

区民ひろば朝日3月のお知らせ



花咲く

ひなまつりコンサート 2日(土) 10時~11時

甘酒とひなあられをご用意してお待ちしております。

♡ いきいきプログラム(大人~高年)

出演: すのうーまん

どなたでも
どうぞ

ソプラノ: 諏訪由希子
クラリネット: 塚本菜月
ピアノ: 細田千花
(東京音大OG会)

みんなのポッチャ

2日(土) 1時~2時
朝日小学校体育館

12:45ひろば朝日集合

子どもも大人も
レッツトライ!

いきいきポッチャ	5(火)	10:00~11:30	どなたでも楽しめるヨーロッパ生まれの球技です。始めの30分は自由練習。
いきいきアップ	12(火)	10:30~11:30	計算・音読・クイズ等で楽しく脳トレしましょう!
いきいきABCから英会話	19(火)	10:30~11:30	講師:吉野はる子氏 やさしい挨拶から一緒に
いきいきアッププラス	26(火)	10:30~11:30	お誕生会・脳トレ・ぬり絵で脳に刺激と癒しを
健康増進カラオケ(通信)	14(木)、22(金)	1:30~4:00	通信カラオケで好きな歌を存分に唄いましょう!
歌のひろば	22(金)	10:30~11:30	講師:仲里潔子氏 懐かしい曲を一緒に歌いましょう♪

♡ どなたでもプログラム

お昼の体操	毎日	1:00~1:15	みんなの体操を中心に、楽しく体を動かしてリフレッシュ!
みんなのポッチャ	2(土)	1:00~2:00	朝日小学校 体育館で練習します!
	3(日)	2:00~3:30	子どもから大人まで楽しもう! 始めの30分は自由練習です
CSWなんでも相談会	9(土)	2:00~4:00	「カフェあさひ」の日にお困りごとを伺います。お気軽にお声かけください
みんなのフラダンス	10(日)	2:00~3:00	講師:小山とも子氏 子どもから大人までフラダンスで楽しもう!
囲碁将棋			お部屋が空いている時は利用出来ます

♡ 子育てプログラム

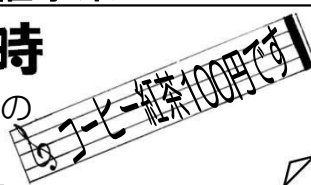
登録リトミック	4(月)	11:00~11:45	講師:吉永映子氏 平成30年4月2日現在1歳3か月以上のお子さま
パパとキッズのエクササイズ	10(日)	10:00~11:30	講師:池上園美氏 日曜日はパパ、ママと一緒に運動しよう!
Babyリトミックねんね	20(水)	10:30~11:00	講師:吉永映子氏 ねんね、おすわり、ゆっくりハイハイくらいのお子さま
Babyリトミックあんよ	20(水)	11:10~11:40	講師:吉永映子氏 つたい歩き、歩き始めたばかりで動き回りたいたいお子さま
あそびばひろば	16(土)、17(日)	(土)(日)9:00~11:45 (日)1:15~3:30	ジャングルジムにブランコ、大型遊具を使ってのびのび遊べます
なかよしタイム	18(月)	10:30~11:00	お誕生会のあとはみんなが主役!「おおきなかぶ」
おはなし会	25(月)	11:00~11:30	図書館ボランティアによる読み聞かせや手遊びなど

運営協議会主催事業

カフェあさひ

23日(土) 2時~3時

たしかな技術と経験豊かな弦楽四重奏・金管五重奏の音色をぜひお楽しみください!



◎散歩の会◎

10日(日)午前9時集合
区民ひろば朝日玄関前
十条台周辺の公園と
十条銀座商店街散策



散歩の会	10(日)	9:00出発	十条台周辺の公園と十条銀座商店街散策。歩行距離 約7.5Km
カフェあさひ	9(土)	1:30~4:00	コーヒー又は紅茶100円(クッキー付)
	23(土)	1:30~4:00	出演「弦楽四重奏」「金管五重奏」 素敵な午後のひとときを。
なつかし映画会	2(土)	2:00~3:45	『喝采』出演:ビング・クロスビー/グレース・ケリー 他
	16(土)	2:00~3:30	『右門捕物帳紅蜥蜴』出演:大友柳太郎/里見浩太郎 他
初心者麻雀	6(水)、12(火) 19(火)、26(火)	9:00~12:00	初心者大歓迎!
麻雀教室	5(火)、12(火) 19(火)、26(火)	1:15~4:30	基本的なルールをご存知の方が楽しめます。
南京玉すだれ	5(火)、19(火)	5:30~7:00	伝統芸能を教わろう!

