

# 平成30年 6月の区民ひろば南池袋

セーフコミュニティ事業

## 防災・減災展

9日土曜日 午後1時30分から3時

備えあれば憂いなし!!

これからでも間に合う準備を!

起震車体験も  
できるよ~!

スタンプを集めて  
スペシャルプレゼントを  
ゲットしよう!

協力: 豊島消防署・豊島区防災危機管理課  
子どもスキップ南池袋・スターツCAM株式会社

## ふれあいマッサージ

筑波大学附属視覚特別支援学校生徒の  
実習によるマッサージです

日時: 6月29日 金曜日

午前の部: 10時30分から

午後の部: 1時30分から (1名約 25分程  
度)

申込み: 6月1日 金曜日 から 電話可

### \*いきいきひろば 高齢者\*

### \*なかよしひろば 子育て\*

6	水曜	午後 1時30分	歌ひろば アコーディオンで楽しく歌いましょう♪ 講師: 鶴見篤子氏
11 22	月曜 金曜	午前10時30分 午後1時30分	スマイル体操 講師: 木津美佳氏
11 18 25	月曜	午前9時30分 午後1時30分	健康マーじゃん ※午前、午後のどちらかに参加できます
12 26	火曜	午後1時30分	健康囲碁 自由に対局をお楽しみください
18	月曜	午前 10時30分	シニアのための ミュージック・セラピー ボイストレーニングと歌を中心とした音楽療法 講師: 加藤万吏乃氏
19	火曜	午後 1時30分	初めての囲碁 九路・十三路盤で打ちます。 * 当日、受付にお申込みください。
22	金曜	午前 10時30分	筋トレ脳トレ体操(登録制) 講師: 豊島区スポーツ推進委員
25	月曜	午前 10時30分	りらっくす気功 講師: 武内フク氏
26	火曜	午後1時30分	ちよいレクで脳も体も活性! 体操&読み書き計算&ゲームで脳トレ
28	木曜	午後 1時30分	初めてのマーじゃん(4回講座) 申し込み受付中(先着8名) *5/24.6/28.7/26.8/23(木) 午後1時30分~

14	木曜	のりものランド
2.23 30	土曜	広いお部屋で三輪車、コンビカーで遊ぼう! 午前: 9時から12時 午後: 1時から4時30分
3.10 24	日曜	(土日は4時) * 時間帯は裏面カレンダーをご確認ください。
13	水曜	おひさまタイム パネルシアター、紙芝居、リズム遊びなど ☆お魚つりごっこをしよう。
20	水曜 午前 10時30分	地域交流 雑司が谷保育園との交流
27	土曜	ミニコンサートとお誕生会 ☆音大OBによる音楽交流 *6月生まれのお友達
16	土曜 午前 11時	わくわく紙芝居 ☆どなたでもどうぞ 紙芝居、手遊び、ハーモニカなど 出演: ボランティアグループ「わくわく紙芝居」
月曜から金曜 午後4時	みっくるゆうびん 絵本の読み聞かせ、手遊び歌、子育て相談	

### サンデーエクササイズ

17日 日曜日 午前10時30分

講師: 渡辺奈々子氏

対象: 6か月から1歳3か月の乳幼児と保護者

持ち物: バスタオル・飲み物(水分補給)

抱っこひも ☆動きやすい服装

申込み 豊島区: 5月28日月曜日から

区外: 6月 4日月曜日から

先着15組(電話可)

としま子育てサロン  
たんぽぽ

『七夕飾り』作り

21日 木曜日 午前10時30分

共催: 高田地区民生委員

児童委員協議会たんぽぽ

### 子育てママのための骨盤体操 7日 木曜日 10時30分

定員: 15名 会費: 無料

申し込み受付中 (電話可)

講師: 川嶋伽乃音氏

女性がより健やかに美しく、生き生きと毎日を過  
ごすのに欠かせない骨盤体操です!

### ベビーマッサージ&手遊びうた

12日 火曜日 午前10時30分

講師: 中村邦子氏

対象: 3か月位(首がすわって)から

10か月ぐらいの乳児と保護者

持ち物: バスタオル・飲み物(水分補給)

申込み: 豊島区: 5月25日 金曜日から

区外: 5月30日 水曜日から

先着14組(電話可)

家族で楽しむ

### ファミリーヨガ

7月1日 日曜日 午前11時~11時45分

\*講師 山角 菜穂子氏(ヨガインストラクター)

\*対象 乳幼児と保護者(0歳~未就学児)

\*申込み 6月15日 金曜日から 先着10組(電話可)

持ち物: 水分補給・バスタオル(お子さん用)

スポーツタオルまたは浴用タオル(大人用)

