


# 令和6年 区民ひろば豊成 11月のプログラム




豊島区上池袋1-28-7  
電話 5961-3494  
開館時間 9時から17時  
休館日 祝日と年末年始


**ぞうしがやこどもステーション**  
区民ひろば出張プログラム  
**まめちゃんと音あそびの森**  
6日(水) 10時30分から11時15分  
対象 乳幼児とその保護者  
定員 20組  
申込 10/21(月)



**出前講座**  
「豊島区子どもの権利に関する条例について」  
16日(土) 10時  
講師 豊島区子ども若者課子どもの権利相談員  
対象 どなたでも  
定員 60名  
申込 10/24(木)  
主催 区民ひろば豊成運営協議会




**日曜コンサート**  
「ハワイアン&クリスマスソングを楽しもう！」  
12月1日(日) 14時  
出演 笠原栄二氏・笠原邦子氏・西内真紀氏  
対象 どなたでも 定員 60名  
申込 11/5(火)  
主催 区民ひろば豊成運営協議会




**作品展** 14日(木)から16日(土)  
9時から17時 (最終日は15時まで)  
サークル・地域の皆様の作品を展示します

**SDGs工作「ゴーヤのつるでリース作り」**  
29日(金) 13時30分  
定員 10名 申込 区内の方 11/13(水)  
区外の方 11/20(水)  
持ち物 リボンや毛糸など飾りたいもの


**フレイルしっかりチェック**  
19日(火) 13時30分から15時30分  
対象 65才以上 定員 12名  
申込 高齢者福祉課介護予防・認知症対策グループ  
電話 4566-2434  
主催 高齢者福祉課



**折り紙タイム「サンタさん」**  
25日(月) 13時30分  
講師 笠原安身氏  
対象 65歳以上  
定員 15名  
申込 区内の方 11/12(火)  
区外の方 11/19(火)



つなぐ・つながる・ひろばのWA!  
ひろばをめぐってスタンプポン!  
11月1日(金)~12月28日(土)  
すべての区民ひろばでスタンプラリーを開催します。  
スタンプを押して景品をもらおう!!



今年も開催!  
**みんなの区民ひろばフェス 2024**  
11月2日(土)10時~16時  
つなぐつながるひろばのWA! オープニングセレモニー、歌、トークショー、ワークショップなど  
場所:Hareza池袋  
(harevutai,パークプラザ)、イク・サンパーク

## 高齢者向き(65歳以上の方)

事業名	日程	時間	内容
シニアエアロ	6・20(水)	13時30分	講師 篠原あや子氏 転倒防止のために楽しく体を動かしましょう 持ち物 上履き
ポッチャにトライ!	18(月)		定員18名 申込 区内の方 11/5(火) 区外の方 11/12(火) 持ち物 上履き
ゆったりエクササイズ	8(金)		講師 佐々木 玲子氏 椅子に座ってしなやかな体づくりをしましょう 持ち物 タオルと上履き
脳トレ・あたま&からだ	27(水)		定員18名 申込 区内の方 11/14(木) 区外の方 11/21(木)・

## どなたでも

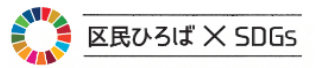
歌いましょう	1(金)	13時30分	講師 水谷桂子氏 季節の歌や唱歌などを楽しみます
音楽で脳トレ体操	14(木)		定員8名 申込 区内の方11/1(金) 区外の方 11/8(金)
わいわいモルック	7・21(木)		定員14名 申込 7日 区内の方 10/25(金) 区外の方 11/1(金) 21日 区内の方 11/8(金) 区外の方 11/15(金)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	28(木)		定員10名 申込 区内の方 11/15(金) 区外の方 11/22(金) ※1人2曲まで

