

令和8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 03-5961-3494
開館時間 9時から17時
休館日 祝日と年末年始
及び休館日

**月2回に
なりました** **電車であそぼう**
3・17日(日)
9時30分～14時30分
トイレルをつなげて
親子で電車遊びを
楽しみましょう

音楽で脳トレ体操
カラオケ機器を使って、歌いながら楽しく
脳トレ体操をおこないます
20日(水) 10時
対象 65歳以上
定員 8名
申込 区内の方 5/8(金)
区外の方 5/14(木)
お電話か窓口でお申込みください

講演会 昔の豊島について
23日(土) 13時30分から14時30分
としまの歴史を話と地図で学びましょう
講師 石田勝彦氏 (江戸・東京史 研究家)
対象 どなたでも
定員 60名 申込 4/27(月)
持ち物 筆記用具
主催 区民ひろば豊成運営協議会

折り紙タイム 「傘」
25日(月) 13時30分
講師 笠原安身氏
対象 65歳以上の方
定員 10名
申込 区内の方 5/11(月)
区外の方 5/18(月)
持ち物 ピンセット (あれば)

**予告 ヤクルトの健康教室
夏場の体調管理**
～熱中症にならないために～
6月5日(金) 14時
講師 東京ヤクルト販売株式会社より
対象 65歳以上の区民の方
定員 40名 申込 5/15(金)

予告 高齢者スマホ教室(4回)
6月2日・9日・16日・23日
いずれも火曜日 13時30分
対象 65歳以上の区民で4回出席できる方
定員 20名 申込 5/20(水)
持ち物 ご自分のスマホ
主催 高齢者福祉課

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	—		今月はお休みです
ゆったり エクササイズ	8(金)	13時 30分	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!	11・25(月)	10時	定員 18名 申込 11日 区内の方 4/28(火) 区外の方 5/3(日) 25日 区内の方 5/12(火) 区外の方 5/19(火)
脳トレ・ あたま&からだ	13・27(水)		定員 18名 申込 13日 区内の方 4/30(木) 区外の方 5/8(金) 27日 区内の方 5/14(木) 区外の方 5/21(木)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	—		今月はお休みです

どなたでも



歌いましょう	15(金)	13時 30分	講師 大澤よしこ氏 季節の歌や歌唱を楽しみます
わいわいモルック	18(月)	10時	定員 14名 申込 区内の方 5/3(日) 区外の方 5/12(火)

乳幼児親子向き



ららんランド 1才以上の親子対象	19(火)	10時 30分	5月生まれの誕生祝い ホールで体を動かして遊ぼう
ばぶばぶランド 0才親子対象	1・15(金)		1日 おおきくなったかな(身長・体重測定)・ふれあいあそび 15日 ハーフバースデー(11月生まれ)・パネルシアター「はらぺこあむし」
ベビーマッサージ	—		今月はお休みです
リトミック	8(金)		講師 野沢絵美氏 定員 20組 対象 8ヵ月から2歳くらいまで 申込 区内の方 4/25(土) 区外の方 5/2(土)
としま子育てサロン つくしんぼ	12(火)		「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 池袋東地区民生委員児童委員協議会
おはなし会	19(火)・24(日)	11時	19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 24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	16(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
ボールプール	—		今月はお休みです

☆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。

☆ランチタイム(12時～13時)・おやつタイム(15時～16時)にいきいきひろばにて飲食ができます。

◇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 25日(月) 9時から12時30分 当館玄関前で回収します。



5月の休館日
4日(月)～7日(木)
22日(金)

*この予定は4月15日現在のものです

令和8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 03-5961-3494
 開館時間 9時から17時
 休館日 祝日と年末年始
 及び休館日

	日	月	火	水	木	金	土
午前 午後	*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)区民集会室 2階 (ホ)ホール (サ)サークル室		★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			1 貸室抽選会 はぶばぶランド(サ) ヨーガカトリア(ホ)	2 ★のりものランド(ホ) ★のりものランド(ホ)
	3	4	5	6	7	8	9
午前 午後	★のりものランド(ホ) 電車であそぼう(サ) 9時30分から 14時30分 ★のりものランド(ホ)	みどりの日	子どもの日	振替休日	休館日	リトミック(ホ) ゆったりエクサ(ホ)	★のりものランド(ホ) ★のりものランド(ホ)
	10	11	12	13	14	15	16
午前 午後	★のりものランド(ホ) ★のりものランド(ホ)	ポッチャにトライ!(ホ)	つくしんぼ(ホ・サ) 昭寿会わなげ(ホ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	豊成としまる会(ホ)	はぶばぶランド(サ) ヨーガカトリア(ホ) 歌いましょう(ホ) 暮らしの何でも相談会(CSW) くまの子(サ)	★のりものランド(ホ) 木育ひろば(い) 9時30分から 11時30分 ★のりものランド(ホ)
	17	18	19	20	21	22	23
午前 午後	★のりものランド(ホ) 電車であそぼう(サ) 9時30分から 14時30分 ★のりものランド(ホ)	わいわいモルック(集) レイ・ピカケ(サ)	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 どんぐり班(い)	音楽で脳トレ体操(サ) ヒアリングフレイルチェック(サ) 申込:東池袋フレイル対策センター 03-5924-6212	豊成としまる会(ホ) サロンひばり会(サ)	休館日	★のりものランド(サ) 講演会 昔の豊島について(ホ・サ)
	24	25	26	27	28		29
午前 午後	★のりものランド(ホ) りぶりんと・としまおはなし会(い) ★のりものランド(ホ)	ポッチャにトライ!(ホ) 豊成サロン(集) 折り紙タイム(集)	昭寿会わなげ(ホ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	豊成としまる会(ホ) サロンひばり会(サ)		★のりものランド(ホ) ★のりものランド(ホ)
	31						<div style="border: 2px solid red; padding: 10px;"> <p>5月の休館日 4月～7日(木) 22日(金)</p> </div>
午前 午後	<p>◆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</p>						

*この予定は4月15日現在のものです