



# 令和6年4月号 区民ひろば 椎名町便り



発行：区民ひろば椎名町  
住所：豊島区南長崎4-29-10  
電話：03-3950-3042

豊島区は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。

※開館時間、各種申込み手続きの受付時間は9:00～17:00です。

運営協議会ウェブサイト  
<http://www.toshima.ne.jp/~shiina>

## 4月 ひろばプログラム 申込開始日と方法

- いきいき事業  
豊島区民：3月26日(火)より  
豊島区以外：3月29日(金)より  
※1日2つまで(麻雀は1日1つ)
- 交流事業  
豊島区民：3月26日(火)より  
豊島区以外：3月29日(金)より  
※1日2つまで
- 子育て事業  
豊島区民：3月25日(月)より  
豊島区以外：3月28日(木)より  
※1日1つまで

- ・各事業ともに翌日以降も申込可
- ・申込は窓口・電話にて受付(窓口優先)
- ・受付時間は9時から5時(休館日は除く)

### \*65歳以上の高齢者が対象

#### 《お知らせ》

- ※事業の名前が変わりました  
・音楽で脳トレ→音楽でカラダ元気！
- ※開始時間が変わりました  
・ペン字で美文字 13:30→14:00開始
- ※日程が変わりました  
・音楽でカラダ元気！ 金曜日→水曜日  
・脳トレタイム 金曜日→水曜日

☆ひろばカフェ開催時におきましては一般のランチタイム利用にご不便をおかけすることもございます。ご了承ください。  
☆来館時には靴下の着用にご協力お願いいたします。  
☆申込等ご不明な点がございましたら、当区民ひろばまでお問合せください。

### \*全世代が対象

#### 《お知らせ》

- ※事業の名前が変わりました  
・卓球→なかよく卓球
- ※日程が変わりました  
・なかよく卓球 月曜日→木曜日

#### ■王銘琬(おうめいえん)先生の純碁教室

わかりやすい解説で10分でルールを覚えてどなたでも対戦が楽しめます  
日時：4月3日(水) 15:00～16:30  
定員：16名  
講師：王 銘琬氏  
対象：小学生以上



### \*乳幼児が対象

#### 《お知らせ》

- ※開始時間が変わりました  
・にこにこタイム 11:00→10:30開始

#### 新事業

#### ■ベビーリトミック

お子さまと一緒に音楽に親しみ、体を動かしてリラックスしましょう

日時：4月14日(日)  
10:30～11:15  
定員：15組  
講師：古橋 久美子氏  
対象：首の座っている0歳児と保護者



### ちょっと一息

#### ひろばカフェ 毎週金曜日 10時～15時

スマホ・タブレット講座、個別相談ができるカフェです  
問：ワーカーズコープ  
ひろばカフェ担当



出張相談室		☆申込不要です。お気軽にお越しください		
CSWiによる何でも相談会	17日	(水)	10:00-11:15	・どのような相談でもお伺いします。(豊島区民社会福祉協議会)
まちの相談室	24日	(水)	10:00-11:15	・身体、食、こころ、その他の相談を専門職がお受けします。(高齢者福祉課)
アトリエ村出張相談	24日	(水)	14:00-15:15	・高齢者のよろずお困り事相談です。(高齢者総合相談センター)

子育てプログラム		☆乳幼児親子のためのプログラム			*マークのものは事前申込が必要です。		定員
小学生もプラレール	毎週木曜日	(木)	15:00-16:30	・小学生用にプラレールを貸し出します。		小学生6組	
幼児タイム	毎週日曜日	(日)	9:30-11:30	・プラレール、トミカ、こえだちゃん等で遊べます。		4組	
のりものタイム	毎日 ※事業等で利用できない場合もあります		9:30-11:45 13:00-16:30	・コンビカーや三輪車、カタカタ(押し車)などで遊べます。 ※状況により変更があります。		--	
赤ちゃんタイム & すくすくチェック	2日	(火)	15:30-16:30	・1歳3か月までの赤ちゃんの身長と体重が測れます。 (すくすくチェックは開始15分からはじめます)		おおむね 10組	
	16日	(火)	10:30-11:30				
にこにこタイム	18日	(木)	10:30-11:00	・お誕生会、ハーフバースデー、「はじめまして みんなで遊ぼう」		*24組	

