

令和6年 区民ひろば朝日11月のお知らせ

〒170-0002
東京都豊島区巢鴨5-33-21
☎03-5974-0566

「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ゲットしよう!!



新施設移転作業の為
11月24日(日)から12月16(月)まで
休館とさせていただきます。
詳しくは裏面をご覧ください。

～ひろばの新しい習慣～
◇ちょっと寄り道、ふらっと朝日
11日(月)1:30～4:45
◇ワーキングタイム
12日(火)9:00～11:45



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

場所:ハレザ池袋(harevutai,パークプラザ),
イケ・サンパーク
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、マル
シェなど盛りだくさん!

「折り紙教室」

6日(水)2:00～3:30 ミニ出前講座
講師:比留間恭子氏 CSWなんでも相談会
定員:10名
申込:10/23(水)～※先着順
可憐に咲く蓮の花を折り上げましょう。

「いきいきポッチャ」

13日(水)2:00～3:00
定員:15名
申込:10/30(水)～※先着順
ヨーロッパ生まれの球技を楽しみましょう。



❖いきいきプログラム❖

| 事業名 | 日程 | 時間 | 定員 | 申込開始日 | 内容 |
|-----------------|--------|-------------|-----|----------|--|
| いきいき脳トレ | 5日(火) | 10:30～11:30 | 15名 | 10/22(火) | 脳トレで脳に癒しと刺激を与えましょう。 筆記用具をお持ちください。 まちの相談室 |
| いきいき体操タイム | 18日(月) | 2:00～3:00 | 15名 | 11/5(火) | 講師:藤井 芳子氏 転倒予防を目的とした体操を行ない、さらに元気になりましょう。 50+ |
| 大人版 英語であそぼう! | 21日(木) | 10:30～11:30 | 16名 | 11/7(木) | 講師:皆川 智美氏 楽しみながら英語にふれあいましょう。 |
| 歌のひろば | 22日(金) | 10:30～11:30 | 10名 | 11/8(金) | 講師:仲里 潔子氏 ちよこつ講座 高齢者の相談会 懐かしい曲をご一緒に♪手話や楽器を使います。 |

❖子育てプログラム❖

| | | | | | |
|----------------|--------|-------------|-----|----------|--|
| ベビー イングリッシュ | 3日(日) | 10:30～11:00 | 10組 | 10/20(日) | 講師:皆川 智美氏 親子で英語に親しみます。 |
| なかよしタイム | 8日(金) | 10:30～11:00 | 10組 | 10/25(金) | みんなで遊ぼう! ミニうんどうかい 対象:乳幼児親子 |
| あそびばひろば | 9日(土) | 10:00～11:30 | | | 11月生まれ誕生会・5月生まれのハーフバースデーを お祝いした後は、大型遊具を出して遊びます。どなたでもOK! |
| Babyリトミック | 20日(水) | 10:30～11:00 | 10組 | 11/6(水) | 講師:吉永 映子氏 首が座った頃からのお子さまと保護者対象です。 |

❖交流プログラム❖❖どなたでもどうぞ!

| | | | | | |
|------------------|---|-------------|-----|----------|--------------------------------------|
| みんなのモルック | 10日(日) | 2:00～3:00 | 16名 | 10/27(日) | フィンランド発祥のスポーツをみんなで楽しみましょう! |
| 健康増進カラオケ (通信) | 14日(木) | 2:00～ | 8名 | 11/1(金) | お一人2曲うたえます。 |
| みんなのフラダンス | 17日(日) | 10:30～11:30 | 10名 | 11/3(日) | 講師:小山とも子氏 子どもから大人まで楽しめる初級フラダンスです。 |
| 囲碁・将棋 | お部屋が空いているときは利用出来ます。お二人でお越しください。囲碁・将棋盤等の用意があります。 | | | | |

❖運営協議会主催プログラム❖

| | | | | | |
|----------|--------|-----------|--|--|--|
| 運営協議会委員会 | 12日(火) | 6:30～ | | | |
| カフェあさひ | 9日(土) | 2:00～3:30 | | | コーヒー100円(クッキー付き) |
| 麻雀教室 | | | | | お休みです。 |
| 散歩の会 | 10日(日) | 10:00～ | | | 区民ひろば朝日玄関前集合です。 今回は、「巢鴨・大塚・池袋コース(天祖神社・としまどりの防災公園)」です。 |

おねがい

❖ご利用の際には、靴下の着用をお願いいたします。
❖施設利用及び開催事業に関して変更になる場合があります。
ご理解いただきますようご協力をお願いします。



給水機、設置しました!

