

# 平成31年 1月の区民ひろば南池袋



明けましておめでとうございます



## 新春の集い



12日(土) 午後1時30分～3時

～琴の演奏と獅子舞いをお楽しみください～

出演：水鼓の会

寿獅子舞い・大黒舞い 琴・尺八の演奏など

お正月にちなんだ曲で盛り上がりましょう！

※お汁粉もあります(先着150食)

## ポッチャをやるう

2月のちょいレクのお知らせ

2月12日(火) 10時30分～12:00

対象 シニア世代を中心にどなたでも参加できます

持ち物 ・動きやすい服装

・上履き(滑りにくいもの)

・水分補給できるもの

申込受付 1月29日(火)～当区民ひろばにて

先着30名(電話可)

## \*いきいきひろば 高齢者\*

8 22	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
9	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	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
15	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
21	月曜	午前 10時30分	シニアのレッツ音楽 歌や楽器を楽しみながら介護予防 講師：木内愛弓氏
21 28	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
24	木曜	午後 1時30分	初めてのマーじゃん 初心者向け * 申込受付中
25	金曜	午後 1時30分	スマイル体操 講師：木津美佳氏
28	月曜	午前 10時30分	りらくす気功 講師：武内フク氏

## \*なかよしひろば 子育て\*

5、19、 26	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対象です 午前：9時～12時 午後：1時～4時30分(土日は4時) 時間帯は裏面カレンダーを参照
6、13	日曜	
16、30	水曜	
9	水曜 午前 10時30分	「おひさまタイム」 パネルシアター、紙芝居、リズム遊び等 ★親子向け交通安全講座もあります。
19	土曜 午前 11時	わくわく紙芝居 紙芝居、手遊び、ハーモニ など 出演：ボランティアグループ「わくわく紙芝居」
23	水曜 午前 10時30分	ミニコンサートとお誕生会 山崎拓未氏と音の仲間たちによる音楽交流 1月生まれのお友達のお祝いをしましょう。 
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

## わくわくお洒落講座

「地域デビュー」のきっかけを作ませんか？

実施日：H31年2月23日(土)10時～12時

対象者：シニア世代(50歳代～の男女)

募集人員：30名

参加費：無料

2月4日(月)から当区民ひろば南池袋窓口にて  
申し込み受付開始(電話可)

## 「節分の集い」予告

2月1日(金)

午後1時30分～

年男年女による豆まきなど

お楽しみに！



## ファミリーヨガ

20日(日) 午前11:00～11:45 \*先着12組(電話可)

講師：山角 菜穂子氏(ヨガインストラクター)

対象：乳幼児(0歳～未就学児)と保護者

持ち物：水分補給、バスタオル(お子さん用)

※申込み 区内：1月8日火曜日から

区外：1月11日金曜日から

\*動きやすい服装でお越し下さい。★パパの参加大歓迎です。



としま子育てサロン 「祈念写真を撮ろう！」

たんぼぼ 17日(木) 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ぼぼ

当ひろばをご利用の際は靴下か室内履きを御履きください。

〒171-0022 豊島区南池袋3-5-12 TEL3984-5896

★2月の貸室抽選日 1月4日・7日午前9時15分から

# 区民ひろば南池袋

## 平成31年 1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
年始休館日				1 火	年始休館日			
				2 水				
				3 木				
				4 金				
のりものランド	抽選会			5 土	のりものランド		基友会	
のりものランド				6 日	正心会		あゆみ会	コスモス
	抽選会			7 月	みゆうみゆうの のびのびリミック	ハートフル 鬼子母神		友楽会
コーロ ハーモニー				8 火	親和豊寿会 (輪投げ)	和楽会 (輪投げ)	健康囲碁	友の会
おひさまタイム		たのしみま書		9 水	歌ひろば	かつぼれ 藤の会	囲碁クラブ オー	としまっくす
あうるきっず 親子体操	雑二 ときわクラブ	墨友会		10 木	フォークダンス アゼリア		南池袋 お楽しみ会	親和豊寿会 (カラオケ)
筋トレ脳トレ	リフレッシュ 体操	ペルセウス	井澤 キーボードの会	11 金	新春の集い(準備)			
新春の集い				12 土	新春の集い			
のりものランド				13 日	のりものランド	正心会		コスモス
休館日(成人の日)				14 月	休館日(成人の日)			
	コーロ ハーモニー			15 火	絵てがみ教室	親和豊寿会 (輪投げ)	初めての 囲碁	あみもの
のりものランド	雑二 ときわクラブ	たのしみま書		16 水	かつぼれ 藤の会	みどり会	区高連 第四ブロック	囲碁クラブ オー
としま子育てサロン たんぼぼ				17 木	フラ・コスモ	としまっくす	フォークダンス アゼリア	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	18 金	和楽会 (輪投げ)	さわやか 卓球	太極拳 キャロット	友の会
わくわく紙芝居				19 土	のりものランド	亀令会	基友会	和楽会 (カラオケ)
ファミリーヨガ				20 日	正心会	としまっくす		雑二 ときわクラブ
シニアの レッツ音楽	みゆうみゆうの おはようリミック	健康マーじゃん		21 月	放課後 子供教室	みゆうみゆうの のびのびリミック	健康マーじゃん	友楽会
レイフラ	コーロ ハーモニー			22 火	親和豊寿会 (輪投げ)	和楽会 (輪投げ)	健康囲碁	誕生会準備
誕生会			誕生会(控室)	23 水	みどり会	としまっくす	あゆみ会	南池袋 お楽しみ会
あうるきっず 親子体操		墨友会		24 木	女声合唱団 いにしへの風	フォークダンス アゼリア	初めての マーじゃん	高田地区民児協
	ペルセウス		井澤 キーボードの会	25 金	スマイル体操	さわやか 卓球	亀令会	親和豊寿会 (カラオケ)
のりものランド				26 土	JAA(日舞)	亀令会	基友会	和楽会 (カラオケ)
さくら保育園 もも組パパの会			雑二 ときわクラブ	27 日	さくら保育園 もも組パパの会	正心会		コスモス
りらくす気功	みゆうみゆうの おはようリミック	健康マーじゃん		28 月	放課後 子供教室	山吹班絵手紙 サークル	健康マーじゃん	南池袋 お楽しみ会
コーロ ハーモニー	レイフラ			29 火	和楽会 (輪投げ)	亀令会	あみもの	友楽会
のりものランド				30 水	みどり会		囲碁クラブ オー	友の会
				31 木	節分の集い(準備)			

(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、12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> 1月28日 月曜日 午前9時から12時30分



☆ なんでも相談会 ☆

9日 水曜日 午前10時から12時  
豊島区民社会福祉協議会CSW