

区民ひろばさくら第1 いきいきひろば 平成31年 1月のカレンダー

豊島区南長崎6-20-15
☎3950-8676



◎新年の集い

16日(水)1時半～
～ふれあいお笑いライブ～

さくらに若手コメディアンが集結!!
おしるこのご用意もあります



◎映画会 1時半～

6日(日)『怪しい彼女』

2014年・韓国・125分
出演：シム・ウンギョン ナ・ムニ

13日(日)『ナイトミュージアム』

2007年・米・108分
主演：ベン・スティラー

25日(金)『男はつらいよ
～口笛を吹く寅次郎～』

1983年・日本・115分
出演：渥美清、竹下景子、中井貴一

◎障害者サポート講座

27日(日)1時半～3時

・簡単な声掛け、介助の仕方などの体験
・『手話ソング』を歌いましょう

予告◎節分・豆まき

2月2日(土)1時半～

年女・年男さんによる豆まき

予告◎さくら第一文化祭実行委員会

2月6日(水)午後1時半～

12月に続いて第2回目を開催いたします
サークルの方はご参加ください

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前	集 娛 教 区	謹賀新年 本年もよろしくお祝い申し上げます 年末年始休業 12月29日(土)～1月3日(木) ※貸室抽選は1月4日(金)に行います					★貸室/元気になる体操 自彊術長二会
午後	集 娛 教 区	6	7	8	9	10	11
午前	集 娛 教 区		ゆる体操歩みの会	コーラスひまわり	体操ひろば	編物研究会 パレット	自彊術長二会
午後	集 娛 教 区	◎映画会	フラサークルレフア		◎音楽ひろば/C S W 自彊術水曜会 みどり会・さくら会	南長崎の会	健康吹矢チェリー 囲碁・将棋の会
午後	集 娛 教 区		育唱館やよい会	カラオケひばり会 さくらロッケークラブ		南長崎の会	健康吹矢チェリー 囲碁・将棋の会 南長四福寿会カラオケ
		13	14	15	16	17	18
午前	集 娛 教 区		成人の日 休館日	コーラスひまわり	事業準備	★転倒予防クラブ 編物研究会 折り紙の会	★元気になる体操 自彊術長二会
午後	集 娛 教 区	◎映画会			民謡を楽しむ会 さくらロッケークラブ	◎新年の集い	南長崎の会
		20	21	22	23	24	25
午前	集 娛 教 区	南六さくらクラブ	◎体幹エクササイズ		体操ひろば mama'sとよたま のぞみ歌謡会	パレット	自彊術長二会
午後	集 娛 教 区	南六さくらクラブ	百寿会		◎はつらつタイム mama'sとよたま みどり会・さくら会	南長崎の会	◎映画会
午後	集 娛 教 区		エコクラブ教室 百寿会	カラオケひばり会 さくらロッケークラブ		南長崎の会	囲碁・将棋の会 南長四福寿会カラオケ
		27	28	29	30	31	
午前	集 娛 教 区		ゆる体操歩みの会	◎体幹エクササイズ	体操ひろば	★楽々ストレッチ	※ランチはロビーにて正午～午後1時まで ※行事、サークル活動は変更することがあります
午後	集 娛 教 区	◎障害者サポート講座	フラサークルレフア	民謡を楽しむ会	◎健康増進カラオケ 自彊術水曜会	南長崎の会	★高齢者対象◎どなたでも 赤い字は当ひろば事業 黒い字は自主サークル活動
午後	集 娛 教 区		育唱館やよい会				

【廃油】 ◎音楽ひろば ★転倒予防クラス ◎体幹エクササイズ ◎はつらつタイム ★健康増進カラオケ ★楽々ストレッチ ★元気になる体操

28日(月) 9時～12時半 講師：末松ちあき氏
歌謡曲から童謡まで

9日(水) 1時半～2時半 講師：末松ちあき氏
歌謡曲から童謡まで

17日(木) 10時～11時 埼玉県立大学中村先生監修
転倒予防体操と脳トレ

21日(月) 10時～11時 講師：須藤浩代氏
体幹を鍛えましょう

23日(水) 1時半～2時半 ダーツなど
レクゲームをします

30日(水) 1時半～3時 みんなで順番に
好きな歌を歌います

31日(木) 10時～11時 楽々体操と脳トレ
ぬりえカレンダー等

4・18日(金) 10時～11時 講師：小侯淳子氏
有酸素運動で健康に

→「お元気体操」は「元気になる体操」に
名前が変わりました(講師の先生は変わりません)



