



運営協議会主催・共催事業

- *いきいき脳トレーニング 第一 1月はお休みです
 *認知症予防ヨガ 第一 18日 金曜日 10時から 定員 15名 参加費:300円
 *仏教に親しむ～パート3～ 終活入門 第一 16日 水曜日 1時30分から



いきいきひろば(第一) TEL 3918-4197

★新春の集い 17日(木)10時30分から3時30分
 舞台発表・・・カラオケ、民謡、舞踊等日頃の練習成果を披露していただきます

★レコードコンサート 13日 日曜日 2時から
 半世紀前の音楽文化をレコードで聴く会
 どなたでも参加できます 家にあるレコードもご持参ください

★プチ・トレ(登録制) 18日 金曜日 1時30分から
 講師:木下美恵子先生(作業療法士)
 転倒・腰痛・膝痛予防等の指導(予約制:後期締切ました)

★エンジョイソング 25日 金曜日 1時30分から
 ギター伴奏で'60から'70年代の歌を懐かしく
 思い出を語りながら楽しく歌いましょう

★お楽しみ映画会 31日 木曜日 1時30分から
 「HERO」(本編 120分)
 出演:木村拓哉、松たか子、北川景子、佐藤浩市、小日向文世、他

★ゲートボール 毎週月曜日 9時15分から12時
 どなたでも参加できます

★玄米にぎにぎ体操 毎週水曜日
 10時30分から11時30分 どなたでも参加できます
 水分補給用の飲み物をお持ちください

★麻雀ひろば 毎火・水・木曜日 9時15分から12時
 9時15分から抽選 どなたでも参加できます

★囲碁 月曜日から土曜日 1時から4時30分
 ご興味のある方、お好きな方はいらして下さい

★今月の自習室 6日、20日、27日、日曜日 1時から4時
 中学生のみなさん、ぜひご利用ください



◆何でも相談会 豊島区民社会福祉協議会(CSW)

17日 木曜日 10時00分 から 11時30分

25日 金曜日 1時30分 から 3時00分

廃油回収 28日(月) 9時から12時30分

区民ひろば西巢鴨第一にて

こそだてひろば(第二) TEL3915-2379

食品表示と食品安全(出前講座)
 アレルギー表示や栄養成分表示など、
 食品安全について学びます。
 東京都の消費者啓発員が、わかりやすくお話しします。
 日時: 22日(火曜日) 10時45分～11時45分

☺ かもんかもんサンデータイム ☺

♡ 20日(日) 11時から かもんタイム
 絵本・紙芝居・手遊びなどをします。

♡ 27日(日) 10時30分～11時30分
 赤ちゃんタイム 赤ちゃんの体重を測ってみよう。

♡ 親子タイム 金曜日 10時30分から
 乳幼児向けのプログラムです。

♡ 11日「1月生まれの誕生会」&「交通安全教室」
 巢鴨警察の方が子育て中の交通安全のポイントをおはなしていただきます。

♡ 25日「鬼のお面づくり」

♡ 赤ちゃんタイム 火曜日 11時から
 0歳児向けのプログラムです。



♡ 8日「音楽あそび」5か月からハイハイのお子さん
 インストラクター:吉永咲子先生

※事前の申し込みの必要はありません。

バスタオル1枚、水分補給用飲み物をお持ちください

♡ 体育遊び 18日 金曜日 藤井芳子先生

① 10:30から(1歳児) H28.4.2～1歳を過ぎた方

② 11:00から(2・3歳児) H26.4～H28.4.1生まれ

♡ あそんで相談 31日 木曜日 10時～11時30分
 子育ての悩みを西部子ども家庭支援センターの
 相談スタッフに相談できます。

♡ のびのびタイム 16日水曜日 9時30分～11時30分
 すべり台やトンネル・トランポリンなどで遊べます。

☆ 24日(木曜)は補助救援センター訓練があるので
 午前中は一般利用はできません。
 訓練に参加お願い致します☆

事業のない日は、3Fホールで、
 コンビカー・自転車などが乗れます。

西巢鴨ひろばカレンダー

第一 西巢鴨2-35-3 ☎3918-4197

第二 西巢鴨2-14-11 ☎3915-2379

		いきいきひろば						子育てひろば	
		多目的室		区民集会室		集会室			
日	曜	午前	午後	午前	午後	午前	午後	多目的室	3Fホール
1	火					休館日		年始は1月4日(金)より 開館させていただきます	
2	水					休館日			
3	木					休館日			
4	金								
5	土	若葉会							
6	日			/			★自習室		
7	月	編み物ひろば	エヌツークラブ			★ゲートボール		やしの実会	
8	火	★麻雀ひろば			巢鴨健康太極拳		★健康増進カラオケ (通信)		♥赤ちゃんタイム (a)
9	水	★麻雀ひろば		吟詠会		★にぎにぎひろば	写経		
10	木	★麻雀ひろば				らくらく巢鴨の会	ストレッチ		
11	金				民謡同好会	ホーアフマウナリリ	やしの実会	控室(a)	♥親子タイム(a)
12	土	若葉会					新日本婦人の会 (くるみの木)		
13	日	とげぬき麻雀				健康運動会 大正大学主催	★レコードコンサート		
14	月	成人の日							
15	火	★麻雀ひろば			民謡同好会	ほほえみサロン	★健康増進カラオケ (通信)		
16	水	★麻雀ひろば			仏教に親しむ (終活入門)	★にぎにぎひろば	(新春の集い準備)		♥のびのびタイム (a)
17	木	★新春の集い控室	→	★新春の集い					
18	金			*認知症予防ヨガ		ホーアフマウナリリ	★ブチトレ	放課後子ども教室 (p)	♥体育あそび(a)
19	土	若葉会	エヌツークラブ			折戸千歳会	→		
20	日	エヌツークラブ		/			★自習室		
21	月	編み物ひろば		★ゲートボール		らくらく巢鴨の会	やしの実会		アプローチ(a)
22	火	★麻雀ひろば			巢鴨健康太極拳		★健康増進カラオケ (通信)	控室(a)	♥出前講座(a)
23	水	★麻雀ひろば		吟詠会		★にぎにぎひろば 十うんと運動	写経	補助救援センター訓練準備(a)(p)	
24	木	補助救援センター訓練控室		補助救援センター訓練控室		★補助救援センター訓練		補助救援センター訓練(a)	
25	金					ホーアフマウナリリ	★エンジョイソング	放課後子ども教室 (p)	♥親子タイム(a)
26	土	若葉会				睦福寿クラブ	→		
27	日	とげぬき麻雀		パークホームズ西巢鴨		庚申塚町会防災講話	★自習室	♥赤ちゃんタイム (a)	
28	月			★ゲートボール					アプローチ(a)
29	火	★麻雀ひろば			民謡同好会		★健康増進カラオケ (通信)		
30	水	★麻雀ひろば	エヌツークラブ			★にぎにぎひろば 十うんと運動	レクダンス	放課後子ども教室 (p)	
31	木	★麻雀ひろば				らくらく巢鴨の会	★お楽しみ映画会	♥あぞんで相談 (a)	

・★印⇒第一主催事業 ♥印⇒第二主催事業

・子育て(a)午前 / (p)午後

・無印⇒サークル・団体貸出

・2月の集会室の利用申し込み受付⇒1月4日(金) 9時から

・*印⇒運営協議会主催事業

・都合により内容・時間等変更になる場合があります

・◆印⇒社会福祉協議会事業

・車椅子の貸し出しをしています