交流プログラム		☆すべての世代が対象のプログラム			*マークのものは事前申込が必要です。		定員
碁楽将タイム	2日、16日	(火)	13:00-16:00	・囲碁、将棋、その他ボードゲームをお使いいただけます。		--	
みんなでモルック	15日	(月)	14:00-15:00	・小学生から大人まで一緒に楽しめるフィンランドのスポーツです。		*16名	
手話で歌おう	13日	(土)	10:30-11:45	・歌に合わせて、手話を覚えます。(講師:白熊 千鶴子氏)		*20名	
なかよく卓球	18日	(木)	14:00-16:00	・対戦表に合わせて卓球を楽しみます。上履きをご持参ください。		*12名	

いきいきプログラム		☆65歳以上の高齢者が対象のプログラム			*マークのものは事前申込が必要です。		定員
麻雀を楽しもう	2日、16日	(火)	9:30-12:00	・麻雀をお楽しみいただけます。		*各12名	
朝のひととき	15日	(月)	10:00-11:00	・玄米にぎにぎ体操と『歌声コンサート』。生ギターで歌と演奏を楽しみます。		*28名	
脳トレタイム	17日	(水)	10:00-11:00	・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操。		*34名	
ペン字で美文字	17日	(水)	14:00-15:30	・読みやすく美しい文字を学びます。(講師:江原紫光氏)		*24名	
音楽でカラダ元気!	24日	(水)	10:00-11:00	・カラオケ機器を用いて音楽で脳トレ体操を行います。		*28名	
はじめてのフラダンス	24日	(水)	14:00-15:00	・はじめての方も楽しく踊れます。(講師:小山とも子氏)		*16名	

# 区民ひろば椎名町 令和6年4月の予定表

区民ひろば椎名町  
東京都豊島区南長崎 4-29-10  
☎ 03 - 3950 - 3042

【開館時間】9:00 ~ 17:00 【休館日】祝日・年末年始

「区民ひろば」は乳幼児から高齢者まで、どなたでもご利用になれます。  
(利用証の作成をお願いしています。)

※ 斜線部分は、ご利用になれません。  
※ 下線のついたプログラムはひろば事業です。  
※ 事業等は都合により変更になることがあります。

		日	月	火	水	木	金	土																
			1	2	3	4	5	6																
午前	1 F			貸室受付	麻雀を 楽しもう	南三北輪ボッチ																		
	2 F			南4福輪投げ	長三輪投げ	南三南部福寿会 陳式混元太極拳			みみずく班															
午後	1 F			基楽将タイム		純基					南4福カラオケ													
	2 F											卓球同好会	のび筋	ゆうばえ										
				7	8	9			10	11	12	13												
午前	1 F					南三北カラオケ				編あみ会														
	2 F					フラハラウオカ				サロン「ゆい」			南三南部福寿会	手話で歌おう										
午後	1 F					幼児タイム																		
	2 F																	南4福ボッチャ	ボッチャ椎名町	南三北輪ボッチ	リズム体操	南4福輪投げ		
午後	1 F																							
	2 F																	椎の木卓球	元気！ながさき	卓球同好会	レクダンス	ミモーサ		
						14				15			16	17	18	19	20							
午前	1 F												朝のひととき	麻雀を 楽しもう	脳トレタイム CSW相談									
	2 F												ベビーリトミック	長三輪投げ	陳式混元因極拳			にこにこタイム	としまる体操					
午後	1 F	南4福カラオケ					モルック	基楽将タイム					ペン字で 美文字											
	2 F																	椎の木卓球	簡化24式	卓球	のび筋	ゆうばえ		
午前	1 F												編あみ会											
	2 F												南4福ボッチャ					ボッチャ椎名町	南三北脳トレ絵	リズム体操	サロン「ゆい」			
午後	1 F												幼児タイム											
	2 F			椎の木卓球	元気！ながさき				簡化24式		楽しく絵手紙	レクダンス												
				21	22				23		24	25	26					27						
午前	1 F											音楽カラダ元気 まちの相談室												
	2 F											南4福ボッチャ							ボッチャ椎名町	南三北脳トレ絵	リズム体操	サロン「ゆい」		
午後	1 F											幼児タイム												
	2 F																							
												28							29	30	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content;"> <p>教…教養室 Ⅰ…多目的室1 Ⅱ…多目的室2 ホ…ホール フ…プレイルーム</p> </div> <div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content; margin-top: 10px;"> <p> <b>ピアZZa</b> はじめました！ 区民ひろばからの 情報を発信します ダウンロードは こちらから</p>  </div>			
午前	1 F					昭和の日																		
	2 F																							幼児タイム
午後	1 F																							
	2 F																							幼児タイム