

# 区民ひろばニュース

第5号



「区民ひろば」は年齢に関係なく誰でも利用できる施設です。利用するためには登録が必要です。またひろばでは様々な事業も行っています。皆様のご利用をお待ちしています。

【開館時間】：午前9時～午後5時  
（施設によっては午前10時～午後6時）

【休館日】：日曜・祝日・年末年始  
（日曜日の休館は、ひろばにより異なります。詳細は各ひろばにお問い合わせください。）

※利用方法・登録方法等は各ひろばにお問い合わせください。

事業名：デッサン教室

ひろば：区民ひろば上池袋

講師：内間美代子さん

実施日：毎月第3金曜日

午後1時30分から3時

内容：基本から楽しくデッサンを勉強します。初心者の方も大歓迎です。

【表紙作品】 櫛島 良子さん

# 特集 **これがひろばの イチオシ情報**

## 癒しの空間～椎名町ひろば

区民ひろば  
椎名町

### ①富士山を観る会

ひろばの屋上からは富士山が裾野まで見え、振り向けば遠くにスカイツリーも見えます。年明けの二日間は暖かい飲み物と「富士山を観る会」で新年をお祝いしています。

### ②カラオケ&ほっとタイム（一杯50円のコーヒーまたは紅茶で菓子付き）

利用者みなさんはテレビに直接差し込むマイク型のカラオケを、ゆったりとコーヒーを飲みながら、楽しんでいます。また、ほっとタイムはカラオケ時だけではなく、卓球後の利用やおしゃべりの場など「ほっと一息」のため、若いお母様方をはじめ、幅広い層の方にご利用いただいています。



## 楽しい！南池袋

区民ひろば  
南池袋

第3水曜日は楽しいアクトステーション。東京音楽大学学生による季節の歌の指導、ミニコンサート、時には手製の楽器（紙コップと小豆を使ったマラカスなど）を作ったの演奏など、小学生や高齢者も参加して、楽しい時間を過ごしています。



# 「元気印！ 朋有たまたま箱」

区民ひろば  
朋 有

## ①子育て講座

救急法、事故予防・感染症等、区立保育園の看護師から具体的な事例のお話やダミー人形を使っての体験学習を定期的に行っています（おしゃべり相談コーナーもあり）。

## ②みんなで遊ぼう

高齢者の方と乳幼児の親子と一緒に手遊びをしたり、わらべうたを歌ったりして遊びます。保育園の子どもたちも毎月1回仲間入り。

## ③足腰トレーニング

転倒予防・尿失禁予防体操から始まり、椅子に座ってうたを歌いながらの簡単な体操を行っています。



# ひろば速報！！

## ★区民ひろば池袋本町において

### 自主運営移行モデル事業開始！

昨年11月に区民ひろば池袋本町運営協議会を母体としたNPO法人が東京都より認証を受け、「NPO法人池本ひろば」として活動することになりました。そして2月1日より、区民ひろばの運営業務の一部を受託し、自主運営移行モデル事業がスタートしました。

区民ひろばの自主運営化により、地域の力や特性を活かしたよりよい施設運営を目指します。今後も変わらず、区民ひろば池袋本町をご利用ください！

## ★セーフコミュニティの拠点として

### 安全・安心を広げます！

豊島区はH24年度にセーフコミュニティ認証取得を目指していますが、区民ひろばは地域の交流拠点として、安全・安心を広げていきます。そのために地域住民、警察、大学、NPO等様々な主体と協働していきます。

また、区民ひろばはセーフコミュニティの拠点として、乳幼児や高齢者の健康維持や事故予防、地域における孤独・孤立の防止を図るため、区民ひろばの機能を高める事業に取り組んでいきます。



(作) 金崎く一こ

# サークル紹介

## 富士見台ドレミ会



キーボード（鍵盤楽器）で、ポップス・童謡・クラシックなどを楽しく演奏しています。初めての方にはキーボードの基礎と、楽譜の読み方などを優しくご指導致します。どなたでも気軽にご参加ください。

