

# 2月の区民ひろば上池袋

住所：豊島区上池袋3-13-5  
TEL：3576-6916  
開館時間：午前9時から午後5時まで  
休館日：祝日、年末年始

## 節分の集い

**1(金)**10時30分から  
年男・年女による豆まき、  
民生児童委員混声合唱団  
「みみずく」によるコーラス 他  
◎お土産もあります！



## ★親子トミック

**6. 20(水)**  
11時20分から  
11時50分  
講師：下平 麻紀氏  
◎1歳から参加できます。  
動きやすい服装でご参加  
ください

## ★ぷくぷくタイム

**15(金)**11時から  
お誕生日会  
「りぶりんとフレンズ・  
としま」のおはなし会  
◎1歳から参加できます。  
申込みは不要です

## ★ベビーマッサージ

**21(木)**11時から11時45分  
対象：2ヵ月から8ヵ月位の赤ちゃんと  
保護者の方  
申込み：1/24(木)から先着  
講師：田中 淳子氏 定員：12組  
持ち物：バスタオル、おむつ、飲み物  
◎動きやすい服装  
\*使用されているオイルがありましたら  
お持ち下さい

## ★かみしばい

～みんなあつまれ～  
**17(日)**11時から  
出演：JAMESの紙芝居  
「にらめっこしましょ  
あっぱっぴい！」 他  
◇どなたでもどうぞ



区民ひろば上池袋運営協議会主催

## ★美香先生の親子でダンス

**27(水)**2時から3時  
対象：幼児(2歳から)と保護者の方  
申込み：1/30(水)から先着  
講師：岡田 美香氏  
定員：15組



## 来月の予定

区民ひろば上池袋運営協議会主催  
◎どなたでもお気軽にご参加ください

## いきいき防災講座 3/23(土) 2時から3時

防災危機管理課のお話  
どんなものがあるのかな？ 防災食

## レッツ!!ガーテニング 3/27(水) 2時から

\*雨天中止  
◎当館 玄関前にて行います。



## 2階「子育てひろば」乳幼児対象のプログラム

|          |                                              |                                              |
|----------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|
| ★のりものタイム | 毎日 遊戯室使用のない時 9時から3時<br>のりものサンデー 第1日曜日 9時から4時 | 乗用玩具、三輪車、補助付自転車などで遊べます。<br>広いスペースでのりものに乗れます。 |
| ★ベビータイム  | 14. 28(木) 11時から11時30分                        | 0歳児集まれ！ 28日は1歳のお誕生会をします。                     |
| ★のびのびランド | 8. 22(金) 10時から11時45分                         | 遊戯室のこうぎ台・すべり台・ボールプール等で楽しく遊べます。               |

## 1階「いきいきひろば」のプログラム (◇マークがついているものは65歳以上の方が対象となります。)

|                         |                                           |                                                     |
|-------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 健康増進カラオケ(通信)<br>カラオケタイム | 1. 8. 15. 22(金) 1時15分から4時15分              | 1:15に抽選、体操してからカラオケをはじめます                            |
| ◇室内ゲートボール               | 4. 18. 25(月) 1時30分から4時                    | 皆さんで楽しみましょう。初めての方もどうぞ！                              |
| ◇ほほえみクラブ                | 4(月) 10時から                                | 軽い体操・歌・二胡とともに。講師：鹿川美代子氏                             |
| ◇いきいき麻雀                 | 5. 7. 12. 14. 19. 21. 26. 28 <9時30分から12時> | 頭の体操でリフレッシュ！抽選を9:30にします。                            |
| ハンドベル                   | 7(木) 10時から                                | 簡単な童謡や唱歌を演奏して楽しめます。講師：谷川茂代氏                         |
| ◇リフレッシュ体操               | 8(金) 10時から                                | 簡単ストレッチでリフレッシュしましょう！講師：小俣淳子氏                        |
| ◇元気体操                   | 12(火) 1時30分から                             | 登録者のみ 講師：作業療法士 木下美恵子氏                               |
| うたってみんよう                | 14(木) 1時30分から                             | 三味線の生演奏で楽しく歌いましょう。講師：林田恵千子氏・斎藤タカ子氏                  |
| ◇唱歌・童謡の会                | 15(金) 10時30分から                            | 心のふるさとを歌で訪ねましょう。講師：福田圭子氏                            |
| デッサン教室(美しいぬりえ)          | 15(金) 1時30分から                             | 無心で描いて、ぬってストレス解消しましょう。講師：内間美代子氏                     |
| ◇安全・安心パトロール             | 20(水) 10時30分から                            | 交通安全・防犯等のお話もあります。協力：池袋警察署                           |
| たのしいコラージュ               | 21(木) 1時30分から                             | 心のストーリーをコラージュで表現しましょう。講師：井上ふじ子氏                     |
| 健康太極拳                   | 22(金) 10時から                               | 簡化式太極拳・伸展法ストレッチを習得していきます。講師：望月美智子氏                  |
| 上池シネマ                   | 26(火) 1時30分から                             | 「やしきた道中てれすこ」 出演：18代目中村勘三郎 他 2007年(108分)             |
| ◇歌のひろば                  | 28(木) 1時30分から                             | 童謡・唱歌や演歌、歌謡曲を楽しみましょう。講師：谷川茂代氏                       |
| 囲碁・将棋                   | 毎日 1時から4時45分                              | 対局を楽しみましょう。                                         |
| 卓球タイム                   | 9時から12時 1時から4時45分                         | 利用できない日もありますのでお問い合わせください。<br>2階は平日3時より小・中学生専用になります。 |

