

区民ひろば朝日2月のお知らせ

あさひの 豆まき

内なる鬼を追い出し
みんなで福を呼び込もう！

2日(金)
10:30~11:00

どど大ち
うな人っ
そたもて！
でも
ちやい子も

劇団ぽけっと

19日(月)
11:00~11:30

【演目】
・カラーファンタジー **大人気!**
・人形劇
「だいこんにんじんごぼう」
その他

♡ いきいきプログラム(大人~高年)

いきいきボッチャ	6(火)	10:30~11:30	どなたでも楽しめるヨーロッパ生まれの球技です
いきいきアップ	13(火)	10:30~11:30	計算・音読・クイズ等で楽しく脳トレしましょう！
いきいきやさしい英会話	20(火)	10:30~11:30	講師：吉野はる子氏 やさしい挨拶から一緒に
いきいきぬり絵	27(火)	10:30~11:30	お誕生会・脳トレ・ぬり絵で脳に刺激と癒しを
健康増進カラオケ(通信)	8(木),23(金)	1:30~4:00	通信カラオケで好きな歌を存分に唄いましょう！
歌のひろば	23(金)	10:30~11:30	講師：仲里潔子氏 懐かしい曲を一緒に歌いましょう♪
お昼の体操	毎日	1:00~1:15	みんなの体操を中心に、楽しく体を動かしてリフレッシュ！
囲碁将棋			お部屋が空いている時は利用出来ます
CSWなんでも相談会	10(土)	1:30~3:30	「しゃべろう、語ろう、考えよう！認知症のこと」どなたでもどうぞ

