

★朋有ミュージックサロン

22日(水) 13:30~14:30

講師：山崎拓未氏
定員：20名
申込み：8日(水)から 電話可

★ひとときタイム

27日(月) 10:30~11:30

千代紙工作《風鈴》★材料費無料
定員：12名
申込み：13日(月)から 電話可

♥ママの骨盤体操

ママ中心の体操をします

12日(日) 10:30~11:30

講師：川嶋 伽乃音氏
定員：12組
申込み：2日(木)から 電話可

♥おぶちゃんとあそぼう

20日(月) 10:30~11:30

講師：小布施 由恵氏
対象：1歳児以上の親子
持ち物：タオル
定員：12組
申込み：7日(火)から 電話可

朋有えんにち

25日(土)

13:00~15:00
(最終受付 14:30)



対象：どなたでもご参加できます
申込：不要(順次入場)
★混雑状況によりお待ちいただくことがあります
(開始直後は混雑が予想されますので是非時間をずらしてお越しください)
★0歳のお子さんはお母さんと一緒にチケットになります



他にも楽しいコーナーがたくさん!
主催：区民ひろば朋有運営協議会
協力：中高生センター・ジャンプ東池袋
東池袋フレイル対策センター

♥親子ピラティス

1階

6日(月) 10:15~11:15

講師：大塚知美氏
対象：首のすわった子からハイハイまでの親子
定員：12組
申込み：5月27日(金)から 電話可

♥なかよしタイム

2階

9日(木) 10:30~11:15

保育園の看護師さんのお話
「※乳幼児の夏の健康管理」
講師：東池袋第一保育園
看護師 木村知子氏
対象：どなたでも参加できます
定員：12組
申込み：5月30日(月)から 電話可



♥ゴーゴーサンデー

2階

26日(日) 10:30~11:30

運動あそびをします
講師：藤井芳子氏
対象：1歳児以上の親子
定員：12組
申込み：15日(水)から 電話可

★ = いきいき事業 ◆ = 交流事業 ♥ = 子育て事業

♥マークの事業は2階までお申込みください Tel 03-5396-1057

マ-ク	事業名	日程	時間	定員	申込開始日	内容
★	健康増進カラオケ教室	6日(月) 20日(月)	13:15~15:30	15名	5月27日(金) 7日(火)	講師：河合秀和氏 課題曲を練習します
★	脳トレーニング	13日(月)	13:30~14:30			クイズ・まちがい探しなど
★	体操&カーリング	7日(火) 21日(火)	10:30~11:30			にぎにぎ体操と室内カーリング
★	体操&ボウリング	14日(火) 28日(火)	10:30~11:30			にぎにぎ体操と室内ボウリング
★	健康増進カラオケタイム	1日(水) 15日(水)	13:15~15:00	7名	5月25日(水) 2日(木)	世話役：佐々木 敬彦氏 好きな曲を順番に歌います
◆	レッツエアロビ	3日(金)	10:30~11:30	10名	5月26日(木)	講師：金 卿淑氏
★	大人のぬり絵	3日(金)	13:30~15:00	15名	登録制	※今年度は定員に達しました
★	足腰トレーニング	10日(金) 24日(金)	13:30~14:30			ストレッチ・脳トレ・筋トレ マットを使って体幹トレーニング
◆	お昼の体操	月~金	13:15~			みんなの体操・ラジオ体操第二
♥	ぴよタイム	16日(木)	10:30~11:00	12組	3日(金)	ふれあい遊びと 12月生まれのハ-ガ-ズィ他
♥	ちゅんちゅんタイム	23日(木)	10:30~11:00	12組	14日(火)	ふれあい遊びと 6月生まれのお誕生日会 他
♥	木育ひろば	10日(金) 22日(水)	10:30~11:30	12組	1日(水) 13日(月)	温もりのある 木のおもちゃで遊びます
♥	お昼の体操	毎日	11:20~			親子で楽しく体操をします

新型コロナウイルス感染状況によって、事業が中止、縮小となる場合があります

6月の運営協議会 役員会

6月14日(火) 14:30~16:00
場所：1階 区民集會室

ピアッザ

はじめました!
区民ひろばからの
情報を発信します



区民ひろば朋有

豊島区東池袋2-38-10
いきいきひろば ☎ 03-3971-0781
子育てひろば ☎ 03-5396-1057



令和4年 区民ひろば朋有 6月のカレンダー

日	曜	ロビー及び和室		教養室		子育てひろば(2F)
		午前	午後	午前	午後	
1	水	抽選日	健康増進カラオケタイム		☆ひまわり	
2	木	☆東池袋ヨーガの会 ☆大塚百齡会(ロビー)	☆香香会(ロビー)		☆平和クラブ	
3	金	レッツエアロビ	大人のぬい絵	レッツエアロビ	大人のぬい絵	
4	土				☆平和クラブ	
5	日	東二町会		東二町会		
6	月	親子ピラティス	健康増進カラオケ教室	親子ピラティス	健康増進カラオケ教室	親子ピラティス(1階)
7	火	体操&カーリング			☆カトレア	
8	水		☆はる美会		☆ハナミズキ	
9	木	☆東池袋ヨーガの会 ☆大塚百齡会(ロビー)	☆香香会(ロビー)	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	なかよしタイム
10	金	木育ひろば	足腰トレーニング (高齢者出張相談)	木育ひろば	足腰トレーニング (高齢者出張相談)	木育ひろば(1階) ☆S&N Mama's
11	土	☆高齢者クラブ第3ブロック	☆豊島太極拳サークル	☆高齢者クラブ第3ブロック	☆豊島太極拳サークル	
12	日	ママの骨盤体操		ママの骨盤体操	☆HMC会	ママの骨盤体操(1階)
13	月	☆やさしいヨーガ	脳トレーニング (まちの相談室) ヒヤリングフレイルチェック		脳トレーニング (まちの相談室)	
14	火	体操&ボウリング		☆秋桜会		
15	水		健康増進カラオケタイム		☆ドラマリーディングの会	
16	木	☆東池袋ヨーガの会 ☆大塚百齡会(ロビー)	☆香香会(ロビー) (高齢者出張相談)		☆平和クラブ	ぴよタイム
17	金		☆ブルーハワイ			
18	土		ダイナマイツ練習		ダイナマイツ練習	
19	日				☆平和クラブ	
20	月	おぶちゃんと遊ぼう	健康増進カラオケ教室	おぶちゃんと遊ぼう	健康増進カラオケ教室	おぶちゃんと遊ぼう(1階)
21	火	体操&カーリング			☆カトレア	
22	水	木育ひろば	朋有ミュージックサロン (身の回り相談)	木育ひろば		木育ひろば(1階)
23	木	☆アンサンブルロマンス	☆ブルーハワイ ☆香香会(ロビー)	☆東池袋ヨーガの会	☆HMC会	ちゅんちゅんタイム
24	金		足腰トレーニング		足腰トレーニング	☆S&N Mama's
25	土	(朋有えんにち準備)	朋有えんにち	(朋有えんにち準備)	朋有えんにち	
26	日		☆豊島太極拳サークル		☆豊島太極拳サークル	ゴーゴーサンデー
27	月	ひとときタイム	☆レイピカケ	ひとときタイム		
28	火	体操&ボウリング		☆秋桜会		
29	水		☆ドラマリーディングの会		☆ひまわり	
30	木				☆HMC会	

無印=主催事業 ☆=サークル

※「身の回り相談」は、CSW(豊島区民社会福祉協議会・コミュニティソーシャルワーカー)が行っています。

※「高齢者出張相談」「まちの相談室」は、高齢者福祉課が行っています。