



1月 区民ひろば朋有



明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。

～ 区民ひろば は乳幼児から高齢者までどなたでも利用ができます ～

いきいきひろばの事業 1F

開館時間：9時～5時 休館日： 祝日 年末年始

7.28	月	13:15～15:30	健康増進カラオケ教室
29	火	13:30～15:30	朋有シネマ
8.22	火	10:30～11:30	体操&ボーリング
15.29	火	10:30～11:30	体操&カーリング
8	火	13:30～14:30	みんなのうた
9	水	13:15～15:30	健康増進カラオケタイム
30	水	13:30～14:30	脳トレーニング
18	金	10:30～11:30	レッツ・エアロビ
18	金	13:30～14:30	昭和をうたう
11.25	金	13:30～14:30	足腰トレーニング
6	日	13:30～14:30	リクエストカラオケフォーyou

☆平日1時15分から1階 いきいきひろばロビーで 体操をしています。是非ご参加ください。

新春落語会 出演:桂 竹千代 氏

16日(水)13:30～14:30

落語で初笑い! *どなたでもどうぞ。



1階

いきいき健康講座 17日(木)13:30～14:30

～腰のコリ予防～ 理学療法士:高木 翔氏 ・寒い冬、ギックリ腰にご用心!

朋有ミュージックサロン

21日(月)13:30～14:30

講師:山崎 拓未氏(東京音大卒)

NEW 楽器や体を使って 楽しもう!

1階

東京五輪音頭2020講習

(学習スポーツ課共催)

23日(水)13:30～14:30

*東京オリンピックを前にみんなで踊りましょう!
(東京オリンピック・パラリンピックのバッチ差し上げます。)

節分 2月1日(金)10:30～11:30

第1部 10:30～11:10 「お笑いライブ」

出演:ジャガモンド、ハルカラ、オシエルズ

第2部 11:15～「みんなで豆まき」

年男男女女の方と一緒に皆で豆まきを楽しみましょう!

1階

運営協議会主催事業

しゃべり場朋有 22日(火) 13:30～15:00

「災害時の対応について」 *非常食の試食もあります。

新春ジャズコンサート

2月3日(日)13:00～16:00 (開場12:30)

ジャズの生演奏とボーカルでお楽しみください!

子育てひろばの事業 2F

開館時間：9時～5時 休館日： 祝日 年末年始

21	月	11:00～11:30	中央図書館ボランティアによる おはなし会 お話、手遊び色々
23	水	9:30～11:20	ミニアスレチック 平均台や滑り台、マットの山であそびましょう
16.30	水	11:00～11:30	ちゅんちゅんタイム 16日・お正月遊び 30日・お誕生日会 鬼のお面作り
17	木	9:30～11:20	のびのびタイム ボールプールやミニジャングルジムで遊ぼう
15	火	15:00～16:00	木育ひろば
31	木	10:30～11:30	木のおもちゃがいっぱい 対象:1歳半位まで
10.24	木	11:00～11:30	ぴよタイム 0歳児と保護者のふれあい遊び ハーフパースティのお祝い(10日)
毎週	日	9:30～13:00	のいものGO! ジャンプ東池袋の広いホールでのりものGO!

☆毎日(火曜日を除く)11時30分から2階プレイルームで 体操をしています。是非ご参加下さい(出来ない日もあります。)

朋有わくわくHappyタイム

9日(水)10:30～11:30

出演:クラウンToga 氏

*ピエロが朋有にやってくるよ!

お正月遊びもやります。



2階

あそんで相談・ことばとからだ

16日(水)10:00～11:30

相談スタッフ:西部子ども家庭支援センター

心理職 子ども家庭支援ワーカー

*予約は必要ありません。

ファーストサイン

28日(月)10:30～11:30

サインを覚えて、ベビーとのふれあいを楽しみます。

講師:青木 美和子氏

対象:お座りができる～おしゃべり前のお子さん 12組

申込:1月11日(金)～電話可



2階

パパと遊ぼう!

