

# 平成30年 10月の区民ひろば南池袋

## ハロウィンコンサート

♥ 子どもから大人まで楽しめるコンサート

18日 木曜日 午前10時30分から

出演:東京音楽大学アクトプロジェクト

曲目:季節の歌 他

共催:高田地区民生委員児童委員協議会たんぽぽ



### サンデーベビーと一緒にエクササイズ

14日 日曜日 午前10時30分から

講師:渡辺奈々子氏

対象:6ヶ月から1才3ヶ月の乳幼児と保護者

持ち物:バスタオル・飲み物・抱っこひも

\*動きやすい服装でお越しください

申込み 区内:9月27日(木)から

区外:10月4日(木)から 先着10組

\* パパの参加大歓迎です! (電話可)

### \*いきいきひろば 高齢者\*

3	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
9 23	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
15	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にした音楽療法♪ 講師:加藤万史乃氏
15 22 29	月曜	午前 9時30分 午後 1時30分	健康マージャン 午前、午後の どちらかに参加できます
16	火曜	午後 1時30分	初めての囲碁 九路盤、十三路盤で打ちます *当日受付にお申込みください
19	金曜	午後 1時30分	スマイル体操 講師:木津美佳氏
22	月曜	午前 10時30分	りらっくす気功 講師:武内フク氏
23	火曜	午後 1時30分	ちよいレクで脳も体も活性! 読み書き計算とゲームで脳トレ
26	金曜	午前 10時30分	筋トレ脳トレ体操(登録制) 楽しく運動して健康増進と介護予防 講師:豊島区スポーツ推進委員

### \*なかよしひろば 子育て\*

6, 13, 20, 27	土曜	のりものランド 広いお部屋で三輪車、コンビカーで遊ぼう 乳児が遊べるおもちゃコーナーもあるよ。 *就学前までのお子さんが対象です。 午前:9時から12時 午後:1時から4時30分(土日は4時まで) *時間帯は裏面カレンダーを参照
7, 21	日曜	
17, 24, 31	水曜	
10	水曜 午前 10時30分	おひさまタイム 乳幼児向け応急手当のお話 講師:池袋保健所 保健師
24		ミニコンサートとお誕生会 ☆音大OB、院生による音楽交流 10月生まれのお友達のお祝いをしましょう。
20	土曜 午前 11時	わくわく紙芝居 紙芝居、読み聞かせ 他 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 体操、絵本の読み聞かせ、手遊び歌、 子育て相談など



### 親子リトミック

4日 木曜日

♪ 親子で楽しく 体を動かしましょう! ♪

講師:片柳千香子氏 田坂はるみ氏

①午前10時30分から11時05分 (6か月から1才3か月)

②午前11時10分から11時50分 (1才4か月から就園前)

当日参加できます!

### ベビーマッサージ&手遊びうた

9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 区内:9月25日(火)から

区外:10月2日(火)から

\*先着14組 (電話可)



### 初めてのマージャン (4回連続参加可能な方)

10月25日(木)・11月22日(木)

12月20日(木)・1月24日(木)

### 筋トレ脳トレ体操【後期全6回】募集のお知らせ

日程:10月26日金曜日から 平成31年3月8日金曜日

午前10時30分から11時45分

講師:豊島区スポーツ推進委員 参加費:無料

申込み:9月28日(金)から10月12日(金)まで

\*詳しくは窓口までお聞きください。

★11月の貸室抽選日 10月1日・2日午前9時15分から

〒171-0022 豊島区南池袋3-5-12 TEL3984-5896

# 区民ひろば南池袋

## 10月のお知らせ

平成30年

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
	抽選会			1	月	みゆうみゆうののびのびリトミック	抽選会準備	友楽会
コーロハーモニー	抽選会	レイフラ		2	火	親和豊寿会(輪投げ)	子育てネットワーク	絵てがみ教室 ハートフル 鬼子母神
みつくる部会	雑二 ときわクラブ			3	水	歌ひろば	みどり会	囲碁クラブ オー
親子リトミック	放課後対策課	放課後対策課	フォークダンス アゼリア	4	木	フォークダンス アゼリア	としまっくす	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	5	金	和楽会 (輪投げ)		友の会
フォークダンス アゼリア				6	土	のりものランド	正心会	和楽会 (カラオケ)
のりものランド				7	日	のりものランド	あゆみ会	コスモス
<b>休館日(体育の日)</b>				8	月	<b>休館日(体育の日)</b>		
コーロハーモニー	ベビーマッサージ	レイフラ		9	火	親和豊寿会 (輪投げ)	亀令会	健康囲碁
おひさまタイム		たのしみま書		10	水	和楽会 (輪投げ)	みどり会	囲碁クラブ オー
あうるぎっず 親子体操	墨友会			11	木	女声合唱団 いにしえの風	南池袋 お楽しみ会	としまっくす
ペルセウス			井澤 キーボードの会	12	金	太極拳 キャロット	さわやか 卓球	みみずくの社 親和豊寿会 (カラオケ)
のりものランド				13	土	のりものランド	碁友会	
サンデー エクササイズ				14	日	正心会		コスモス
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	健康マージャン		15	月	放課後 子供教室		健康マージャン 南池袋 お楽しみ会
コーロハーモニー				16	火	あみもの	亀令会	初めての 囲碁 絵てがみ教室
のりものランド	雑二 ときわクラブ			17	水	かっぱれ 藤の会	山吹班絵手紙 サークル	あゆみ会
たんぼぼ ハロウィン			ハロウィン控室	18	木	フラ・コスモ	としまっくす	フォークダンス アゼリア
リフレッシュ 体操	ペルセウス		井澤 キーボードの会	19	金	スマイル体操	太極拳 キャロット	友の会
わくわく紙芝居	高田民児協	布遊びの会		20	土	のりものランド	正心会	布遊びの会 和楽会 (カラオケ)
のりものランド				21	日	和楽会 (カラオケ)		雑二 ときわクラブ
りらっくす気功	みゆうみゆうの おはようリトミック	健康マージャン		22	月	放課後 子供教室	亀令会	健康マージャン 友楽会
レイフラ	コーロ ハーモニー			23	火	ちょいレク	和楽会 (輪投げ)	健康囲碁 誕生会準備
誕生会				24	水	のりものランド	みどり会	としまっくす 南池袋 お楽しみ会
あうるぎっず 親子体操	サンシャイン ママ	墨友会	雑二 ときわクラブ	25	木		和楽会 (輪投げ)	初めての マージャン 友の会
筋トレ脳トレ体操	ペルセウス			26	金		さわやか 卓球	親和豊寿会 (カラオケ)
のりものランド				27	土	のりものランド	女声合唱団 いにしえの風	碁友会 としま家落語会
南池袋二三四 町会			南池袋二三四 町会控室	28	日	正心会		コスモス
	みゆうみゆうの おはようリトミック	健康マージャン		29	月	みゆうみゆうの のびのびリトミック	親和豊寿会 (輪投げ)	健康マージャン 友楽会
				30	火	レイフラ	あみもの	
のりものランド				31	水	かっぱれ 藤の会	亀令会	みどり会

(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、9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> 10月22日 月曜日 午前9時から12時30分

☆ なんでも相談会 ☆

23日 火曜日 午後1時から3時  
豊島区民社会福祉協議会CSW