♡ 子育てプログラム

登録リトミック	5(月)	11:00~11:45	講師：吉永映子氏 平成29年4月2日現在1歳3か月以上のお子さま
あそびばひろば	10(土)	9:00~12:00	ジャングルジムにすべり台、大型遊具を使ってのびのび遊べます
Babyリトミックねんね	21(水)	10:30~11:00	講師：吉永映子氏 ねんね、おすわり、ゆっくりハイハイくらいのお子さま
Babyリトミックあんよ	21(水)	11:10~11:40	講師：吉永映子氏 つたい歩き、歩き始めたばかりで動き回りたいたいお子さま
なかよしタイム	19(月)	10:30~10:50	お誕生会・ふれあい遊びなどで一緒に季節を楽しみましょう。 11時からは劇団ぽけっとを楽しもう！
おはなし会	26(月)	11:00~11:30	図書館ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど

~~~~~ 運営協議会主催事業 ~~~~~

♡ **しゃべろう、語ろう、考えよう！**  
**認知症のこと in カフェ朝日**

**10日(土)**  
**1:30~3:30**

コーヒー  
紅茶  
100円

●● **朝日ワクワクまつり** ●●

**24日(土)** **毎年恒例！大人気！**  
**1:00~3:30**

盛り上がるゲームや  
楽しい食べ物など  
全部無料です^\_^

大人も子どもも  
**みんな  
集まれ~**

|         |                           |            |                             |
|---------|---------------------------|------------|-----------------------------|
| 散歩の会    | 11(日)                     | 9:00出発     | 谷端川緑道散歩。歩行距離約8キロ。           |
| カフェあさひ  | 10(土)                     | 1:30~4:00  | コーヒー又は紅茶100円(クッキー付)         |
|         | 24(土)                     | 1:30~4:00  | ワクワクまつり中も絶賛開店！              |
| なつかし映画会 | 3(土)                      | 2:00~4:00  | 『鳥』出演：ロッド・テイラー/ジェシカ・タンディ 他  |
|         | 17(土)                     | 2:00~4:05  | 『十三人の刺客』出演：片岡千恵蔵/里見幸太郎/嵐寛寿郎 |
| 初心者麻雀   | 7(水),13(火)<br>20(火),27(火) | 9:00~12:00 | 初心者大歓迎！                     |
| 麻雀教室    | 6(火),13(火)<br>20(火),27(火) | 1:15~4:30  | 基本的なルールをご存知の方が楽しめます。        |
| 南京玉すだれ  | 6(火),20(火)                | 5:30~7:00  | 伝統芸能を教わろう！                  |

# 区民ひろば朝日 平成30年2月カレンダー

電話 5974-0566 住所 豊島区巢鴨 5-33-21

◇主催事業 ◎運営協議会 ●団体利用 ○自主利用

[http://www.toshima.ne.jp/~01\\_asahi](http://www.toshima.ne.jp/~01_asahi)

| 日  | 曜 | 午前 (9時~12時)                           |                             | 午後 (1時~5時)                       |                                   | 夜間 (6時~9時30分)                         | 日  | 曜 |
|----|---|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|----|---|
|    |   | いきいきひろば                               | グループ室                       | いきいきひろば                          | グループ室                             | いきいきひろば                               |    |   |
| 1  | 木 | ◇受付日/中高年体操<br>9:00~/10:30~11:45       | ●ママのおしゃべりルーム<br>10:00~12:00 | ●ゴスペルクワイヤー<br>1:30~2:30          | ●サロン切手<br>2:40~4:00               |                                       | 1  | 木 |
| 2  | 金 | ◇あさひの豆まき/ミニ出前講座<br>10:30~11:00/11:00~ |                             |                                  |                                   | ○青空クラブ<br>7:00~9:00                   | 2  | 金 |
| 3  | 土 | ●みんなの気功<br>10:30~12:00                |                             | ◎なつかし映画会<br>2:00~4:00            |                                   | ○ハynes第2巣鴨管理組合<br>6:00~8:00           | 3  | 土 |
| 4  | 日 | ○青空クラブ<br>10:00~12:00                 |                             |                                  |                                   | ○大親町会まちづくり部会<br>7:00~9:00             | 4  | 日 |
| 5  | 月 | ◇登録リトミック<br>11:00~11:45               |                             |                                  |                                   |                                       | 5  | 月 |
| 6  | 火 | ◇いきいきポッチャ<br>10:30~11:30              |                             | ◎麻雀教室<br>1:15~4:30               |                                   | ◎南京玉すだれ5:30~7:00<br>○ウクレレカナラ7:00~8:00 | 6  | 火 |
| 7  | 水 | ◎初心者麻雀<br>9:00~12:00                  | ●カナリヤ<br>10:00~12:00        | ●にこにこ体操やさしいストレッチ<br>1:30~3:30    | ●カナリヤ<br>1:15~4:00                | ○あしたも元気<br>6:00~9:00                  | 7  | 水 |
| 8  | 木 | ●アートはがき絵さくら<br>9:00~12:00             |                             | ◇健康増進カラオケ(通信)<br>1:30~4:00       |                                   |                                       | 8  | 木 |
| 9  | 金 | ●のびのびストレッチ<br>10:30~11:45             |                             | ●おとなの体操<br>1:30~3:00             |                                   |                                       | 9  | 金 |
| 10 | 土 | ◇あそびひろば<br>9:00~12:00                 |                             | ◎カフェあさひ<br>1:30~4:00             | ☆しゃべろう語ろう考えよう!認知症のこと<br>1:30~3:30 | ○大親町会役員会<br>7:00~9:00                 | 10 | 土 |
| 11 | 日 | ◎散歩の会(館外)<br>9:00~                    |                             |                                  |                                   |                                       | 11 | 日 |
| 12 | 月 |                                       |                             |                                  |                                   |                                       | 12 | 月 |
| 13 | 火 | ◇いきいきアップ<br>10:30~11:30               | ◎初心者麻雀                      | ◎麻雀教室                            |                                   | ◎運営協議会<br>6:30~                       | 13 | 火 |
| 14 | 水 | ●ゆったりリズム体操<br>10:30~11:45             |                             | ●ローズ吹矢の会<br>1:15~4:00            |                                   |                                       | 14 | 水 |
| 15 | 木 | ●中高年体操                                |                             | ●ゴスペルクワイヤー                       | ●サロン切手                            |                                       | 15 | 木 |
| 16 | 金 | ●のびのびストレッチ                            |                             | ●おとなの体操                          |                                   | ○青空クラブ                                | 16 | 金 |
| 17 | 土 | ●みんなの気功                               |                             | ◎なつかし映画会<br>2:00~4:05            |                                   | ○大親町会総務部会<br>7:00~9:00                | 17 | 土 |
| 18 | 日 | ○大親町会福祉介護予防部<br>10:00~12:00           | ○庚申塚テニスクラブ<br>10:00~12:00   |                                  |                                   |                                       | 18 | 日 |
| 19 | 月 | ◇なかよしタイム(劇団ほけっと)<br>11:00~11:30       |                             | ●アートでしよ<br>1:15~4:00             |                                   |                                       | 19 | 月 |
| 20 | 火 | ◇いきいきやさしい英会話<br>10:30~11:30           | ◎初心者麻雀                      | ◎麻雀教室                            |                                   | ◎南京玉すだれ<br>○ウクレレカナラ                   | 20 | 火 |
| 21 | 水 | ◇Baby!リトミック<br>ねんね10:30~/あんよ11:10~    |                             |                                  | ●カナリヤ                             |                                       | 21 | 水 |
| 22 | 木 | ●アートはがき絵さくら                           |                             | ○フール巣鴨管理組合<br>1:00~5:00          |                                   |                                       | 22 | 木 |
| 23 | 金 | ◇歌のひろば<br>10:30~11:30                 |                             | ◇健康増進カラオケ(通信)                    | あさひワクワクまつり準備                      |                                       | 23 | 金 |
| 24 | 土 | あさひワクワクまつり準備                          |                             | ◎カフェあさひ『あさひワクワクまつり』<br>1:00~3:30 |                                   |                                       | 24 | 土 |
| 25 | 日 | ○あしたも元気<br>11:00~17:00                |                             |                                  |                                   |                                       | 25 | 日 |
| 26 | 月 | ◇おはなし会<br>11:00~11:30                 | 【廃食油回収】<br>9:00~12:30       | ●アートでしよ                          |                                   |                                       | 26 | 月 |
| 27 | 火 | ◇いきいきかい絵<br>10:30~11:30               |                             | ◎初心者麻雀                           | ◎麻雀教室                             |                                       | 27 | 火 |
| 28 | 水 | ●ゆったりリズム体操                            |                             | ●ローズ吹矢の会                         |                                   |                                       | 28 | 水 |

※ 空欄は団体利用が可能です。団体登録をして頂き利用の3日前までにお申し込み下さい。  
『団体登録』についてはお問い合わせください。