



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

5月 ひろばプログラム 申込開始日と方法

- いきいき事業：
 - 区内：4月26日(金)より
 - 区外：4月30日(火)より
 - ※1日2つまで(麻雀は1日1つ)
- 交流事業：
 - 区内：4月26日(金)より
 - 区外：4月30日(火)より
 - ※1日2つまで(モルックは1日1つ)
- 子育て事業：
 - 区内：4月25日(木)より
 - 区外：4月28日(日)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**

■高齢者福祉課出前講座
認知症を知る絵本のような冊子
「もしも」を読む
日時：5月23日(木) 14:00～15:00
定員：20名 講師：認知症地域支援推進員
申込：【区内】4月26日(金)より
【区外】4月30日(火)より

◆みみずくサロン◆
『アロマハンドマッサージ』
香りに包まれ心も体も綺麗になりましょう
日時：5月11日(土) 10:00～
定員：5名
講師：飛鷹 みさと氏

受付中です

☆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**

■みんなのアロマ講座
「エタノールを使わない
虫よけスプレーをつくろう」
日時：5月30日(木) 10:00～11:00
対象：どなたでも 定員：15名
申込：【区内】4月26日(金)より
【区外】4月30日(火)より

■消費生活センター講座
「大人の電気教室～製品事故から身を守るために～」
日時：5月30日(木) 14:00～15:00
対象：どなたでも 定員：30名
申込：【区内】4月26日(金)より
【区外】4月30日(火)より

■王銘琬(おうめいえん)先生の純碁教室
日時：6月5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**

■親子でふれ愛体操
日時：5月19日(日) 10:30～11:30
対象：首がすわっている
0歳～満3歳児と保護者
定員：12組
講師：小布施 由恵氏

■千味先生の音楽あそび
日時：5月23日(木) 10:30～11:30
対象：未就学児と保護者
定員：14組
講師：千味麻里氏

■食育講習会
幼児食について～食べるって楽しい
「自分で食べたい」をサポートしながら～
日時：5月29日(水) 10:30～11:15
対象：1歳半前後の幼児と保護者
定員：20組
講師：長崎健康相談所 管理栄養士

■おでかけ相談
日時：5月21日(火) 10:30～11:30
子育てのこと、親御さんご自身のことなどを、東部子ども家庭支援センターの専門スタッフがお話をお伺いします。予約不要。

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：ワーカースコープ

ひろばカフェ担当 ☎080-7858-0043

出張相談室		☆申込不要です。お気軽にお越しください		
CSWによる何でも相談会	20日	(月)	14:00-15:15	・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)
アトリエ村出張相談	15日	(水)	10:00-11:15	・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	5日、12日、26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		9:30-11:30 13:30-16:30	・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	7日 21日	(火) (火)	15:30-16:30 10:30-11:30	・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分後からはじめます)		おおむね 10組	
にこにこタイム	16日	(木)	10:30-11:00	・お誕生会、ハーフバースデー、「ミニ運動会」		*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	7日、21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	20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	18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	16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	7日、21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	20日	(月)	10:00-11:00	・玄米にぎにぎ体操と6月のカレンダー塗り絵を楽しみます。		*24名	
脳トレタイム	15日	(水)	10:00-11:00	・音読、計算ドリル、パズルなどの頭の体操を行います。		*34名	
ペン字で美文字	15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!	22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	22日	(水)	14:00-15:00	・はじめての方も楽しく踊れます。(講師:小山と母子氏)		*16名	

区民ひろば椎名町 令和6年5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								
午前	1F	教…教養室 I…多目的室1 II…多目的室2 ホ…ホール プ…プレイルーム	 ピアッツァ 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		貸室受付		憲法記念日	みどりの日								
	2F			陳式混元太極拳												
午後	1F								南4福カラオケ							
	2F					卓球同好会										
				5	6	7			8	9	10	11				
午前	1F			振替休日					編あみ会		南三南部福寿会	みみずく班				
	2F					麻雀を楽しもう				南三北輪ボッチ			リズム体操			
午後	1F					幼児タイム									南4福カラオケ	
	2F									基楽将タイム						
午後	1F									長三輪投げ			卓球同好会			レクダンス
	2F															
		12	13			14	15	16	17	18						
午前	1F	幼児タイム					南三北カラオケ		南三南部福寿会	長二会						
	2F					南三北カラオケ		脳トレタイム						としまる体操		
午後	1F					フラハラウオカ		サロン「ゆい」					アトリエ村相談			
	2F			南4福ポッチャ		ポッチャ椎名町	陳式混元太極拳	にこにこタイム			南長会					
午後	1F						ペン字で美文字	楽しく絵手紙			ホロホロ					
	2F				椎の木卓球	元気！ながさき	簡化24式	なかよく卓球				のび筋	ゆうばえ			
				19	20	21	22	23				24	25			
午前	1F			親子ふれ愛体操			編あみ会					長二会	サロン「ゆい」			
	2F					朝のひととき		麻雀を楽しもう							音楽カラダ元気	
午後	1F					南4福輪投げ		長三輪投げ							南三北脳トレ絵	千味先生音楽
	2F															
午後	1F		モルック CSW相談			基楽将タイム	フラダンス	高齢者福祉課 出前講座	レクダンス							
	2F						簡化24式	としまる体操長崎								
		26	27			28	29	30		31						
午前	1F	幼児タイム						南三北輪ボッチ		アロマ講座	としまる体操					
	2F					いきいき・交流 事業申し込み										
午後	1F					南4福ポッチャ		ポッチャ椎名町		食育講座				リズム体操	としまる体操 のび筋	
	2F															
午後	1F							消費生活 センター講座		としまる体操長崎						
	2F				椎の木卓球	元気！ながさき										