区民ひろば朝日 平成31年3月カレンダー

電話 5974-0566 住所 豊島区巢鴨 5-33-21

◇主催事業 ○運営協議会 ●団体利用 ○自主利用

http://www.toshima.ne.jp/~01_asahi

日	曜	午前 (9時~12時)		午後 (1時~5時)		夜間 (6時~9時30分)	日	曜
		いきいきひろば	グループ室	いきいきひろば	グループ室	いきいきひろば		
1	金	◇受付日 9:00~	●のびのびストレッチ 10:30~11:45	サークルたんぽぽ 1:30~4:30		○青空クラブ 7:00~9:00	1	金
2	土	◇ひなまつりコンサート 10:00~11:00		◎なつかし映画会 2:00~3:45	◇みんなのポッチャ 1:00~2:00 (朝日小体育館)		2	土
3	日	●庚申塚テニスクラブ 9:00~12:00		◇みんなのポッチャ 2:00~3:30			3	日
4	月	◇登録!トミック 11:00~11:45	●HARUKOの英会話 10:30~12:00				4	月
5	火	◇いきいきポッチャ 10:00~11:30		◎麻雀教室 1:15~4:30		◎南京玉すだれ5:30~7:00 ○ウクレレブカナラ7:00~8:00	5	火
6	水	◎初心者麻雀 9:00~12:00	●カナリヤ 10:30~12:00	●にこにこ体操やさしいストレッチ 1:30~3:30		○あしたも元気 6:00~8:00	6	水
7	木	●中高年体操 10:30~11:45	●ママのおしゃべりルーム 10:00~12:00	●ゴスペルクワイヤー 1:30~2:45	●サロン切手 2:40~4:00	○朝日町会青少年部 7:30~8:30	7	木
8	金			●おとなの体操 1:30~3:00		○青空クラブ	8	金
9	土	◇あそびひろば 9:00~11:45	●みんなの気功 10:30~12:00	◎カフェあさひ 1:30~4:00	【CSWなんでも相談会】 2:00~4:00		9	土
10	日	◇パパとキッスのエクササイズ/◎散歩の会(館外) 10:00~11:30 9:00~		◇みんなのフラダンス 2:00~3:00			10	日
11	月			●カトレア思い出の歌の会 1:15~4:00			11	月
12	火	◇いきいきアップ 10:30~11:30	◎初心者麻雀 9:00~12:00	◎麻雀教室		◎運営協議会委員会 6:30~	12	火
13	水	●ゆったりリズム体操 10:30~11:45		●ローズ吹矢の会 1:15~4:00			13	水
14	木	●アートはがき絵さくら 9:00~12:00		◇健康増進カラオケ(通信) 1:30~4:00			14	木
15	金	●のびのびストレッチ 10:30~11:45				○朝日クラブ 7:00~9:00	15	金
16	土	◇あそびひろば	●みんなの気功	◎なつかし映画会 2:00~3:30		○大親町会役員会 7:00~9:00	16	土
17	日	◇あそびひろば 9:00~11:45		◇あそびひろば 1:15~3:30			17	日
18	月	◇なかよしタイム 10:30~11:00		●あしたも元気 1:30~4:30			18	月
19	火	◇いきいきABCから英会話 10:30~11:30	◎初心者麻雀	◎麻雀教室		◎南京玉すだれ ○ウクレレブカナラ	19	火
20	水	◇baby!トミック 10:30~11:00/11:10~11:40	●カナリヤ				20	水
21	木	○青空クラブ 10:00~12:00					21	木
22	金	◇歌のひろば 10:30~11:30		◇健康増進カラオケ(通信) 【ミニ出前講座1:20~】		○青空クラブ	22	金
23	土			◎カフェあさひ『弦楽四重奏』『金管五重奏』 1:30~4:00		○大親町会総務部会 7:00~9:00	23	土
24	日	●朝日クラブ 11:00~4:00					24	日
25	月	◇おはなし会 11:00~11:30	【廃食油回収】 9:00~12:30	●カトレア思い出の歌の会			25	月
26	火	◇いきいきアッププラス 10:30~11:30	◎初心者麻雀	◎麻雀教室			26	火
27	水	●ゆったりリズム体操		●ローズ吹矢の会			27	水
28	木	●アートはがき絵さくら					28	木
29	金		●HARUKOの英会話	●おとなの体操			29	金
30	土	●みんなの気功 10:30~12:00					30	土
31	日						31	日

<上記予定は変更される場合があります。ご了承ください。>

※ 空欄は団体利用が可能です。団体登録をして頂き利用の3日前までにお申し込み下さい。

『団体登録』についてはお問い合わせください。