



# 令和7年 4月 区民ひろば朋有



**<お知らせ>**

★4月から区民ひろばの入館方法が変わります  
区民ひろば利用証は新規作成になりますので利用申請書の記入をお願いします 住所明記のものをご持参ください

★今月より曜日や時間が変更になった事業があります  
予定表をご確認ください

**0歳児の**  
**♡ぴよぴよタイム**  
**10日(木) 10:30~11:00**  
**「ボールであそぼう」**  
10月生まれのハーフバースデーもあります  
対 象：0歳児親子  
定 員：10組  
申込み：3月27日(木)から

**♡ひとときタイム**  
~SDGsタオルハンカチ作り~  
**22日(火) 13:30~14:30**  
眠っているタオルハンカチはありませんか?  
対 象：65才以上  
持ち物：タオルハンカチ  
定 員：12名  
申込み：区内 8日(火)から  
区外 15日(火)から

**♡おぶちゃんとあそぼう**  
**21日(月) 10:30~11:30**  
音楽に合わせて親子で体を動かして楽しみましょう  
講 師：小布施 由恵氏  
対 象：1歳児以上の親子  
定 員：12組  
申込み：7日(月)から

**1歳からの**  
**♡ちゅんちゅんタイム**  
**24日(木) 10:30~11:00**  
**「新聞あそび」**  
4月生まれのお誕生会もあります  
対 象：1歳から就学前までの親子  
定 員：10組  
申込み：10日(木)から

## ♡子育て事業(乳幼児のお子さんと保護者)

事業名	日程	時間	定員	申込開始日	内容
♡木育ひろばとおはなし会	28日(月)	10:30~11:30	12組	14日(月)	木のおもちゃで遊んだ後は絵本の読み聞かせを楽しみましょう おはなし会：豊島区立図書館ボランティア

## ◆交流事業(どなたでも)

◆レッツエアロビ	12日(土)	10:30~11:30	12名	3月29日(土)	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 <b>※偶数月の第2(土)に変わりました</b>
NEW ◆みんなで歌おう	25日(金)	13:30~14:30	20名	11日(金)	カラオケを使って唱歌やリクエスト曲をみんなで楽しみましょう
◆モルックひろば	8日(火) 22日(火)	10:30~11:30	申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください		フィンランド生まれのモルックを楽しみましょう <b>※月2回になりました</b>
NEW 小学生対象 ◆モルックであそぼう!	16日(水)	15:30~16:30			フィンランド生まれのモルックを楽しみましょう <b>※小学生の参加待ってます!</b>
◆お昼の体操	毎日	13:15~			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

## ♣いきいき事業(65歳以上)

♣体操&カーリング	1日(火)	10:30~11:30	申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください	にぎにぎ体操とカーリング・ボウリング <b>※浴用タオルを2枚お持ちください</b>	
♣体操&ボウリング	15日(火)				
♣脳トレ&ぬり絵	18日(金)	13:30~14:30		音読、計算などの脳トレとぬり絵	
NEW ♣音楽で脳トレ体操	11日(金)	13:30~14:30	20名	3月28日(金)	カラオケを使って体を動かしながら楽しく脳トレを行います
♣健康増進カラオケ教室	28日(月)	13:30~15:30 <b>※時間が変わりました</b>	20名	14日(月)	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)	13:30~ <b>※時間が変わりました</b>	12名	3月25日(火)	世話役：佐々木 敬彦氏 好きな曲を順番に歌います ※1人3曲で終了

**<お願い>** ★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)

4月の運営協議会役員会  
役員会：8日(火) 14:30~16:00  
場所：東池袋第二区民集會室

**ピアッサ**  
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



# 4月のカレンダー

令和7年3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		☆モアナ ナニ
3	木		☆HMC会		☆東池袋ヨーガの会
4	金			☆S&N mama's	
5	土		☆平和クラブ		☆豊島太極拳サークル
6	日				
7	月		☆カラオケくま		☆レイピカケ
8	火	モルックひろば	☆ひまわり	☆秋桜会	
9	水		ひろば事業		☆ドラマリーディングの会
10	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	びよびよタイム	☆東池袋ヨーガの会
11	金		音楽で脳トレ体操		
12	土	レッツエアロビ	☆平和クラブ		
13	日	☆ヨーガ健康教室			
14	月			☆やさしいヨーガ	
15	火	体操&ボウリング	☆カトレア		☆豊島太極拳サークル
16	水		モルックであそぼう		☆モアナ ナニ
17	木		☆HMC会		☆東池袋ヨーガの会
18	金		脳トレ&ぬい絵		
19	土	☆友和会	☆平和クラブ		
20	日				
21	月	おぶちゃんとあそぼう	☆カラオケくま	☆友和会	☆レイピカケ
22	火	モルックひろば	ひとときタイム	☆秋桜会	☆ひまわり
23	水		ひろば事業		☆ドラマリーディングの会
24	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	ちゅんちゅんタイム 暮らしの何でも相談会	
25	金		みんなで歌おう		☆豊島太極拳サークル
26	土	☆友和会	☆平和クラブ		
27	日	☆ヨーガ健康教室	☆静和クラブ		
28	月	☆やさしいヨーガ	健康増進カラオケ教室	木育ひろば・おはなし会	
29	火	<b>昭和の日</b>			
30	水				

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)