活動日：第1・第3金曜日（午前中）  
会費：2,000円（月額）  
講師：金野 節子先生

## 富士見台



## のびのび ストレッチ体操

朝日



ストレッチ体操やダンスを行っています。心と体をリラックスし、美と健康に役立てませんか。楽しいひと時は是非ご一緒に！！

活動日：第1・第3金曜日  
（午前10時30分  
から11時45分）

会費：1,000円（月額）  
講師：神谷 陽子先生

## 親子で楽しもう ヨガ

さくら  
第二



大人対象のヨガを1時間半、月2回行っています。お子さんは、ママのそばにいられるのでお子さんを預けなくても、ヨガが楽しめるプログラムです。心身ともにリフレッシュする貴重な時間を過ごしています。

活動日：第2・第4水曜日  
（午前10時10分から11時40分）

会費：1,000円（1回）  
講師：加川 由里子先生

# 区民ひろば交歓会

512人の来場、熱気の区民ひろば交歓会開催！！

～18の運営協議会が一堂に会して企画自慢～

2月6日（日）、正午から午後3時まで、豊島区民センター1階総合展示場にて「区民ひろば交歓会」が開催されました。これは、区民ひろば運営協議会が各ひろばで実施してきた事業を紹介し、企画自慢や情報交換、相互交流を目的としています。

高野区長は「区民ひろばが地域コミュニティの拠点として、また、セーフコミュニティの推進に大きな役割を持つ」と挨拶。その後も、ステージ発表や各コーナーなどを熱心に見て回りました。

今回初めて、区民向けにPRを兼ねて会場を区民センターに移して開催しましたが、512人の来場があり、大いに賑わいました。



▼ミニステージ



▼高野区長も  
応援に来てくれました

▲各区民ひろばの  
自慢の企画コーナー



▲年間活動紹介  
展示パネル

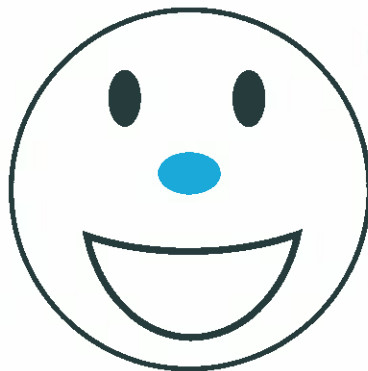


## 聞かせてください！みなさんの声 「交歓会アンケート」で頂いた、ご意見をまとめました。

イベント全体が楽しかった。

紙芝居やダンスなどの、  
ステージ発表が良かった。

手作り品が良かった。



来年もやって欲しい

年齢、地域を超えて  
一つにまとまってい  
て元気をもらった。

住民と行政が  
一体化していた。

今後も、「区民ひろば」や「運営協議会」の活動を知って頂く機会を作り、利用者を増やすことで、地域の絆を深めていきたいと思えます。

「ひろば」は  
こんなに  
楽しいゾ!