容器をお持ちの上、
お使いください。



SDGs未来都市としま



豊島区は持続可能な開発目標
(SDGs)を支援しています。



区民ひろば朝日 令和6年11月カレンダー

◇主催事業 ◎運営協議会 ●団体利用 ○自主利用 ★ワーキングタイム・ふらっと朝日

住所:豊島区巢鴨5-33-21

電話:03-5974-0566

※10月18日現在のものです。

変更になる可能性もありますのでご了承ください。

| 日 | 曜 | 午前(9時~12時) | | 午後(1時~5時) | | 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 | | | | |
| 1 | 金 | ◇あそびひろば 10:00~11:30 | | ●大親シルバーダイヤモンド会 | | 1 | 金 | | |
| 2 | 土 | ●みんなの気功 | | ●夢芸人カラオケサロン | | 2 | 土 | | |
| 3 | 日 | ◇ベビーイングリッシュ 10:30~11:00 | | ●大親シルバーダイヤモンド会 | | 3 | 日 | | |
| 4 | 月 | 休館日(文化の日振替休日) | | | | | | 4 | 月 |
| 5 | 火 | ◇いきいき脳トレ 10:30~11:30 | | ●スポーツ吹矢朝日会 | | 5 | 火 | | |
| 6 | 水 | ●ゆったりリズム体操 | | ◇折り紙教室/◇CSWなんでも相談会・ミニ出前講座 2:00~3:30/2:00~3:30 | | 6 | 水 | | |
| 7 | 木 | | | | | 7 | 木 | | |
| 8 | 金 | ◇なかよしタイム 10:30~11:00 | | | | 8 | 金 | | |
| 9 | 土 | ◇あそびひろば 10:00~11:30 | | ◎カフェあさひ 2:00~3:30 | | 9 | 土 | | |
| 10 | 日 | ●庚申塚硬式テニスクラブ | | ◎散歩の会 10:00出発 | | 10 | 日 | | |
| 11 | 月 | | | ★ふらっと朝日 1:30~4:45 | | 11 | 月 | | |
| 12 | 火 | ★ワーキングタイム 9:00~11:45 | | | | 12 | 火 | | |
| 13 | 水 | ●ゆったりリズム体操 | | ◇いきいきポッチャ 2:00~3:00 | | 13 | 水 | | |
| 14 | 木 | | | ◇健康増進カフェ(通信) 2:00~ | | 14 | 木 | | |
| 15 | 金 | | | ●おとなの体操 | | 15 | 金 | | |
| 16 | 土 | ●大親シルバーダイヤモンド会 | | ●夢芸人カラオケサロン | | 16 | 土 | | |
| 17 | 日 | ◇みんなのフラダンス 10:30~11:30 | | ●巢鴨五丁目朝日クラブ | | 17 | 日 | | |
| 18 | 月 | | | ◇いきいき体操タイム 2:00~3:00 | | 18 | 月 | | |
| 19 | 火 | | | ●スポーツ吹矢朝日会 | | 19 | 火 | | |
| 20 | 水 | ◇Babyリトミック 10:30~11:00 | | ●サークルたんぽぽ | | 20 | 水 | | |
| 21 | 木 | ◇大人版 英語であそぼう! 10:30~11:30 | | | | 21 | 木 | | |
| 22 | 金 | ◇歌のひろば/◇高齢者相談会・ちょこっと講座 10:30~11:30/10:30~11:45 | | | | 22 | 金 | | |
| 23 | 土 | 休館日(勤労感謝の日) | | | | | | 23 | 土 |
| 24 | 日 | 移転作業のため11月24日(日)から12月16日(月)まで休館とさせていただきます。 | | | | | | 24 | 日 |
| 25 | 月 |  | | 12月17日(火)に新施設がオープンします。詳しくは館内ポスターをご覧ください。 | | 25 | 月 | | |
| 26 | 火 | | | | | 26 | 火 | | |
| 27 | 水 | | | | | 27 | 水 | | |
| 28 | 木 | | | | | 28 | 木 | | |
| 29 | 金 | | | | | 29 | 金 | | |
| 30 | 土 | | | | | 30 | 土 | | |

※ 空欄は団体利用が可能です。団体登録をして頂き利用日の3日前(休館日を除く)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。

※ 廃食用油回収・・・11月は休館のためお休みです。