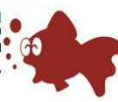


12月の区民ひろば上池袋



住所：豊島区上池袋3-13-5
 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
 TEL：3576-6916

クリスマスソングを一緒に歌いましょう!

「気軽にコーラス、優雅な休日」
 ~Sing Swing Otomic♪~

10(日)1時30分から3時

◇ミニコンサートあり

参加費：500円(お茶とお菓子つき)

申込み受付中



運営協議会主催

クリスマス会

ポッポちゃんの

バルーン

アートショー

17(日)

1時30分から

★ぷくぷくタイム 11時から

1(金) 子育てママさんの
交通安全 研修会

15(金) お誕生日会
「りぶりんとフレンズ・
としま」のおはなし会

◎一歳から参加できます。
申込みは不要です

★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

運営協議会活動部会主催

夏輝レオン先生の

ステージダンス教室

7、21(木)1時30分から

「新春の集い」1/12(金)で

発表しましょう。

対象：大人 定員：20名

講師：夏樹レオン氏

ベビービクス

21(木)11時30分から12時15分

対象：2か月位から8か月位

講師：キム ギョンスク氏

定員：20組

申し込み：11月16日(木)から先着順

持ち物：バスタオル、おむつ、飲み物

楽しい絵手紙(全3回)

1/28・2/25・3/25(日)

1時30分から3時30分

講師：矢島 みつよ氏

材料費：500円(3回分)

定員：15名

申し込み：12月21日(木)から

◎はじめての方大歓迎!



来月の予定

新春の集い

1月12日(金)10時から4時頃

サークル発表芸芸大会

南京玉すだれ・マジック他

◎茜の里パン販売あり!

出演者抽選会 12月5(火)

1時30分から

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	乗用玩具、三輪車、補助付自転車などで遊べます。
★のびのびランド	8(金)10時から11時45分	遊戯室のトランポリン・すべり台・ボールプール等で楽しく遊べます。
★あそんで相談	8(金)10時から11時30分	「西部子ども家庭支援センター」による出張子育て相談です。
★ベビータイム	14(木)11時から11時30分	0歳児集まれ!お友達になりましょう。

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。)

◇ほほえみクラブ	1(金)10時から	軽い体操・歌・二胡とともに。講師：鹿川美代子氏
健康増進カラオケ(通信) 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、その後で体操します。
◇室内ゲートボール	4、11、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!
◇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：小侯淳子氏
◇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
たのしいコラージュあそび	14(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
◇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
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	「劔岳 点の記」 主演：浅野忠信、香川照之 他(139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	午前9時から12時 午後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。 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

15(金)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】12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】

2017年12月のカレンダー

※11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】 (い): いきいきひろば (遊): 遊戯室 (教1): 教養娯楽室1 (フ): フリールーム (教2): 教養娯楽室2 (多): 多目的室 (ロ): ロビー (区): 区民集会室 太字は主催・共催事業です 細字はサークル・団体のご利用です ★印は「子育てひろば」のプログラムです					1月分貸室 申込み 12/1 (金) 9時15分	貸室抽選 ほほえみクラブ(い) ★ぶくぶくタイム(遊) 子育てママさんの 交通安全研修会 池袋mamaの会(フ) カラオケタイム(い) ★のりもの(遊) 池袋mamaの会(フ)	★のりもの(遊) 柳会(い) ★のりもの(遊) エヌツークラブ(教1)
午後								
日にち	3	4	5	6	7	8	9	
午前	★のりもの(遊)	池本親子体操クラブ(遊)	いきいき麻雀(教1) ★のりもの(遊)	上池会(い) ★親子リトミック(遊) 天狗道場(教1)	いきいき麻雀(教1) プリティクラブ(遊) ハンドベル(区) 舞楽会(い)	リフレッシュ体操(い) ★のびのびランド(遊) おそんで相談	上池袋キッズGYM(遊)	
午後	★のりもの(遊) ニューソング(い)	ゲートボール(ロ) ★のりもの(遊) レイピカケ(い) エヌツークラブ(教1)	新春の集い抽選日 ポコアポコ(遊) エアロビクローバー(教1)	きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) みゆうみゆう(い) 上池三寿会(教1) 自彊術上池教室(フ)	夏輝レオン先生の ダンス教室(い・教2) ★のりもの(遊)	カラオケタイム(い) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊) エヌツークラブ(教1)	
日にち	10	11	12	13	14	15	16	
午前	★のりもの(遊)	池本親子体操クラブ(遊) きらきらカフェ(教1)	いきいき麻雀(教1) ★のりもの(遊)	上池会(い) 骨盤体操(遊) 天狗道場(教1)	いきいき麻雀(教1) ★ベビータイム(子) プリティクラブ(遊) 舞楽会(い)	唱歌・童謡の会(い) ★ぶくぶくタイム(遊) 暮らしのなんでも相談	上池袋キッズGYM(遊)	
午後	気軽にコーラス 優雅な休日(い) ミニコンサート ★のりもの(遊)	ゲートボール(ロ) ★のりもの(遊)	元気体操(い・教2) ポコアポコ(遊) 上池三寿会(教1)	きんぎょサロン(教1) ★のりもの(遊) 干支の押し絵(区) みゆうみゆう(い) 自彊術上池教室(フ)	たのしいコーラージュあそび(い) ★のりもの(遊) うたってみんよう(区)	カラオケタイム(い) ★のりもの(遊) デッサン教室(区) JOY☆クラブ(フ)	★のりもの(遊)	
日にち	17	18	19	20	21	22	23	
午前	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	いきいき麻雀(教1) FunFun(遊)	安全安心パトロール(区) ★親子リトミック(遊) 上池会(い) 天狗道場(教1)	いきいき麻雀(教1) ★ベビーピクス(遊) プリティクラブ(遊) 舞楽会(い)	健康太極拳(い) ★のりもの(遊)	休館日	
午後	クリスマス会(い) ポップちゃんの バレエアートショー ★のりもの(遊)	ゲートボール(ロ) ★のりもの(遊) レイピカケ(い) 上池三寿会(教1)	柳会(い) ポコアポコ(遊) エアロビクローバー(教1)	きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) みゆうみゆう(い・教2) 自彊術上池教室(フ)	夏輝レオン先生の ダンス教室(い・教2) ★のりもの(遊) うたってみんよう(区) 永楽会(教1)	カラオケタイム(い) ★のりもの(遊) 上池三寿会(教1)	つなぐつながる ひろばのWA2017 (としまセンター スクエアにおいて) 天皇誕生日	
日にち	24	25	26	27	28	年末年始休館日 12月29日(金)から 1月3日(水) 新年は1月4日(木)より開館いた します。		
午前	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	いきいき麻雀(教1) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊) 暮らしのなんでも相談	いきいき麻雀(教1) ★のりもの(遊)			
午後	★のりもの(遊)	ゲートボール(ロ) ★のりもの(遊)	上池シネマ(い) ★のりもの(遊)	きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊) 柳会(い)	歌のひろば(い) ★のりもの(遊) エヌツークラブ(教1)			