暮らしのなんでも相談

14(木) 11時から11時30分  
27(水) 2時から4時

社会福祉協議会CSWによる無料相談です。  
暮らしの中の不安などお気軽にご相談を。

【廃食油回収のお知らせ】2月25日(月)9時から12時30分(毎月第4月曜日) 【当館玄関前にて実施】

# 2019年2月のカレンダー



※1月15日現在の予定です。変更になる場合もあります。

| 曜日  | 日                               | 月                                                                                                                                                                  | 火                                     | 水                                                                | 木                                                              | 金                                                                                                                                 | 土                                |                          |
|-----|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------|
| 日にち |                                 |                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                  |                                                                | 1                                                                                                                                 | 2                                |                          |
| 午前  |                                 | 【お部屋のご案内】<br>(い)：いきいきひろば (遊)：遊戯室<br>(教1)：教養娯楽室1 (フ)：フリールーム<br>(教2)：教養娯楽室2 (多)：多目的室<br>(ロ)：ロビー (区)：区民集会室<br>太字は主催・共催事業です<br>細字はサークル・団体のご利用です<br>★印は「子育てひろば」のプログラムです |                                       |                                                                  | 3月分貸室<br>申込み<br>2/1(金)<br>9時15分<br>(区)                         |                                                                                                                                   | 貸室抽選(区)<br>節分の集い<br>★のりもの(遊)     | 上池袋キッズGYM(遊)<br>上池雀会(教1) |
| 午後  |                                 | カラオケタイム(い)<br>★のりもの(遊)                                                                                                                                             | ★のりもの(遊)                              | エヌワークラブ(教1)                                                      |                                                                |                                                                                                                                   |                                  |                          |
| 日にち | 3                               | 4                                                                                                                                                                  | 5                                     | 6                                                                | 7                                                              | 8                                                                                                                                 | 9                                |                          |
| 午前  | ★のりものサンデー(遊)                    | ほほえみクラブ(い)<br>上池袋親子体操(遊)                                                                                                                                           | いきいき麻雀(教1)<br>★のりもの(遊)                | 上池会(い)<br>★親子リトミック(遊)                                            | いきいき麻雀(教1)<br>ハンドベル(区)<br>プリティクラブ(遊)<br>舞楽会(い)                 | リフレッシュ体操(い)<br>★のびのびランド(遊)                                                                                                        | ★のりもの(遊)<br>上池雀会(教1)             |                          |
| 午後  | ★のりものサンデー(遊)                    | ゲートボール(ロ)<br>★のりもの(遊)<br>レイビカケ(い)<br>エヌワークラブ(教1)                                                                                                                   | ポコアポコ(遊)<br>エアロビクローバー(い)<br>上池三寿会(教1) | ★のりもの(遊)<br>きんぎょサロン(区)<br>★のりもの(遊)<br>自彊術上池教室(フ)                 | ★のりもの(遊)                                                       | カラオケタイム(い)<br>★のりもの(遊)                                                                                                            | ★のりもの(遊)<br>柳会(い)                |                          |
| 日にち | 10                              | 11                                                                                                                                                                 | 12                                    | 13                                                               | 14                                                             | 15                                                                                                                                | 16                               |                          |
