

令和8年

区民ひろば豊成 10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

江崎グリコの子育てセミナー
赤ちゃんを災害から守る勉強会
2日(金)10時30分から
対象 乳幼児親子・妊娠中の方
定員 15組
申込 9/18(金)



親子ピラティス
11日(日) 10時30分から11時30分
講師 大塚知美氏
対象 乳幼児と保護者
定員 15組 申込 9/28(月)



区民ひろば豊成運営協議会主催 **豊成カルチャー講座**
骨盤体操 ①10月15日(木) ②10月27日(火)
③11月17日(火) ④12月3日(木)
全日程参加できる方 いずれも14時から15時
講師 三浦好美氏
定員 15名(どなたでも) ※お子様連れはご遠慮ください
申込 区内の方9/28(月)から 区外の方10/5(月)から

ハロウィンに集まろう!
17日(土) **入替え制です**
①10時30分から11時10分(受付11時まで)
②11時20分から12時(受付11時45分まで)
★①②どちらかの回にお申込みください
対象 乳幼児と保護者
定員 各回 乳幼児30名
申込 区内の方 9/24(木)
区外の方 10/5(月)
主催 区民ひろば豊成運営協議会



折り紙タイム「忘れな草」
26日(月) 13時30分から
講師 笠原安身氏
対象 65才以上の方
定員 10名
申込 区内の方 10/13(火)
区外の方 10/20(火)



気功 ①10月22日(木) ②10月26日(月)
③11月30日(月) ④1月14日(木)
全日程参加できる方 いずれも14時から15時
講師 武内フク氏
定員 15名(どなたでも) ※お子様連れはご遠慮ください
申込 区内の方10/2(金)から 区外の方10/9(金)から

ゴーヤのつるでリース作り
30日(金)10時30分から
対象 どなたでも
定員 10名
申込 14日(水)
持ち物 リボンや毛糸など飾りたいもの



予告 作品展 11月5日(木)から7日(土)
サークルや地域の皆さまの作品を展示します!
作品受付10月26日(月)より11月2日(月)まで

作品を募集します

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	7(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	9(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!	26(月)	10時	定員18名 申込 区内の方 10/13(火) 区外の方 10/20(火)
脳トレ・あたま&からだ	14・28(水)		定員18名 申込 14日 区内の方 10/1(木) 区外の方 10/9(金) 28日 区内の方 10/15(木) 区外の方 10/22(木)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	21(水)		定員8名 申込 区内の方 10/9(金) 区外の方 10/15(木)



どなたでも

歌いましょう	16(金)	13時30分	講師 水谷桂子氏 季節の歌や歌唱を楽しみます
わいわいモルック	5・19(月)	10時	定員14名 申込 5日 区内の方 9/24(木) 区外の方 9/29(火) 19日 区内の方 10/6(火) 区外の方 10/13(火)

乳幼児親子向き

らんらんランド 1才以上の親子対象	16(金)・20(火)	10時30分	16日 交通安全研修会 巣鴨警察の方からのお話(申込制・詳細はカレンダー面をご覧ください) 10月生まれの誕生祝い・ホールで体を動かして遊ぼう(しっぽとり)
ばぶばぶランド 0才親子対象	16(金)		交通安全研修会 巣鴨警察の方からのお話(申込制・詳細はカレンダー面をご覧ください) ハーフバースデー(4月生まれ)
ベビーマッサージ	1(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	13(火)		「歯科衛生士さんのお話」 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	9(金)	11時	講師 野沢絵美氏 定員20組 対象 8ヵ月から2才くらいまで 申込 区内の方 9/26(土) 区外の方 10/3(土)
おはなし会	20(火)・25(日)		20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 25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	—		今月はお休みです
電車であそぼう	4・18(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 26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9月16日現在のものです



10月休館日
8日(木)
12日(月)
23日(金)

令和8年 区民ひろば豊成 10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
	＊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 10月休館日 8日(木) 12日(月) 23日(金)				貸室抽選会(い) ベビーマッサージ(サ) 豊成としまる会(ホ)	江崎グニコの子育てセミナー 赤ちゃんを災害から守る勉強会(ホ)	団体貸し出し(ホ・サ)
午前	＜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 ★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				 ピアZZA 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		
午後							
	4	5	6	7	8	9	10
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	わいわいモルック(集)		シニアエアロ(ホ) ヒヤリングプレイ(サ)	休館日	リトミック(ホ) 暮らしのなんでも相談会(CSW)	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)		どんぐり班(い) 昭寿会わなげ(ホ)			ゆったりエクササイズ(ホ)	★のいものランド(サ) こどもアートコネスタ(ホ)
	11	12	13	14	15	16	17
午前	親子ピラティス(ホ) ★のいものランド(サ)	スポーツの日 休館日	つくしんぼ(ホ・サ)	脳トレ・あたま＆からだ(集)		子育て世代交通安全研修会(ホ)	ハロウィンに集まろう(ホ・サ)
午後	★のいものランド(ホ)		子育て世代交通安全研修会 16日(金) 10時30分 巣鴨警察署の方のお話を聞きましょう お土産があります♪ 対象 乳幼児親子 20組 申込 10/2(金) 主催 土木管理課・交通安全対策グループ		豊成カルチャー 骨盤体操(ホ) サロンひばり(サ)	歌いましょう(ホ) 高齢者出張相談	ハロウィンに集まろう 片付け(ホ) ★のいものランド(サ)
	18	19	20	21	22	23	24
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	わいわいモルック(集)	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	カラオケタイム(サ)	豊成としまる会(ホ)	休館日	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)		どんぐり班(い) 昭寿会わなげ(ホ)		豊成カルチャー 気功(ホ) サロンひばり(サ)		★のいものランド(ホ)
	25	26	27	28	29	30	31
午前	★のいものランド(ホ) りぶりんと・としま おはなし会(い)	ポッチャにトライ！(ホ) 豊成サロン(い)	アスレチックタイム(ホ)	脳トレ・あたま＆からだ(い)	豊成としまる会(ホ)	ゴーヤのつるでリース作り(い) ヨーガカトレア(ホ)	★のいものランド(ホ)
午後	★のいものランド(ホ)	豊成カルチャー 気功(ホ) 折り紙タイム(集)	豊成カルチャー 骨盤体操(ホ)				★のいものランド(ホ)

＊この予定は9月16日現在のものです