専門学校生による

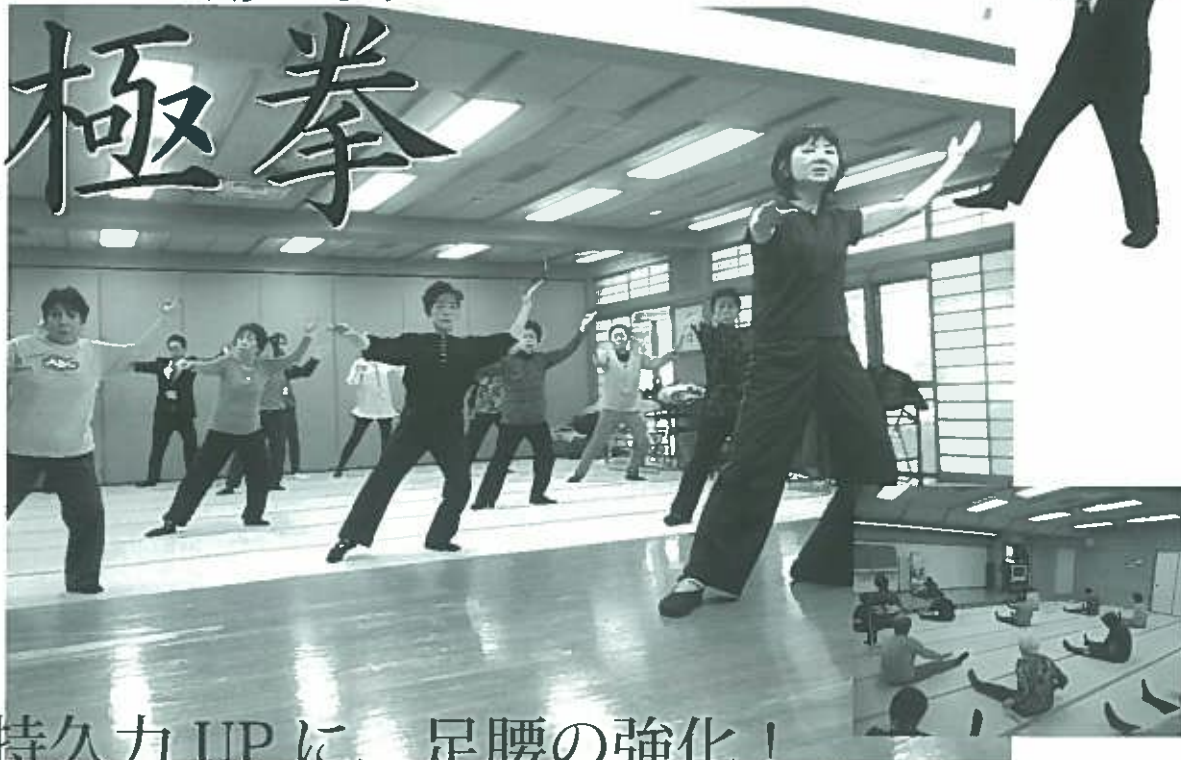
# 「ひろば」体験



区民ひろば千早

体験! カラダを動かそう!

## 太極拳



持久力UPに、足腰の強化!  
いいこと尽くめの太極拳!



↑太極拳に挑戦する、私たち（日本外国語専門学校の学生たち）です。実際にやってみて、太極拳は年齢に関係なく大変なことがわかりました。しかし終わってみると代謝がよくなり、体がポカポカに。新たな体験が出来、皆嬉しく思っています。

太極拳の集まりは月に2回ほど開かれています。ここで  
行われている門派は「呉式太極拳」という伝統太極拳で、  
全て通して行くと30分ほどかかるそうです。2年ほど参加  
されている方に話を伺うと、「太極拳で体を動かすと気持ち  
がいい」とおっしゃっていました。



# レポート！

区民ひろばでは、毎月さまざまなイベントやサークル活動が行われています。そこで専門学校生たちが、「ひろば」のイベントやサークルを実体験。誰でも楽しめる「ひろば」をお伝えしていきます。



区民ひろば長崎

体験！親子のふれあい！

## 親子体操

お母さん同士にとっては、子育てという同じ悩みを相談できたり、子ども同士は同年代の子と遊ぶことによってコミュニケーションも取れる最適の場です。参加している皆が学び、成長できます。小学校入学前の子どもたちが元気に触れ合う機会も作れ、お母さんも体操をする際に、子どもにどう教えたらよいかを聞いたり、とても熱心な姿を観る事ができました。そしてそんな光景に「ほっこり」した気持ちになりました。



