

令和8年 区民ひろば豊成 3月のプログラム

豊島区上池袋1-28-7
電話 03-5961-3494
開館時間 9時から17時
休館日 祝日と年末年始
及び臨時休館日

3月の休館日
9日
20日
27日

春のお楽しみ会

親子で人形劇を楽しみましょう

3日(火) 10時30分から11時

出演 劇団ぼけっと

対象 乳幼児親子

定員 20組

申込 2/18(水)



ベビーマッサージ

5日(木) 10時30分から11時30分

講師 横田千春氏

対象 2ヵ月からハイハイ頃まで

持ち物 バスタオル・ベビーオイル等

ボールプール

ベビーマッサージの日に合わせ子育て室にボールプールを設置してあります。

としま子育てサロン つくしんぼ

「ベビーエクササイズ」

10日(火) 10時30分

対象 マタニティママ、
0歳から3歳(未就学児)までの親子

主催 池袋東地区
民生委員児童委員協議会



SDGs工作 布ぞうりを作ろう

26日(木) 13時30分から15時30分

いらないTシャツや布で作ります

対象 小・中学生(区内在住又は在学)

持ち物 切ってもよいTシャツ、シーツ等

定員 10名

申込 13日(金)



脳トレ・あたま&からだ

11日・25日(水) 10時から11時

定員 18名 詳細は下欄に記載

DVD映像を見ながら「としまる体操」で30分(準備体操・梅編・竹編・松編・整理体操)体を動かします。

後半30分、職員と一緒に色々な脳トレにチャレンジします。

ポッチャにトライ!

2日・16日(月) 10時から11時

定員 18名 詳細は下欄に記載

3名1チームになり、赤対青で対戦します。ジャックボールという白い球が一番近く投げた方のチームが勝利となります。

3~4回対戦し、運動とゲームの楽しさが味わえます。

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	4(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
ゆったりエクササイズ	13(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
ポッチャにトライ!	2・16(月)	10時	定員18名 申込 2日 区内の方 2/17(火) 区外の方 2/24(火) 16日 区内の方 3/3(火) 区外の方 3/10(火)
脳トレ・あたま&からだ	11・25(水)		定員18名 申込 11日 区内の方 2/26(木) 区外の方 3/5(木) 25日 区内の方 3/12(木) 区外の方 3/19(木)

どなたでも



歌いましょう	6(金)	13時30分	講師 水谷桂子氏 季節の歌や唱歌などを楽しみます
わいわいモルック	23(月)		定員14名 申込 区内の方 3/10(火) 区外の方 3/17(火)
音楽で脳トレ体操	12(木)	10時	定員 8名 申込 区内・区外ともに 2/28(土) 歌いながら体を動かして脳トレ体操
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	26(木)		定員 8名 申込 区内の方 3/13(金) 区外の方 3/21(土) ※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	17(火)	10時30分	誕生会・ホールで体を動かして遊ぼう
ぼぶぼぶランド 0才親子対象	6(金)		おおきくなったかな・ハーフバーステイ・ふれあいあそび
ベビーマッサージ	5(木)		講師 横田千春氏 対象 2ヵ月からハイハイ頃まで 持ち物 バスタオル・ベビーオイル等
リトミック	19(木)		講師 野澤絵美氏 定員 20組 対象 8ヵ月から2歳くらいまで 申込 区内の方 3/6(金) 区外の方 3/13(金)
としま子育てサロン つくしんぼ	10(火)		「ベビーエクササイズ」 対象 マタニティママ、0才から3才までの親子 主催 池袋東地区民生委員児童委員協議会
おはなし会	17(火)・22(日)	11時	17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 22日「りぶりんと・としま」による絵本の読み聞かせです
木育ひろば	21(土)	9時30分 から 11時30分	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	15(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
ボールプール	5(木)	9時30分 から 12時	子育て室のボールプールに自由に入って、感触を楽しみましょう

☆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。

☆給水機を設置しています。マイボトルをご持参ください。

☆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 23日(月) 9時から12時30分 当館玄関前で回収します。

★のりものランドは乳幼児がのりもので遊べます。
平日もホールの使用がない時は遊べます。職員
にお声かけください。



区民ひろば X SDGs

*この予定は2月15日現在のものです。

令和8年

区民ひろば豊成 3月のカレンダー



豊島区上池袋1-28-7
 電話 03-5961-3494
 開館時間 9時から17時
 休館日 祝日と年末年始
 及び臨時休館日

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
午前	★のいものランド(ホ)	貸室抽選会及び 予約(4月分) ポッチャにトライ! (ホ) 	春のお楽しみ会 (ホ・サ)		ベビーマッサージ(サ) ボールゲーム(子) 豊成としまる会 (ホ)	ぼぶぼぶランド(サ) ヨーガカトリア (ホ)	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)		どんぐり班(い)	シニアエアロ(ホ) 高齢者出張相談会		歌いましょう(ホ)	★のいものランド(ホ)
	8	9	10	11	12	13	14
午前	★のいものランド(ホ)	臨時休館日	つくしんぼ(ホ・サ)	脳トレ・あたま& からだ(集) CSW暮らしの何でも 相談会	音楽で脳トレ体操 (サ) 豊成としまる会 (ホ)	ヨーガカトリア (サ)	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)		昭寿会わなげ(ホ)			ゆったいエクサ(ホ)	★のいものランド(ホ)
	15	16	17	18	19	20	21
午前	★のいものランド(ホ) 電車であそぼう(サ) 9時30分から 14時30分	ポッチャにトライ! (ホ) 	らんらんランド(ホ) おはなし会(サ) 中央図書館読み聞 かせボランティア	団体貸出(ホ・サ)	リトミック(ホ)	春分の日 休館日	★のいものランド(ホ) 木育ひろば(い) 9時30分から 11時30分
午後	★のいものランド(ホ)		団体貸出(ホ・サ) どんぐり班(い)		サロンひばり(サ)		★のいものランド(ホ)
	22	23	24	25	26	27	28
午前	★のいものランド(ホ) りぶりんと・としま おはなし会(い)	豊成サロン(集)		脳トレ・あたま& からだ(集)	カラオケタイム(サ) 豊成としまる会 (ホ)	臨時休館日	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)	わいわいモルック (集)	昭寿会わなげ(ホ)		布ぞういを作ろう (い) サロンひばり(サ)		★のいものランド(ホ)
	29	30	31	*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> 1階 (多)多目的ホール (い)いきいきひろば (集)区民集會室 2階 (ホ)ホール (サ)サークル室 (子)子育てひろば			
午前	★のいものランド(ホ)						
午後	★のいものランド(ホ)						

 **ピアッサ**
 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

**3月の
休館日**
 9日
 20日
 27日

*この予定は2月15日現在のものです