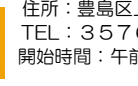


1月の区民ひろば上池袋



住所：豊島区上池袋3-13-5

TEL：3576-6916

開始時間：午前9時から午後5時まで

新春の集い

12(木) 午前10時30分から11時30分

「竹駒流春夏秋冬唄と踊りの会」

対象：どなたでも

定員：先着50名(電話可)

申込：令和4年12月26日(月)から



令和5年1月4日(水)から開館しています。本年もよろしくお願いいたします。



認知症「備え」と「予防」の講座

19(木) 午前10時30分から11時30分

対象：65歳以上の方

定員：先着20名程度

申込：1月5日(木)から(電話可)

◇高齢者福祉課主催

ぷくぷく 節分会

2月2日(木) 午前10時30分から11時

対象：0歳児から未就学のお子様と保護者

定員：20組程度

申込：1月26日(木)(電話可)

みんなで鬼を退治して福を招こう!



ベビーマッサージ

19(木) 午前10時30分から11時15分

対象：2ヶ月から8か月のお子様と保護者

定員：先着10組程度(電話可)

申込：随時受付中

講師：田中 淳子氏

持ち物：飲み物・紙おむつ・バスタオル



とし子区制90周年



区民ひろば X SDGs



2階「子育てひろば」主な乳幼児対象のプログラム

予約不要	予約
★のりものタイム	★ベビータイム
★のびのびランド	★ぷくぷくタイム
★のりものサンデー	★みにみにタイム
★ブラレールの日	★体育遊び
★電車ごっこ	★ベビータイム・木育
★のりものプラス	

1階「いきいきひろば」主なプログラム(◇マークがついているものは65歳以上の方が対象となります。)

◇ハンドベル	◇元気体操	◇ザ☆としまる体操	◇リフレッシュ体操	◇健康増進カラオケ(通信)カラオケタイム	◇室内ゲートボール	◇唱歌・童謡の会	◇デッサン教室(美しいぬりえ)	◇ボールペンで書く美文字教室	◇歌のひろば	◇楽しく脳トレ	囲碁・将棋	卓球タイム	うたってみよう	暮らしのなんでも相談
--------	-------	-----------	-----------	----------------------	-----------	----------	-----------------	----------------	--------	---------	-------	-------	---------	------------

【廃食油回収のお知らせ】1月23日(月)午前9時から午後12時30分(毎月第4月曜日 祝日の場合は翌日)当館玄関前にて実施



*12月15日現在の予定です。変更になる場合があります。

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日にち	29	30	31	2月分貸室の申込み 4日(水) 9時15分~ 【お部屋のご案内】 (い)：いきいきひろば(遊)：遊戯室 (教1)：教養娯楽室1 (フ)：フリールーム (教2)：教養娯楽室2 (多)：多目的室 (ロ)：ロビー (区)：区民集会室 太字は主催・共催事業です 細字はサークル・団体のご利用です ★印は「子育てひろば」のプログラムです			
午前	★電車ごっこ(遊)	SKYクラブ(い) 親子たいそう教室(遊)	★のりもの(遊)				
午後	★のりものプラス(遊)	スウエアステップ(い) ★のりもの(遊)	レイピカケ(教1) ★のりもの(遊)				
日にち	1	2	3	4	5	6	7
午前	休館日	休館日	休館日	貸室抽選(区) ★のりもの(遊)	ハンドベル(い) ★ベビータイム(子) ★のりもの(遊)	★のびのびランド(遊)	上池卓球クラブ(教1) 上池袋キッズGYM(遊)
午後	年始休み	年始休み	年始休み	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	卓球SKクラブ(教1) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊)
日にち	8	9	10	11	12	13	14
午前	★のりものサンデー(遊)	休館日	★のりもの(遊)	ザ☆としまる体操(い) ★のりもの(遊)	新春のつどい	リフレッシュ体操(い) 高齢者出張相談	上池卓球クラブ(教1) 上池袋キッズGYM(遊)
午後	★のりものサンデー(遊)		元気体操(い) 卓球SKクラブ(教1) ポッキリ(遊)	自彊術上池教室(い) きんぎょサロン(区) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	プリティクラブ(遊)	★ぶくぶくタイム(遊) 暮らしのなんでも相談
日にち	15	16	17	18	19	20	21
午前	★のりもの(遊)	SKYクラブ(い) ★みにみにタイム(遊)	★体育遊び(遊)	スウエアステップ(い) ★のりもの(遊)	認知症講座(い) ★ベビーマッサージ(遊)	唱歌・童謡の会(い) ★ぶくぶくタイム(遊)	上池卓球クラブ(教1) 上池袋キッズGYM(遊)
午後	★のりもの(遊)	ゲートボール(い) ★高齢者出張相談 レイピカケ(教1) ★のりもの(遊)	上池袋三寿会(教1) ★のりもの(遊)	きんぎょサロン(区) 自彊術上池教室(い) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)
日にち	22	23	24	25	26	27	28
午前	★のりもの(遊) ★プラレールの日(フ)	ポールペンで書く美文字教室(い) 暮らしのなんでも相談 SKYクラブ(教1) 親子たいそう教室(遊)	★のりもの(遊)	ザ☆としまる体操(い) 上池会(教1) ★のりもの(遊)	永楽会(い) ★ベビータイム・木育(子) プリティクラブ(遊)	楽しく脳トレ(い) ★電車ごっこ(遊)	上池卓球クラブ(教1) ★電車ごっこ(遊)
午後	★のりもの(遊) ★プラレールの日(フ)	★のりもの(遊)	卓球SKクラブ(教1) スウエアステップ(い) ポッキリ(い)	きんぎょサロン(区) 自彊術上池袋(教1) 上池袋三寿会(教1) ★のりもの(遊)	歌のひろば(い) ★のりもの(遊)	★のりもの(遊)	★のりもの(遊)