区民ひろば長崎

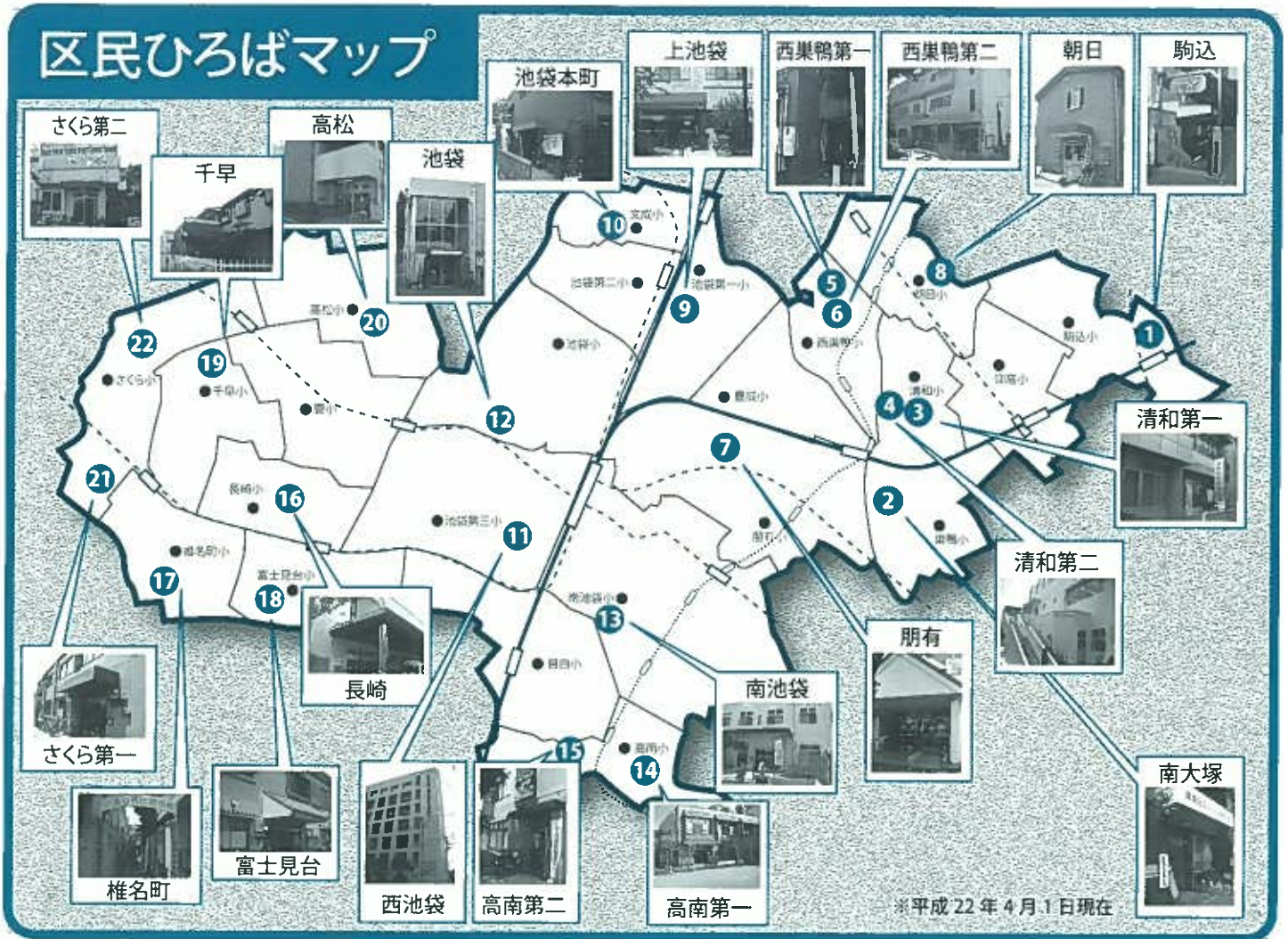
体験！芸術に触れよう！

## 水彩画

私たちは、区民ひろば長崎にお邪魔してきました。「水彩画を楽しもう」では、用意された塗り絵に、それぞれが思い思いの色を塗っていきます。机を囲んで、和気あいあいと会話をしながら進めていきました。ほとんどの方が初めての体験ということだったのですが、色の使い方や塗り方が初めてとは思えないくらい、みなさんとても上手でした。



