

12月のお知らせ

平成29年11月6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

クリスマスキッズコンサート

12月18日(月曜日)

午前10時30分から11時15分

出演 且 優矢氏 ☆ 一緒に楽しみましょう

山崎 拓未氏

ハルカラ

対象 未就学児親子

主催 運営協議会にこにこ部会



歌あり

お笑いあり

★産後ママヨガ★ 第2期 全2回

12月10日・24日(日曜日) (両日参加できる方)

午前10時30分から11時30分

講師 Erika(全米ヨガアライアンス取得)

対象 3か月からひとり歩き前までの親子

申込 11月20日(月曜日) 定員 15組

第1期参加者は27日から申込

ひろばまつり

12月2日(土曜日) 午後1時から3時

オープニングは千川中学校吹奏楽部のみなさん

ミニ
フランクフルト

輪投げ

バルーン
アート

オリジナル
スパイス作り

チョコバナナ

景品
つり

すべて
無料

喫茶
コーナー

スキップ要
のお店

ツボ押し
マッサージ

主催 運営協議会

◇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	13日	水曜日	午前11時から11時45分	音の出るおもちゃであそぼう	バスタオルを お持ち下さい
	27日			ふれあい遊び	
ころころタイム 1・2歳児親子	7日	木曜日	午前11時から11時45分	お楽しみ会	
おはなし会	21日	木曜日	午前11時から11時30分	中央図書館ボランティア	
ミニアスレチック	28日	木曜日	午前10時15分から11時45分	就学前の乳幼児親子	
ボールであそぼ	14日・21日	木曜日	午前10時15分から11時45分	* 21日は午前10時から10時45分	
のりものランド	月曜から土曜日		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	3・17日	日曜日	午前9時から3時(ランチタイムを除く)	広いフロアですべり台やはしご、乗物で遊ぼう	
	10・24日		午後1時30分から午後3時	ボールで遊ぼう サッカーゴールもあるよ!	
子育てサロンかるかも	12日	火曜日	午前10時15分から11時30分	クリスマスグッズ作り 長崎第二地区民生児童委員協議会	
とわおでかけ相談	13日	水曜日	午後3時30分から午後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	20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)]	5・12 19・26	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	6・13・20・27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	6・13・20・27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	18日	月曜日	午後1時30分から3時	「青い山脈 新子の巻」石坂洋次郎の小説を映画化 S.24

◆高齢者のためのいきいきプログラム

やわらか頭体操	5・12・19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
	26日			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	21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 菊池和美氏 申込不要
楽しいパズル「数独」	11日	月曜日	午前10時30分から11時30分	申込10月2日(月曜日) 定員20名(先着順) 運営協議会はつつつ部会主催
要町サロン	8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	6・20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

☆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

つなぐ・つながる・ひろばのWA 2017

〈展示〉 21日(木曜日) 22日(金曜日)
〈舞台発表〉 ㊦ 23日(土曜日)
ひろば要からは「ウクレレ要」が出演
〈会場〉 豊島区役所1Fセンタースクエア

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

年末 29日 30日 31日
年始 1日 2日 3日

区民ひろば要は
お休みです



区民ひろば 要

〒171-0043
豊島区要町1-5-1
☎3972-6338



12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
				1	金			●愛要会
ひろばまつり準備				2	土	◎ひろばまつり		
		◇かなめランド		3	日			◇かなめランド
	◆やわらか頭体操 (運協担当)			4	月			
	◎ピンポンタイム			5	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◇ころころタイム		6	水	◎創作倶楽部	●にこにこ部会	◆ささえ手サロン
				7	木			
	●ウクレレ要	●要千会		8	金		◆要町サロン	
	◇産後ママヨガ			9	土		●横田会	
◆楽しいパズル				10	日			◇かなめランド
	◆やわらか頭体操		◇かるがも	11	月		●親子体操	
	◎ピンポンタイム		◇ふわふわタイム	12	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
		◇ボールであそぼ		13	水	◎創作倶楽部		
				14	木			
	●親子体操S	●要千会		15	金			●愛要会
				16	土			●横田会
		◇かなめランド		17	日			◇かなめランド
●にこにこ部会	◇クリスマスキッズコンサート			18	月		◎かなめシアター	
	◆やわらか頭体操			19	火		◎歌のひろば(健康増進カラオケ)	
	◎ピンポンタイム		◇育児相談	20	水	◎創作倶楽部	◆ささえ手サロン	
		◇ボールであそぼ	◇おはなし会	21	木		◆転倒予防体操	
				22	金		●水墨画の会 百花	
休館日(天皇誕生日)				23	土	休館日(天皇誕生日)		
	◇産後ママヨガ			24	日			◇かなめランド
	●朗読の会 けやき			25	月		●親子体操	
	◆やわらか頭体操(体操)			26	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	27	水	◎創作倶楽部		
		◇ミニアスレチック		28	木			
年末休館日				29	金	年末休館日		
				30	土	年末休館日		
				31	日	年末休館日		



* 年始の開館は4日木曜日からです

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

