



# 11月 区民ひろば椎名町 スペシャルプログラム

豊島区南長崎4-1 2-7  
お問合せ:(3950)3042



運営協議会主催事業

## 第11回 ひろばまつり

11日(日) 午後1時15分~4時

午後1時~受付開始  
午後1時15分~オープニング  
午後3時30分 受付終了

ゲーム(輪投げ、コリント、コイン落とし、ゲート通し、ソースせんべい、マジックナイン、たからくじ) 体験コーナー(折り紙)  
模擬店(豚汁、たいやき、パウンドケーキ、復興支援販売、アクセサリーのお店) バザー、マジック ※一部有料もあります



### 健康講座 「楽しく健康寿命をのばそう！」

30日(金) 午後2時~3時30分

楽しみながら、健康維持、インフルエンザ予防等  
健康情報が学べます

講師: 木下美恵子氏 申込み受付中 電話可 先着20名

### 休日のゆったりヨガ

「自分と向き合い、心と体を癒しましょう」

11月より3月迄 第4日曜日 午前10時30分~

11/25. 12/23. 1/27. 2/24. 3/24 合計5回

講師: 大竹克幸氏・大竹尚子氏

持ち物: ヨガマットもしくはバスタオル・汗拭きタオル  
申込み 受付中 電話可 先着20名 (保育はありません)



### 椎名町シネマ 29日(木) 午後1時30分~

「お早よう」 監督: 小津安二郎 1959年度作品

出演: 笠智衆、杉村春子、東野英治郎他 92分

昭和30年代の家族、ご近所付き合いが実に面白い!

### 《予告》

### ☆すくすくタイム 「乳幼児の感染症と救急救命」

12月6日(木) 午前10時30分~

対象: 未就園児と保護者 講師: 長崎健康相談所保健師

申込み: 11月6日(火)~ 電話可 先着15組

### みみずくサロン

10日(土) 午前10時~

地域交流サロン  
相談会

### ☆ベビーマッサージ

12月14日(金) 午前11時~11時30分

講師: 橋田静穂氏

持ち物: バスタオル、タオル、補給用水分

対象: 首がすわった0歳児と保護者

申込み: 11月1日(木)~ 電話可 先着15組

<コミュニティソーシャルワーカーによる「何でも相談会」>

29日(木) 午後2時30分~4時

どのような相談でもお伺いします。直接会場へどうぞ。

### 《予告》

### ☆使ってみれば簡単便利 「スマートフォン講座」

スマートフォンをお持ちでない方もOKです。

12月5日(水) 午後1時30分~3時

申込み: 11月5日(月)~ 電話可 先着20名

## レギュラープログラム



事業	項目	日程	時間	内容	講師名
子育て	赤ちゃんタイム	予定表参照		子育てひろばが赤ちゃん専用室になります	
	幼児タイム	4・18・25(日)	9:30~	プラレール・レゴ・トミカ等で遊べます	
	にこにこタイム	15(木)	10:30~	お誕生会、ハーブバスデー、音楽遊び	千味麻里氏
	アスレチックひろば	1・29(木)	10:00~	トンネル、すべり台、ボールプール等で遊べます	
	おはなしでてこい	13(火)	11:00~	ビッグ絵本・パネルシアター・絵本の読み聞かせ	中央図書館ボランティア
	どんぐりタイム	毎日	11:30~	アンパンマン体操他(事業等で変更になる事があります)	
	のりものタイム	予定表参照		コンビカーや三輪車で遊べます	
交流	卓球	5・12・19・26(月)	13:15~	卓球を楽しみながら交流します	
	ペン習字	14(水)	13:30~	美文字に挑戦!お手本を元に練習します	林 礼子氏
	身体に優しい太極拳	7・21(水)	10:30~	基本の動作中心に、ゆったりとした動きです	江川 園江氏
	絵手紙教室	15(木)	13:30~	季節の物を、楽しく描きます(通信費200円)	桑畑 つね子氏
	手話で歌おう	17(土)	10:30~	歌で、手話を覚えます	白熊 千鶴子氏
	碁楽将タイム	4・18(日)	9:30~	囲碁・将棋・麻雀・その他ゲームを楽しみます	
いきいき	朝のひととき	26(月)	10:30~	玄米にぎにぎ体操、加ガ-作り(12月・1月)	
	麻雀を楽しもう	6・20(火)	9:15~	9時15分に抽選を行います	
	くつろぎの時間	12・19(月)	13:30~	12日写仏 19日瀬戸内寂聴と美輪明宏対談映像第二弾	
	ア-ディオで歌って健康に	13(火)	13:30~	唱歌、童謡などを歌います	鶴見 篤子氏
	健康増進カラオケ(通信)	予定表参照	13:00~	13時に抽選で歌う順番を決めます	
	脳トレタイム	9(金)	10:30~	音読・計算ドリル・パズルなどの頭の体操をします	
レクリエーションダンス	9(金)	14:00~	ストレッチや軽いダンスをします	小倉 あけみ氏	

