

令和8年

区民ひろば豊成 9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

ミニ運動会

1日(火) 10時30分から11時

対象 乳幼児と保護者

定員 乳幼児24名

申込 区内の方 8/5(水)

区外の方 8/12(水)

持ち物 水分補給できるもの

主催 区民ひろば豊成運営協議会



敬老の集い 民謡コンサート

17日(木) 14時から15時

出演 小沢千月氏 小沢千芽々氏

対象 65才以上 定員 60名

申込 区内 8/26(水)

区外 9/2(水)



生活動作でフレイル予防講座

3日(木) 10時から11時

生活動作を意識してフレイル予防

講師 来栖好咲氏

対象 65才以上の区民の方

定員 15名 申込 8/19(水)

持ち物 筆記用具・水分補給できるもの

主催 高齢者福祉課

折紙教室

～2.5次元オリガミを作ろう!～

13日(日) 10時から11時30分

講師 西田シャトナー氏

対象 小学3年生以上

定員 10名 申込 8/31(月)

持ち物 マチのある袋



音楽で脳トレ体操

スペシャル!

ピアノに合わせて懐かしい歌を歌ったり
体を動かして楽しむ脳トレ体操です♪

16日(水) 10時から11時

対象 65才以上 定員 30名

申込 区内 9/3(木) 区外 9/11(金)



PPバンド(荷造り用テープで

コースターを作ろう

30日(水) 13時30分から15時

対象 65才以上の区民の方

定員 10名

申込 11日(金)



予告

江崎グリコの子育てセミナー

10月2日(金) 10時30分

～赤ちゃんを災害から守る勉強会～

対象 乳幼児親子 定員 15組

申込 9/18(金)

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	2(水)	10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	11(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 上履きとタオル
ポッチャにトライ!	14・28(月)	10時	定員18名 申込 14日 区内の方 9/1(火) 区外の方 9/8(火) 28日 区内の方 9/15(火) 区外の方 9/24(木)
脳トレ・ あたま&からだ	9(水)		「としまる体操」をしったりクイズを解いたり、楽しくあたまとからだをほぐしましょう 定員18名 申込 区内の方 8/27(木) 区外の方 9/3(木)
音楽で脳トレ体操	16(水)		定員 30名 申込 区内の方 9/3(木) 区外の方 9/11(金)
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	18(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	7(月)	10時	定員14名 申込 区内の方 8/25(火) 区外の方 9/1(火)

乳幼児親子向き

らんらんランド 1才以上の親子対象	15(火)	10時 30分	9月生まれの誕生祝い・ホールで体を動かして遊ぼう・トンボを作って飛ばそう!
ばぶばぶランド 0才親子対象	4・18(金)		4日 おおきくなったかな(身長・体重測定)・紙芝居「じゅんちゃんすとおぶ」 18日 ハーフバースデー(3月生まれ)・ペープサート「いないいないばあ」
ベビーマッサージ	3(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
としま子育てサロン つくしんぼ	8(火)		「保健師さんのお話」 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
リトミック	—		今月はお休みです
おはなし会	15(火)・27(日)	11時	15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 27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	19(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	6・20(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

☆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時から(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。

<お知らせ> ◇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。

◇古着・使用済み蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・携帯電話・ボタン電池・乾電池(充電式を除く)を回収しています。

◇廃食油リサイクル事業 28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8月16日現在のものです



9月休館日
10日(木)
21日(月)
22日(火)
23日(水)
25日(金)

令和8年

区民ひろば豊成 9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
			1	2	3	4	5
午前	★のい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	9月休館日 10日(木) 21日(月) 22日(火) 23日(水) 25日(金)	貸室抽選会(い)	シニアエアロ(ホ)	ベビーマッサージ(サ)	ぼぶぼぶランド(サ)	★のいものランド(ホ)
			ミニ運動会(ホ)		生活動作でフレイル予防(集)		
午後			どんぐり班(い)		豊成としまる会(ホ)		★のいものランド(サ)
							こどもアートコネスタ(ホ)
	6	7	8	9	10	11	12
午前	★のいものランド(ホ)	わいわいモルック(集)	つくしんぼ(ホ・サ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	休館日	ヨーガカトレア(ホ)	★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						
午後	★のいものランド(ホ)		どんぐり班(い) 昭寿会わなげ(ホ)			ゆったいエクササイズ(ホ)	★のいものランド(ホ)
	13	14	15	16	17	18	19
午前	★のいものランド(ホ)	ポッチャにトライ!(ホ)	らんらんランド(ホ)	音楽で脳トレ(ホ) 暮らしのなんでも相談会(CSW)	敬老の集い準備(ホ)	ぼぶぼぶランド(サ) ヨーガカトレア(ホ)	★のいものランド(ホ)
	折り紙教室(集)		おはなし会(サ) 中央図書館読み聞かせボランティア				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)		どんぐり班(い)		敬老の集い(ホ・サ)	歌いましょう(ホ)	★のいものランド(ホ)
	20	21	22	23	24	25	26
午前	★のいものランド(ホ)	敬老の日	国民の休日	秋分の日	豊成としまる会(ホ)	休館日	★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						
午後	★のいものランド(ホ)						★のいものランド(サ)
							こどもアートコネスタ(ホ)
	27	28	29	30	* 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＞ 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 (子)子育てひろば (サ)サークル室		
午前	★のいものランド(ホ)	ポッチャにトライ!(ホ)					
	りぶりんと・としま おはなし会(い)	豊成サロン(い)					
午後	★のいものランド(ホ)		昭寿会わなげ(ホ)	PPバンドでコースターを作ろう(い)			



*この予定は8月16日現在のものです