# 区民ひろばマップ



## ●地域区民ひろば課 区民ひろば施設一覧

| 施設名          | 所在地                       | 電話番号                   | FAX番号                  | 施設名           | 所在地                     | 電話番号                   | FAX番号                  |
|--------------|---------------------------|------------------------|------------------------|---------------|-------------------------|------------------------|------------------------|
| 1 区民ひろば駒込    | 駒込 2-2-4<br>いきいき子育て       | 3917-9873<br>3915-1966 | 3917-9818<br>3915-2049 | 11 区民ひろば西池袋   | 西池袋 2-3 7-4<br>1F<br>2F | 3980-0088<br>3980-2300 | 3980-0089<br>3980-2324 |
| 2 区民ひろば南大塚   | 南大塚 2-3 6-1<br>1F<br>2F   | 5976-4399<br>3946-7665 | 3946-7355<br>3946-7665 | 12 区民ひろば池袋    | 池袋 2-2 4-1 7            | 3982-9658              | 3982-9659              |
| 3 区民ひろば清和第一  | 巢鴨 3-1 5-2 0              | 5974-5464              | 5974-5465              | 13 区民ひろば南池袋   | 南池袋 3-5-1 2             | 3984-5896              | 3984-5897              |
| 4 区民ひろば清和第二  | 巢鴨 3-1 3-1 2              | 5961-5756              | 5961-5757              | 14 区民ひろば高南第一  | 高田 2-1 1-2              | 3988-8601              | 3988-8647              |
| 5 区民ひろば西巢鴨第一 | 西巢鴨 2-3 5-3               | 3918-4197              | 3918-4198              | 15 区民ひろば高南第二  | 高田 3-3 8-7              | 3987-6600              | 3987-6656              |
| 6 区民ひろば西巢鴨第二 | 西巢鴨 2-1 4-1 1             | 3915-2379              | 3915-2379              | 16 区民ひろば長崎    | 長崎 2-2 7-18<br>いきいき子育て  | 3554-4411<br>3554-1160 | 3554-4413<br>3554-1160 |
| 7 区民ひろば朋有    | 東池袋 2-3 8-1 0<br>1F<br>2F | 3971-0781<br>5396-1057 | 3971-0781              | 17 区民ひろば椎名町   | 南長崎 4-1 2-7             | 3950-3042              | 3950-3048              |
| 8 区民ひろば朝日    | 巢鴨 5-3 3-2 1              | 5974-0566              | 5974-0566              | 18 区民ひろば富士見台  | 南長崎 1-6-1<br>1F<br>2F   | 3950-6871<br>3953-6376 | 3950-6872<br>3953-6394 |
| 9 区民ひろば上池袋   | 上池袋 3-1 3-5<br>1F<br>2F   | 3576-6916<br>3576-6728 | 3576-6917<br>3576-6732 | 19 区民ひろば千早    | 要町 3-7-1 0              | 3959-2281              | 3959-2282              |
| 10 区民ひろば池袋本町 | 池袋本町 3-9-4                | 3986-0041              | 3986-0042              | 20 区民ひろば高松    | 高松 2-2 5-9<br>1F<br>2F  | 3973-0032<br>3973-7420 | 3973-7440              |
|              |                           |                        |                        | 21 区民ひろばさくら第一 | 南長崎 6-2 0-1 5           | 3950-8676              | 3950-8677              |
|              |                           |                        |                        | 22 区民ひろばさくら第二 | 長崎 6-3 7-1 1            | 3958-8453              | 3958-8462              |

## ○ご協力いただいた皆さん

- NPO 法人 NEWVERY
- 金崎くーこ
- 日本外国語専門学校 広報サークル  
(五十音順 敬称略)

## ○ひろばニュース作成者 日本外国語専門学校広報サークル

学生である我われにとって、春は別れと出会いの時期。広報サークル内でも、今まで活躍してきた一期生から、二期生にむけてバトンが渡される時期でもあります。今ではベテランの一期生も、開始当時は取材で右往左往。「ひろば」の所長さんや区民の皆さんに助けていただいたこともありました。それもまたいい思い出です。これからは、社会人として「ひろば」に貢献できたら幸いです！

発行元  
豊島区 区民部地域区民ひろば課  
東京都豊島区東池袋 1-18-1 ☎3981-1479  
平成 23 年 3 月発行

編集・制作  
学校法人日本外国語専門学校 広報サークル  
印刷  
神谷印刷株式会社



区民ひろばニュースに関するご意見・ご感想を下記アドレスまでお寄せ下さい。

A0012002@city.toshima.lg.jp