



令和6年

10月 区民ひろば朋有



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

東京ガスライフバル豊島 ワークショップ

ガス管で万華鏡をつくろう！

24日(木) ①14:00～ ②14:30～
③15:00～ ④15:30～

対象：どなたでも

定員：各回10組

申込み：10日(木)から



ハッピー★ハロウィン

26日(土)10:30～11:30

《受付 11:00までの好きな時間にお越しください》

ゲームを楽しんでプレゼントをゲットしよう！

対象：乳幼児親子

定員：30組

申込み：11日(金)から

主催：区民ひろば朋有運営協議会



♥なかよしタイム 交通安全研修会

17日(木)10:30～11:00

巣鴨警察署のおまわりさんといっしょに交通安全を楽しく学びましょう！

対象：乳幼児親子

定員：15組

申込み：3日(木)から



♥ちゅんぴよタイム

10日(木)10:30～11:00

みんなでハロウィンをたのしみましょう

4月生まれのお誕生会と

10月生まれのお誕生会もあります

対象：乳幼児親子

定員：10組

申込み：9月26日(木)から



予告 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

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、ワークショップなど
場所：Hareza池袋(harevutai、パークプラザ)、イケ・サンパーク

★落とし物・忘れ物展示

1日(火)～13日(日)

落とし物・忘れ物を展示いたします
お心当たりはありませんか？

期間後に残っているものは処分させていただきます



♥親子ピラティス

7日(月)10:30～11:30

講師：大塚知美氏

対象：生後3ヶ月から1歳までの
お子さんとお母さん

定員：10組

申込み：9月26日(木)から



◆ = 交流事業(どなたでも) ♣ = いきいき事業(65歳以上) ♥ = 子育て事業(乳幼児のお子さんと保護者)

マーク	事業名	日程	時間	定員	申込開始日	内容		
◆	レッツエアロビ	4日(金)	10:30～11:30	12名	9月25日(水)	講師：金 卿淑氏 幅広い年齢の方にお楽しみいただけるエアロビクスです		
◆	モルックひろば	8日(火)				フィンランド生まれのモルックを楽しみましょう		
◆	お昼の体操	毎日	13:15～	申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください		みんなでラジオ体操第一をしましょう		
◆	卓球タイム	毎日	9:00～12:00 13:30～16:30			1組20分・1日3回まで		
♣	体操&カーリング	1日(火)	10:30～11:30			にぎにぎ体操とカーリング		
♣	体操&ボウリング	15日(火)				にぎにぎ体操とボウリング		
♣	足腰トレーニング	11日(金)	13:30～14:30			転倒予防体操・新聞棒体操他		
♣	脳トレ&ぬり絵	18日(金)				音読・計算などの脳トレとぬり絵		
♣	健康増進カラオケ教室	28日(月)	13:15～15:30			20名	15日(火)	講師：河合秀和氏 課題曲を練習します
♣	健康増進カラオケタイム	2日(水) 16日(水)	13:15～ 1人3曲で終了			12名	9月25日(水) 2日(水)	世話役：佐々木 敬彦氏 好きな曲を順番に歌います
♥	木育ひろば	28日(月)	10:30～11:30	12組	15日(火)	木のおもちゃで遊びながらお喋りしましょう		

★区民ひろばをご利用の際は靴下の着用をお願いします

★給水機を設置しています(マイボトルをご持参ください)

10月の運営協議会役員会

役員会：8日(火)14:30～16:00

場所：さくら和室



区民ひろばからの
情報を発信しています



区民ひろば朋有

〒170-0013

豊島区東池袋2-38-10

電話・FAX 03-3971-0781



10月のカレンダー

令和 6年9月15日現在

日	曜	あじさいホール		さくら和室	
		午前	午後	午前	午後
1	火	抽選会 体操&カーリング	☆カトレア		
2	水		健康増進カラオケタイム		☆ドラマリーディングの会
3	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	☆大塚百齢会	☆東池袋ヨーガの会
4	金	レッツエアロビ 暮らしの何でも相談会			ぷらっとCSW
5	土	☆友和会文化会	☆平和クラブ		☆豊島太極拳サークル
6	日	☆東池袋南大塚仲町会	☆カラオケ.サロン.ラベンダー		
7	月	親子ピラティス	☆レイピカケ		☆はる美会
8	火	モルックひろば	☆ひまわり	☆秋桜会	
9	水		☆カラオケくま		☆モアナ ナニ
10	木	☆大塚百齢会	☆HMC会	ちゅんぴよタイム	☆東池袋ヨーガの会
11	金	☆S&N mama's	足腰トレーニング		
12	土		☆平和クラブ		
13	日	☆ヨーガ健康教室			
14	月	スポーツの日			
15	火	体操&ボウリング	☆ひまわり		☆豊島太極拳サークル
16	水		健康増進カラオケタイム		☆ドラマリーディングの会
17	木	なかよしタイム(交通安全研修会)	☆HMC会	☆大塚百齢会	
18	金	☆S&N mama's	脳トレ&ぬい絵		
19	土	☆友和会文化会	☆平和クラブ		☆豊島太極拳サークル
20	日	☆ヨーガ健康教室	☆カラオケ.サロン.ラベンダー		
21	月			☆友和会	☆レイピカケ
22	火		☆カトレア	☆秋桜会	
23	水		☆カラオケくま		☆モアナ ナニ
24	木		東京ガスワークショップ	☆アンサンブルロマンス	☆東池袋ヨーガの会
25	金		ハロウィン準備		ハロウィン準備
26	土	ハッピー★ハロウィン	ひろば事業	ひろば事業	ひろば事業
27	日	☆第2地区明るい選挙 推進協議会	☆平和クラブ		
28	月	☆やさしいヨーガ	健康増進カラオケ教室	木育ひろば	
29	火				
30	水				
31	木		☆HMC会	☆大塚百齢会	☆東池袋ヨーガの会

無印=主催事業 ☆=サークル

※「暮らしの何でも相談会」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」は、高齢者福祉課が行っています。(奇数月に実施)