袋警察署
健康太極拳	24(金) 10時から	簡化式太極拳・伸展法ストレッチを習得していきます。講師：望月美智子氏
気軽にコーラス、優雅な休日	26(日) 1時30分から2時30分	一緒に歌声を響かせましょう。講師：「おとみっく」 参加費：500円
上池シネマ	28(火) 1時30分から	「 ^{さくらざかのあたうち} 栞榴坂の仇討」 主演：中井 貴一ほか 2014年(119分)
囲碁・将棋	毎日 1時から4時45分	対局を楽しみましょう。
卓球タイム	午前9時から12時 午後1時から4時45分	利用できない日もありますのでお問い合わせください。 2階は平日3時より小・中学生専用になります。

暮らしのなんでも相談

1(水) 2時から4時
 24(金) 11時から11時30分

社会福祉協議会CSWによる無料相談です。
 暮らしの中の不安などお気軽にご相談を。

【廃食油回収のお知らせ】11月27日(月) 9時から12時30分(毎月第4月曜日) 【当館玄関前にて実施】

2017年11月のカレンダー

※10月15日現在の予定です。変更になる場合もあります。

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日にち				1	2	3	4
午前	【お部屋のご案内】 (い)：いきいきひろば (遊)：遊戯室 (教1)：教養娯楽室1 (フ)：フリールーム (教2)：教養娯楽室2 (多)：多目的室 (ロ)：ロビー (区)：区民集会室 太字は主催・共催事業です 細字はサークル・団体のご利用です ★印は「子育てひろば」のプログラムです			貸室抽選 ★親子リトミック(遊) 上池会(い)	いきいき麻雀(教1) ハンドベル(区) プリティクラブ(遊) 舞楽会(い)	休館日	★のりもの(遊) 上池雀会(教1)
午後				暮らしのなんでも相談 きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) みゆうみゆう(い) 自彊術上池教室(教1)	★のりもの(遊) 柳会(い)		文化の日 エヌツークラブ(教1)
日にち	5	6	7	8	9	10	11
午前	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	いきいき麻雀(教1) Skyクラブ(い) 事業準備(遊)	★セーフコミュニティ再認証審査(遊) ★リフレッシュ体操(い) ★きんぎょサロン(区) ★ミニミニシアターあんトレ 天狗道場(教1)	いきいき麻雀(教1) プリティクラブ(遊) ★ベビータイム(子) 舞楽会(い)	★のびのびランド(遊)	上池袋キッズGYM(遊)
午後	★のりもの(遊)	★のりもの(遊) ゲートボール(ロ) レイピカケ(い)	事業準備(遊) エアロビクローバー(教1)	ニューソング(い) 自彊術上池教室(教1)	★のりもの(遊)	★のりもの(遊) カラオケタイム(い) 上池三寿会(教1)	ひろばまつり準備
日にち	12	13	14	15	16	17	18
午前	ひろばまつり準備	池本親子体操クラブ(遊) きらきらカフェ(教1)	いきいき麻雀(教1) 骨盤体操(遊)	上池会(い) ★親子リトミック(遊) 天狗道場(教1)	いきいき麻雀(教1) ★ベビーマッサージ(子) プリティクラブ(遊) 永楽会(い)	唱歌・重錨の会(い) ★ぶくぶくタイム(遊)	上池袋キッズGYM(遊) 上池雀会(教1)
午後	ひろばまつり 	★のりもの(遊) ゲートボール(ロ)	元気体操(い) ポコアポコ(遊)	きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) みゆうみゆう(い) 上池三寿会(教1) 自彊術上池教室(フ)	★のりもの(遊) たのしいコラージュあそび(い) 永楽会(教1)	★のりもの(遊) ★のりもの(遊) カラオケタイム(い) デッサン教室(区)	★のりもの(遊) 柳会(い)
日にち	19	20	21	22	23	24	25
午前	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	いきいき麻雀(教1) ★のりもの(遊)	骨盤体操(遊) 天狗道場(教1)	休館日	健康太極拳(い) ★のびのびランド(遊)	上池袋キッズGYM(遊) 上池桜会(教1)
午後	★のりもの(遊)	★のりもの(遊) ゲートボール(ロ) レイピカケ(い) 上池三寿会(教1)	ポコアポコ(遊) エアロビクローバー(教1)	★のりもの(遊) きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) みゆうみゆう(い・教2) エヌツークラブ(教1) 自彊術上池教室(フ)		★のりもの(遊) ★のりもの(遊) 勤労感謝の日	★のりもの(遊) ★のりもの(遊) 柳会(い) エヌツークラブ(教1)
日にち	26	27	28	29	30	 <div style="border: 2px solid yellow; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> 12月分 貸室 申込み 11/1(水) 9時15分～ </div>	
午前	★のりもの(遊)	池本親子体操クラブ(遊)	いきいき麻雀(教1) Fun Fun(遊)	★のりもの(遊)	★のりもの(遊) 舞楽会(い)		
午後	気軽にコーラス 優雅な休日(い) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊) ゲートボール(ロ) エヌツークラブ(教1)	上池シネマ(い) ポコアポコ(遊)	★のりもの(遊) きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) 上池三寿会(教1)	★のりもの(遊) 夏輝レオン先生の ダンス教室(い・教2) ★のりもの(遊) 永楽会(教1)		