☆小学生・中高生も放課後ひろばを利用できます。

10月15日現在



# 平成30年 11月の予定表

区民ひろば椎名町

☎03-3950-3042

【開館時間】 日曜日～土曜日 午前9時～午後5時

【休館日】 祝日・年末年始

午 前				午 後			
いきいき	交流	活動	子育て	いきいき	交流	活動	子育て
	貸室受付 リズム体操椎名町	アスレチック ひろば		1	木		のりものタイム 赤ちゃんタイム
	としまる体操 椎名町	おやかてハッピー イングリッシュ		2	金	健康カラオケ	のびのび 筋力づくり
休館日				3	土	休館日	
	暮楽将タイム	幼児タイム	赤ちゃんタイム	4	日		のりものタイム
		南長崎4丁目 福寿会		5	月		卓球
麻雀を楽しもう	スイトピーの会	親子 リトミック		6	火		赤ちゃんタイム
		太極拳		7	水	健康カラオケ	卓球同好会
		のりものタイム		8	木		のりものタイム 赤ちゃんタイム
	脳トレタイム	いきいき ひまわり		9	金	レクリエーション ダンス	
みみずくサロン	みみずくサロン			10	土	ひろばまつり準備	
ひろばまつり準備				11	日	ひろばまつり	
		南長崎4丁目 福寿会		12	月	くつろぎの時間	卓球
		ポッチャ椎名町	おはなし ててこい	13	火	アコーディオンで 歌って健康	元気! ながさきの会 赤ちゃんタイム
	編あみ会			14	水	ペン習字	卓球同好会
		にこにこタイム		15	木	絵手紙教室	のりものタイム 赤ちゃんタイム
	としまる体操 椎名町			16	金	健康カラオケ	のびのび 筋力づくり
	手話で歌おう	のりものタイム		17	土		のりものタイム
	暮楽将タイム	幼児タイム	赤ちゃんタイム	18	日		のりものタイム
		南長崎4丁目 福寿会		19	月	くつろぎの時間	卓球
麻雀を楽しもう	スイトピーの会	親子 リトミック		20	火	メロディー	赤ちゃんタイム
		太極拳		21	水	ラベンダー 友の会	簡化24式 太極拳
	リズム体操 椎名町	のりものタイム		22	木		のりものタイム 赤ちゃんタイム
休館日				23	金	休館日	
		のりものタイム		24	土		のりものタイム
	休日の ゆったりヨガ	幼児タイム	赤ちゃんタイム	25	日		のりものタイム
	朝のひととき	南長崎4丁目 福寿会		26	月		卓球
		ポッチャ椎名町		27	火		元気! ながさきの会 赤ちゃんタイム
	編あみ会			28	水	健康カラオケ	簡化24式 太極拳
	リズム体操 椎名町	アスレチック ひろば		29	木	なんでも相談会	椎名町シネマ 赤ちゃんタイム
	としまる体操 椎名町	いきいき ひまわり		30	金	健康講座	

【区民ひろば】は乳幼児から高齢者までどなたでもご利用できます（利用には利用証の作成をお願いしています）

\*グレー部分のプログラムは主催事業です。

\*車椅子の短期貸し出しをしています。

〈いきいきひろば〉は大人専用のスペースで、健康器具（マッサージ、スカイウェル）囲碁、将棋等を用意しております。

〈子育てひろば〉は乳幼児専用のスペースで、乳幼児向けの玩具をたくさん用意しています。

〈活動ひろば〉は事業・サークル専用の部屋です。〈交流ひろば〉は事業・サークルで使用していない時は、小学生他どなたでも使えます。