平成30年12月17日現在

区民ひろばさくら第2 子育てひろば 平成31年 1月 のカレンダー

豊島区長崎6-37-11
 ☎3958-8453
<http://www.hiroba-sakura.or.jp/>



	日	月	火	水	木	金	土
午前	♥乳幼児対象 ◎どなたでも		新年あけましておめでとうございます			◎貸室受付	
午後	赤字は 当ひろば事業 黒字は 自主サークル活動		年末年始休館日は 12月29日(土)~1月3日(木)です。			リズム体操さくら	
午前	6	7	8	9	10	11	12
午後		♥プラレールタイム	♥ちびっこタイム ひまわり	♥ちびっこタイム みんみんサークル ツールペイントの会	◎卓球タイム!	◎歌ひろば 楽しく絵手紙	
午前	13	14	15	16	17	18	19
午後		成人の 休館日	♥さくらんぼタイム	骨盤体操♡ みんみんサークル		GO!GO!マビヨガ	
午前	20	21	22	23	24	25	26
午後		英語deリズムング メモリーズ☆アート	♥親子体操	親子ヨガ ツールペイントの会 わ		スマイル	
午前	27	28	29	30	31	◎卓球・バドミントンタイム(20分交代) (毎週月曜日)事業終了次第~4:50 (毎週土曜日)9:00~12:00 乳幼児の乗物もOK!	
午後		♥赤ちゃんタイム	♥ちびっこタイム ひまわり	♥ちびっこタイム わ	♥音で遊ぼう!		
午前	◎リラックスタイム 英語deリズムング			骨盤体操♡ わ	◎ポール・バドミントンタイム(20分交代) (毎週火~金曜日)事業終了次第~4:50 (毎週日曜日)9:00~12:00 乳幼児の乗物もOK! (毎週土・日曜日)1:00~4:50		
午後	♥赤ちゃんタイム	♥ちびっこタイム ひまわり	♥ちびっこタイム わ	◎卓球タイム!			

- ♥**プラレールタイム**
毎月第1・3月曜日
1:00~4:50
長い線路で
電車を走らせよう
- ♥**赤ちゃんタイム**
毎月第2・4月曜日
2:00~4:50
2Fのサークル室を赤
ちゃん専用開放しま
す。ご利用ください
- ◎**リラックスタイム**
28日(月)
10:30~11:00
体操、カレンダー
ぬり絵等を行います
- ♥**ちびっこタイム**
毎週火・水曜日
事業終了後~2:00
ホールにある乗物、
遊具で自由に遊べます
- ◎**卓球タイム!**
毎週木曜日
1:30~4:00
みんなで交代で卓球
を楽しみます。
初心者歓迎!!
- ◎**歌ひろば**
11日(金)
1:30~2:00
大人から子どもまで、
親子でも参加できま
す。みんなで歌いま
しょう



♥おはなし会 (中央図書館ボランティア)
はお休みです。
 次回は2月5日(火) 11:00~11:30
 お楽しみに!

♥**さくらんぼタイム**
 ~小麦粉粘土であそぼう!~
15日(火) 11:00~11:30
 小麦粉粘土の感触を楽しみながら
 色々な形を作ってみよう!
 1月生まれ誕生会もします。



♥**後期親子体操(登録制)**
22日(火) 講師:藤井芳子氏
 ・10:50~11:20 あんよクラス(1歳児)
 ・11:20~12:00 かけっこクラス(2歳児)
 ※参加を希望される方は、電話又は窓口にてお問い合わせ
 ください。

♥**音で遊ぼう! わいわいわい!**
《はじめの一步》
31日(木) 10:30~11:00
 音楽に触れて遊ぶ、リトミックははじめの一步
 毎回楽しいプログラムがいっぱい!
 以前参加した方もどうぞ!
 *対象:ひとりで行けるお子さん~未就園児と
 その保護者
 *申込:豊島区内在住...1月7日(月)~電話可
 区外...1月9日(水)~

◎区民ひろばさくら第二の本・絵本は借りる
 ことができます。
 (一人、1週間、5冊まで)
 図書カードを作りますので、受付までお申し出
 ください。