| 午前  | ★のりもの(遊)                        | 休館日<br><br>建国記念の日                                                                                                                                                  | いきいき麻雀(教1)<br>★のりもの(遊)                | 骨盤体操(遊)<br>Skyクラブ(い)                                             | いきいき麻雀(教1)<br>★のりもの(遊)<br>★ベビータイム(子)<br>喜らしのなんでも相談<br>舞楽会(い)   | 唱歌・宣読の会(い)<br>★ぶくぶくタイム(遊)                                                                                                         | 上池袋キッズGYM(遊)<br>上池桜会(教1)         |                          |
| 午後  | 気軽にコーラス(い)<br>★のりもの(遊)          |                                                                                                                                                                    | 元気体操(い)<br>ポコアポコ(遊)                   | ★のりもの(遊)<br>きんぎょサロン(区)<br>みゆうみゆう(い)<br>自彊術上池教室(フ)                | ★のりもの(遊)<br>うたってみんなよう(区)<br>★のりもの(遊)<br>ニューソング(い)<br>上池三寿会(教1) | カラオケタイム(い)<br>★のりもの(遊)<br>デッサン教室(区)                                                                                               | ★のりもの(遊)                         |                          |
| 日にち | 17                              | 18                                                                                                                                                                 | 19                                    | 20                                                               | 21                                                             | 22                                                                                                                                | 23                               |                          |
| 午前  | ★かみしばい<br>～みんなあつまれ～<br>★のりもの(遊) | 上池袋親子体操(遊)<br>Skyクラブ(い)                                                                                                                                            | いきいき麻雀(教1)<br>★のりもの(遊)                | 安全安心パトロール(区)<br>★親子リトミック(遊)                                      | いきいき麻雀(教1)<br>★ベビーマッサージ(子)<br>プリティクラブ(遊)<br>舞楽会(い)             | 健康太極拳(い)<br>★のびのびランド(遊)                                                                                                           | 上池袋キッズGYM(遊)<br>上池桜会(教1)         |                          |
| 午後  | ★のりもの(遊)                        | ゲートボール(ロ)<br>★のりもの(遊)<br>レイビカケ(い)<br>上池三寿会(教1)                                                                                                                     | ポコアポコ(遊)<br>エアロビクローバー(教1)<br>柳会(い)    | ★のりもの(遊)<br>きんぎょサロン(区)<br>みゆうみゆう(い)<br>エヌワークラブ(教1)<br>自彊術上池教室(フ) | ★のりもの(遊)<br>たのしいコーラージュ(い)<br>★のりもの(遊)<br>永楽会(教1)<br>きらきらカフェ(区) | カラオケタイム(い)<br>★のりもの(遊)                                                                                                            | ★のりもの(遊)<br>柳会(い)<br>エヌワークラブ(教1) |                          |
| 日にち | 24                              | 25                                                                                                                                                                 | 26                                    | 27                                                               | 28                                                             | *子ども用の布を寄付<br>してください。<br>CSWと共催の「きん<br>ぎょサロン」で小物を<br>作り、販売した収益を<br>子ども食堂・子どもの<br>貧困に関わるNPOに<br>寄付しています。<br>ぜひ社会貢献にご協<br>力をお願いします！ |                                  |                          |
| 午前  | ★のりもの(遊)                        | ★のりもの(遊)<br>Skyクラブ(い)                                                                                                                                              | いきいき麻雀(教1)<br>★のりもの(遊)                | 上池会(い)<br>骨盤体操(遊)<br>喜らしのなんでも相談                                  | いきいき麻雀(教1)<br>★ベビータイム(子)<br>プリティクラブ(遊)<br>舞楽会(い)               |                                                                                                                                   |                                  |                          |
| 午後  | ★のりもの(遊)                        | ゲートボール(ロ)<br>★のりもの(遊)                                                                                                                                              | ポコアポコ(遊)                              | ★美香先生の親子<br>でダンス(遊)<br>こざくら幼稚園(い)<br>上池三寿会(教1)<br>自彊術上池教室(フ)     | ★のりもの(遊)<br>歌のひろば(い)<br>★のりもの(遊)<br>永楽会(教1)                    |                                                                                                                                   |                                  |                          |

