

2018

# 区民ひろば朝日10月のお知らせ



ASAHI

happy Halloween

★ 10月27日(土)  
10:00~11:30

10月1日から  
いつでも作れるよ

ひろば朝日でハロウィンに向けて  
お子さまのハロウィンマントを作しましょう!  
27日はみんなでパレードしよう!



♡ いきいきプログラム(大人~高年)

10月1日から募集開始  
先着40組

パパとキッズのエクササイズ

日曜日はパパと一緒に  
おもいっきり運動しよう!  
ママも参加でシェイプアップ?  
10月7日(日)  
10:00~11:30

はじまるよ!

みんなのフラダンス

10月14日(日)  
2:00~3:00

お子様から大人までどうぞ

ちっちゃい子  
OK!

なかよしタイム

ミニ運動会

10月15日(月)  
10:30~11:00

お誕生月のお子さんは  
早めにおいで下さい。

子育てママさん交通安全教室

10月12日(金)

10:30~11:00

いきいきボッチャ	2(火)	10:00~11:30	ヨーロッパ生まれの球技。始めの30分は自由練習です。
いきいきアップ	9(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ABCから英会話	16(火)	10:30~11:30	講師:吉野はる子氏 ABCから始めましょう!
いきいきアップラス	23(火)	10:30~11:30	お誕生会・脳トレ・ぬり絵で脳に刺激と癒しを
みんなのボッチャ	7(日)	2:00~3:30	子どもから大人まで楽しもう! 始めの30分は自由練習です
みんなのフラダンス	14(日)	2:00~3:00	講師:小山とも子氏 子どもから大人までフラダンスで楽しもう!
健康増進カラオケ(通信)	11(木),26(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	26(金)	10:30~11:30	講師:仲里潔子氏 懐かしい曲と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	13(土)	2:00~4:00	「カフェあさひ」の日にお困りごとを伺います。お気軽にお声かけください。

## ♡ 子育てプログラム

登録リトミック	1(月)	11:00~11:45	講師:吉永映子氏 平成30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	20(土)21(日) 21(日)	9:00~11:45 1:00~3:30	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	17(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	17(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
パパとキッズのエクササイズ	7(日)	10:00~11:30	講師:池上園美氏 日曜日はパパ、ママと一緒に運動しよう!
なかよしタイム	15(月)	10:30~11:00	お誕生会のあとはみんなでミニ運動会♪ちっちゃい子OK!
おはなし会	29(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

・折れた槍  
・王将

なつかし映画会



・カフェあさひ・  
迫力のステージ  
「三大テーノール」出演  
27日(土) 2:00~

コーヒーor紅茶  
100円

◎ 散歩の会 ◎

10月14日(日) 午前9時集合  
12時ごろ解散  
区民ひろば朝日 玄関前集合  
本郷通から東大構内と  
湯島天神の周辺散策

散歩の会	14(日)	9:00出発	どなたでもどうぞ。水分をお持ちください。
カフェあさひ	13(土)	1:30~4:00	コーヒー又は紅茶100円(クッキー付)
	27(土)	1:30~4:00	迫力ある歌声『三大テーノール』出演
なつかし映画会	6(土)	2:00~3:40	『折れた槍』出演:スペンサー・トレイシー、ジーン・ピーターズ他
	20(土)	2:00~3:35	『王将』出演:三國連太郎、淡島千景、三田佳子他
初心者麻雀	3(水),9(火) 16(火),23(火)	9:00~12:00	初心者大歓迎!
麻雀教室	2(火),9(火) 16(火),23(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	2(火),16(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10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			
1	月	◇受付日/登録トミック 9:00~ 11:00~11:45	●HARUKOの英会話 10:30~12:00				1	月
2	火	◇いきいきポッチャ 10:00~11:30		◎麻雀教室 1:15~4:30		◎南京玉すだれ5:30~7:00 ○ウクレレプカナラ7:00~8:00	2	火
3	水	◎初心者麻雀 9:00~12:00	●カナリヤ 10:00~12:00	●ここに体操やさしいストレッチ 1:30~3:30	●カナリヤ 1:00~4:00		3	水
4	木	●中高年体操 10:30~11:45	●ママのおしゃべりルーム 10:00~12:00	●ゴスペルクワイヤー 1:30~2:30	●サロン切手 2:40~4:00		4	木
5	金	●のびのびストレッチ 10:30~11:45		●おとなの体操 1:15~3:30			5	金
6	土	●みんなの気功 10:30~12:00		◎なつかし映画会 2:00~3:40		○ハynes第2管理組合 6:00~8:00	6	土
7	日	◇パパとキッスのエクササイズ 10:00~11:30		◇みんなのポッチャ 2:00~3:30			7	日
8	月						8	月
9	火	◇いきいきアップ 10:30~11:30	◎初心者麻雀 9:00~12:00	◎麻雀教室		◎運営協議会委員会 6:30~	9	火
10	水	●ゆったりリズム体操 10:30~11:30		●ローズ吹矢の会 1:15~4:00			10	水
11	木	●アートはがき絵さくら 9:00~12:00		◇健康増進カラオケ 1:30~4:00			11	木
12	金	◇子育てママさん交通安全教室 10:30~11:00		●おとなの体操		○青空クラブ 7:00~9:00	12	金
13	土	●みんなの気功 10:30~12:00		◎カフェあさひ 1:30~4:00	【CSWなんでも相談会】 2:00~4:00	○大親町会役員会 7:00~9:00	13	土
14	日	●庚申塚テニスクラブ 9:00~12:00	◎散歩の会(館外) 9:00~	◇みんなのフラダンス 2:00~3:00			14	日
15	月	◇なかよしタイム 10:30~11:00			●アートでしよ 1:15~4:00		15	月
16	火	◇いきいきABCから英会話 10:30~11:30 【ミニ出前講座】11:30~	◎初心者麻雀	◎麻雀教室		◎南京玉すだれ ○ウクレレプカナラ	16	火
17	水	◇baby!トミック 10:30~11:00/11:10~11:40	●カナリヤ 10:00~12:00		●カナリヤ 1:00~4:00		17	水
18	木	●中高年体操		●ゴスペルクワイヤー	●サロン切手	○レヂオンス巢鴨管理組合 7:00~9:00	18	木
19	金	●のびのびストレッチ		●おとなの体操		○青空クラブ	19	金
20	土	◇あそびひろば 9:00~11:45		◎なつかし映画会 2:00~3:35		○大親町会総務部会 7:00~9:00	20	土
21	日	◇あそびひろば 9:00~11:45		◇あそびひろば 1:00~3:30			21	日
22	月	【子育て応援プチさくらんぼ】 10:45~12:00	青色申告会10:00~12:00 廃食油回収10:00~12:00		青色申告会 1:00~3:00		22	月
23	火	◇いきいきアッププラス 10:30~11:30	◎初心者麻雀	◎麻雀教室			23	火
24	水	●ゆったりリズム体操		●ローズ吹矢の会		○ウクレレプカナラ 6:00~8:00	24	水
25	木	●アートはがき絵さくら					25	木
26	金	◇歌のひろば 10:30~11:30	●HARUKOの英会話	◇健康増進カラオケ(通信)		○青空クラブ	26	金
27	土	◇朝日のハッピーハロウィン 10:00~11:30		◎カフェあさひ『三大テーノール』 1:30~4:00			27	土
28	日						28	日
29	月	◇おはなし会 11:00~11:30			●アートでしよ		29	月
30	火	◎麻雀大会 9:00~12:00		◎麻雀大会 1:15~4:30			30	火
31	水						31	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。