※ 動きやすい服装でおこし下さい

☆パパの参加大歓迎です

7月の貸室抽選日 6月1日 金曜日・4日月曜日 午前9時15

〒171-0022 豊島区南池袋3-5-12 電話3984-5896

# 区民ひろば南池袋

平成30年

# 6月のお知らせ

電話 3984-5896

午 前					午 後			
多目的ホール	会議室	活動室	スタジオM		多目的ホール	会議室	活動室	スタジオM
リフレッシュ 体操	抽選会	ペルセウス		1 金	和楽会 (輪投げ)	親和豊寿会 (輪投げ)		
のりものランド				2 土	正心会		碁友会	和楽会 (カラオケ)
のりものランド				3 日	のりものランド		あゆみ会	コスモス
	抽選会			4 月	としまっくす (レク)	亀令会	ハートフル 鬼子母神	友楽会
コーロ ハーモニー	さわやか体操			5 火	レイフラ	みみずくの杜	あみもの	絵てがみ教室
	雑二 ときわクラブ		楽器で遊ぼう	6 水	歌ひろば	ふくろうの杜	みどり会	
子育てママの ための骨盤体操	フォークダンス アゼリア			7 木	フォークダンス アゼリア	フラ・コスモ		親和豊寿会 (カラオケ)
ペルセウス	レイフラ	事務局長会	井澤 キーボードの会	8 金	防 災 ・ 減 災 展(準備)			
防 災 ・ 減 災 展(準備)				9 土	防 災 ・ 減 災 展			
のりものランド				10 日	正心会	親和豊寿会 (輪投げ)		コスモス
スマイル体操	みゆうみゆうのおはよう リトミック①②	健康マージャン		11 月	放課後子ども教室	亀令会	健康マージャン	友楽会
レイフラ	ベビーマッサージ	さわやか体操	コーロ ハーモニー	12 火		南池袋 お楽しみ会	健康囲碁	
おひさま タイム	雑二 ときわクラブ	たのしみま書	楽器で遊ぼう	13 水	かっぱれ 藤の会	みどり会	区高連 第四ブロック	誕生会(準)
のりものランド		墨友会		14 木	亀令会	としまっくす (レク)	高田地区民児協	親和豊寿会 (カラオケ)
リフレッシュ 体操	ペルセウス		井澤 キーボードの会	15 金	太極拳 キャロット	和楽会 (輪投げ)		友の会
わくわく紙芝居				16 土	親和豊寿会 (輪投げ)	女声合唱団 いにしえの風	碁友会	和楽会 (カラオケ)
サンデー エクササイズ				17 日	正心会			雑二 ときわクラブ
シニアのための ミュージックセラピー	みゆうみゆうのおはよう リトミック①②	健康マージャン		18 月	みゆうみゆうの のびのびリトミック	南池袋 お楽しみ会	健康マージャン	友楽会
	コーロ ハーモニー		誕生会(準)	19 火	絵てがみ教室	あみもの	初めての 囲碁	高田地区民児協
地域交流 雑司が谷保育園			楽器で遊ぼう	20 水	和楽会 (輪投げ)	山吹班絵手紙 サークル	囲碁クラブ オー	南池袋 お楽しみ会
としま子育てサロン たんぽぽ				21 木	フラ・コスモ	フォークダンス アゼリア		親和豊寿会 (カラオケ)
筋トレ脳トレ体操	ペルセウス		井澤 キーボードの会	22 金	スマイル体操	さわやか 卓球		友の会
のりものランド		布遊びの会		23 土	正心会	碁友会	布遊びの会	としまっくす (レク)
JAA(音楽)				24 日	のりものランド			
りらっくす気功	みゆうみゆうのおはよう リトミック①②	健康マージャン		25 月	放課後子ども教室	みゆうみゆうの のびのびリトミック	健康マージャン	コスモス
さわやか体操	コーロ ハーモニー	レイフラ	雑二 ときわクラブ	26 火	ちよいレク	亀令会	健康囲碁	誕生会(準)
誕生会		誕生会(控)	楽器で遊ぼう	27 水	みどり会	かっぱれ 藤の会	囲碁クラブ オー	あゆみ会
あうるきつず 親子体操	サンシャイン ママ	墨友会		28 木	女声合唱団 いにしえの風	フォークダンス アゼリア	初めての マージャン	
ふれあい マッサージ			ふれあい マッサージ(控)	29 金	ふれあい マッサージ	さわやか 卓球	としまっくす (レク)	友の会
のりものランド				30 土	和楽会 (輪投げ)		碁友会	

(当ひろばをご利用の際は靴下か室内履きをお履きください)

は館主催・共催事業です。

「お知らせ」は、5月15日現在の予定です。

変更になる場合がありますのでご了承ください。

＜廃食油の回収＞ 6月25日 月曜日 午前9時から12時30分



☆ なんでも相談会 ☆

22日 金曜日 午前10時から12時

場所:1階ロビー

豊島区民社会福祉協議会CSW