## 乳幼児親子向き

らんらんランド 1歳以上の親子対象	5・19(火)	10時30分	5日「作品展の工作」 19日「誕生会・中央図書館によるおはなし会」
ばぶばぶランド 0歳親子対象	1・15(金)		1日「おおきくなったかな。身長・体重測定・作品展の工作」 15日「ハーフバースデー・6カ月のお子さん集まれ」
ベビーマッサージ	7(木)		講師 内田ノブ子氏 対象 2カ月からハイハイ頃まで 持ち物 バスタオル
リトミック	21(木)	11時	講師 野沢絵美氏 定員 20組 対象 8カ月から2歳くらいまで 申込 区内の方 11/8(金) 区外の方 11/15(金)
としま子育てサロン つくしんぼ	12(火)		「保健師さんのお話」 対象 マタニティママ、0歳から3歳までの親子 主催 豊島区民生委員児童委員協議会池袋東地区
おはなし会	8(金)・24(日)	11時	「りぶりんと・としま」による絵本の読み聞かせ
電車であそぼう	10(日)	9時30分 14時30分	トイレールを自由につなげて、親子で電車あそびを楽しみましょう

★ホール(2階)の利用は16時(長期休業期間は15時)から小学生優先となります。  
<お知らせ>

- ◇予約制の事業は電話または窓口にて受付いたします。
- ◇使用済み蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・乾電池(ボタン電池・充電式を除く)・携帯電話等回収しています。
- ◇車椅子の短期貸出しを行っています。ご希望の方はお問い合わせください。
- ◇廃食用油リサイクル事業 25日(月) 9時から12時30分 当館玄関前で回収します。 \*この予定は10月13日現在のものです。



令和6年

# 区民ひろば豊成 11月のカレンダー



豊島区上池袋1-28-7  
 電話 5961-3494  
 開館時間 9時から17時  
 休館日 祝日と年末年始

	日	月	火	水	木	金	土
午前	※細字はサークル活動等です ※太字はひろばまたは運営協議会の主催事業です <お部屋の表示について> (ホ)ホール (子)子育てひろば (サ)サークル室 (い)いきいきひろば (集)区民集会室 (多)多目的ホール					1	2
	 ひろばカフェ 7・14・21・28日 毎週木曜日 10時から15時 スマホ講座や個別相談ができます (問合せ)ひろばカフェ ☎ 080-7858-0043					貸室抽選会及び 予約(12月分)  ぼぶぼぶランド (サ)身長体重測定・ 作品展の工作  歌いましょう(ホ)	サロンひばり(サ)
午後	3	4	5	6	7	8	9
午前		<b>文化の日の                      振替休日                      (休館日)</b>	らんらんランド (サ)作品展の工作	まめちゃんと音 遊びの森(ホ・ サ) フラ・オハナ(い)	豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ)  ベビーマッサージ (集)	おはなし会(い) りぶりんと・としま  ヨーガカトリア (ホ)	
午後			昭寿会わなげ(ホ)  どんぐり班(い)	シニアエアロ(ホ)	ひろばカフェ(い) 10時から15時  わいわいモルック (集)	ゆったりエクササ イズ(ホ)  豊成カルチャー講座 ③(集)	
	10	11	12	13	14	15	16
午前	電車で遊ぼう(サ) 9時30分から 14時30分		つくしんぼ(ホ・ サ) 保健師さんのお話		豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ)  ひろばカフェ(い) 10時から15時  音楽で脳トレ体操 (サ)	ぼぶぼぶランド (サ) ハーフバーステー ボールフール(子) 10時から15時	豊島区子どもの 権利に関する条 例について(ホ・ サ)
午後					作品展(集)14日から16日(最終日は15時まで)		
	17	18	19	20	21	22	23
午前			らんらんランド (サ)誕生会・おはな し会	フラ・オハナ(ホ)	リトミック(ホ) 暮らしの何でも相 談会(CSW)  ひろばカフェ(い) 10時から15時	ヨーガカトリア (ホ)  豊成カルチャー講座 ④(集)	<b>勤労感謝の日                      (休館日)</b>
午後		ポッチャにトライ! (ホ)	フレイルしっかり チェック(ホ)	シニアエアロ(ホ)	わいわいモルック (集)		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	おはなし会(い) りぶりんと・としま	豊成サロン(集)			豊成としまる会 豊成いきいき 体操クラブ(ホ)  ひろばカフェ(い) 10時から15時		
午後	サロンひばり(サ)	折り紙タイム(集)	どんぐり班(い)	脳トレ・あたま& からだ(集)  高齢者出張相談(い)	カラオケタイム (サ)	SDGs工作(い) ゴーヤのつるでリース 作り	

\*この予定は10月13日現在のものです