

令和7年
区民ひろば豊成 5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

緑蔭子ども会
11日(日) *小雨決行
11時30分から13時30分
お楽しみがたくさんあります
場所 上池袋中央公園
共催 上池袋昭和町会
区民ひろば豊成運営協議会

緑のカーテン講習会
23日(金)
①10時30分から11時30分
②13時30分から14時30分
*どちらかの回にお申込みください
*ゴーヤ苗のプレゼントがあります
(提供 環境政策課 事業グループ)
対象 区内の方のみ
定員 各回15名
申込 5/9(金)

姿勢・腰痛講座
21日(水)
13時30分から14時30分
講師 リハビリテーション専門職
対象 65才以上(区内の方のみ)
定員 20名 申込 5/7(水)
持ち物 筆記用具・水分補給のできる物

出張発達相談
西部子ども家庭支援センター
あそんで相談 ことばとからだ
15日(木) 10時から11時30分
(受付11時15分まで)
<相談スタッフ>
心理職・子ども家庭支援ワーカー
☆お子さんを遊ばせながら相談できます

音楽で脳トレ体操
15日(木) 13時30分
軽やかに楽しく体操をしましょう!
対象 どなたでも
定員 8名 申込 5/2(金)

プチ折り紙タイム
職員による簡単な折り紙です
29日(木) 13時30分
「あじさい」
対象 65才以上(区内の方のみ)
定員 10名 申込 5/16(金)
持ち物 ピンセット

高齢者向き(65才以上の方)

事業名	日程	時間	内容
シニアエアロ	7(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
ボッチャにトライ!	19(月)		定員18名 申込 区内の方5/7(水) 区外の方5/13(火) 持ち物 上履き
ゆったりエクササイズ	9(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	14・28(水)		定員18名 申込 14日 区内の方5/1(木) 区外の方 5/8(木) 28日 区内の方5/15(木) 区外の方 5/22(木)

どなたでも

歌いましょう	16(金)	13時30分	講師 大澤よしこ氏 季節の歌や唱歌などを楽しめます
音楽で脳トレ体操	15(木)		定員 8名 申込 区内・区外ともに5/2(金)
わいわいモルック	12・26(月)		定員14名 申込 12日 区内の方 4/30(水) 区外の方 5/7(水) 26日 区内の方 5/13(火) 区外の方 5/20(火)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	22(木)		定員8名 申込 区内の方 5/9(金) 区外の方 5/16(金) ※1人2曲まで

乳幼児親子向き

らんらんランド 1才以上の親子対象	20(火)	10時30分	「誕生会と手遊び」
ばぶばぶランド 0才親子対象	2・16(金)		2日「おおきくなったかな。身長・体重測定」 16日「ハーフバースデー・6ヵ月のお子さん集まれ!」
ベビーマッサージ	—		今月はお休みです
リトミック	15(木)		講師 野沢絵美氏 定員 20組 申込 区内の方 5/2(金) 区外の方 5/9(金) 対象 8ヵ月から2才位まで
としま子育てサロン つくしんぼ	13(火)	11時	「防災・事故防止のお話」 対象 マタニティママ、0才から3才までの親子 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	20(火)・25(日)		20日 中央図書館読み聞かせボランティアによるおはなし会です 25日 「りぷりんと・としま」による絵本の読み聞かせです
木育ひろば	17(土)		9時30分から12時 温もりのある木のおもちゃで遊びましょう
電車であそぼう	11(日)		9時30分から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

<お願い>ひろばでは安全面と衛生面を考慮し、靴下の着用をお願いしています。

★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>

◇古着回収BOXを設置しています。

◇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。

◇廃食油リサイクル事業 26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4月14日現在のものです。



区民ひろば X SDGs

令和7年

区民ひろば豊成 5 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
					1	2	3
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 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 ダウンロードはこちらから				貸室抽選会及び予約(6月分)	ぼぶぼブランド(サ)	憲法記念日
午後					豊成としまる会(ホ)		
							休館日
	4	5	6	7	8	9	10
午前	みどりの日	こどもの日	振替休日		豊成としまる会(ホ)	ヨーガカトレア(ホ)	
午後				シニアエアロ(ホ)		ゆったいエクササイズ(ホ)	
	11	12	13	14	15	16	17
午前	電車であそぼう(サ) 9時30分から14時30分		つくしんぼ(ホ・サ)		リトミック(ホ) 出張発達相談 西部子ども家庭支援センター(サ) 暮らしの何でも相談会(CSW)	ぼぶぼブランド(サ)	木育ひろば(い)
午後		わいわいモルック(集)	昭寿会わなげ(ホ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	音楽で脳トレ体操(サ)	歌いましょう(ホ)	
	18	19	20	21	22	23	24
午前			らんらんランド(サ)		豊成としまる会(ホ)	ヨーガカトレア(ホ)	
午後		ポッチャにトライ！(ホ)	おはなし会(サ) 中央図書館読み聞かせボランティア	姿勢・腰痛講座(集)	カラオケタイム(サ)	緑のカーテン講習会(集)	
			どんぐり班(い)			サロンひばり(サ)	
	25	26	27	28	29	30	31
午前	りぷりんと・としまおはなし会(い)	豊成サロン(集)					
午後		わいわいモルック(集)	昭寿会わなげ(ホ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	フチ折り紙タイム(い)		
					サロンひばり(サ)		

*この予定は4月14日現在のものです