2月3日(日)10:30～11:15

講師:藤井 芳子氏

対象:1歳～3歳のお子さんとパパ 定員:15組

申込:1月18日(金)～電話可

ママと一緒にどうぞ!

区民ひろば朋有

豊島区東池袋2-38-10

1階Tel 3971-0781・2階Tel 5396-1057



平成31年 区民ひろば朋有

豊島区東池袋2-38-10
03-3971-0781 (1F)
03-5396-1057 (2F)
FAX03-3971-0781

1月のカレンダー

無印=主催事業 ☆印=サークル
★=運営協議会

日	曜	ロビー及び和室		教養室（サークル利用）		子育てひろば（2F）
		午前	午後	午前	午後	
1	火	休館日（年始）				
2	水	休館日（年始）				
3	木	休館日（年始）				
4	金	貸室抽選日			☆ブルーハワイ	
5	土		☆豊島太極拳サークル		☆豊島太極拳サークル	
6	日		リクエストカラオケフォーユー		☆平和クラブ	のいものGO!
7	月	☆のびのび会	健康増進カラオケ教室	☆のびのび会	☆はる美会	
8	火	体操&ボールング	みんなのうた	☆秋桜会	みんなのうた	☆ポンキッキー☆FunFun ☆ハッピーエアロ
9	水		健康増進カラオケタイム		☆ドラマリーディングの会	朋有わくわくHappyタイム
10	木		☆カラオケくま ☆香香会(ロビー)		☆HMC会	ぴよタイム
11	金		足腰トレーニング		足腰トレーニング	☆ピーカーぶー ☆ニコニコ体操
12	土	☆キルトライブ			☆ひまわり	
13	日	☆ヨガ健康教室			☆カトレア	のいものGO!
14	月	成人の日(休館日)				
15	火	体操&カーリング	木育ひろば		☆レイピカケ	☆ポンキッキー☆FunFun ☆ハッピーエアロ 木育ひろば
16	水		新春落語会		新春落語会	ちゃんちゃんタイム あそんで相談・ことばとからだ
17	木	*介護予防サロン	いきいき健康講座	*介護予防サロン	いきいき健康講座	のびのびタイム
18	金	レッツエアロビ	昭和をうたう ☆香香会(ロビー)	レッツエアロビ	☆ブルーハワイ	☆ピーカーぶー
19	土	*和楽会				
20	日		☆静和クラブ		☆平和クラブ	のいものGO!
21	月	☆のびのび会	朋有ミュージックサロン	☆のびのび会	☆ひまわり	中央図書館おはなし会
22	火	体操&ボールング	しゃべり場朋有	☆秋桜会	しゃべり場朋有	☆ポンキッキー☆FunFun ☆ハッピーエアロ
23	水		東京五輪音頭2020講習		東京五輪音頭2020講習	ミニアスレチック
24	木		☆カラオケくま ☆香香会(ロビー)		☆HMC会	ぴよタイム
25	金		足腰トレーニング		足腰トレーニング	☆ピーカーぶー
26	土		☆はる美会		☆平和クラブ	
27	日	☆ヨガ健康教室	☆豊島太極拳サークル		☆豊島太極拳サークル	のいものGO!
28	月	☆やさしいヨガ (身の回り相談)	健康増進カラオケ教室	☆やさしいヨガ	☆レイピカケ	ファーストサイン
29	火	体操&カーリング	朋有シネマ「八日目」		☆カトレア	☆ポンキッキー☆FunFun ☆ハッピーエアロ
30	水		脳トレーニング		☆ドラマリーディングの会	ちゃんちゃんタイム (誕生日会・オニのお面作り)
31	木	木育ひろば	☆アンサンブルロマンス ☆香香会(ロビー)		☆HMC会	木育ひろば

※「介護予防サロン」は中央高齢者総合相談センター主催の為、登録している方だけの参加になります。

(12月14日現在)

