

8月の区民ひろば上池袋



住所：豊島区上池袋3-13-5
TEL：3576-6916
開館時間：午前9時から午後5時まで



金融教育ゲーム

24日(月)午後1時30分～午後3時30分
お弁当やさんの店長になり、みなさんとゲームを楽しみながら、お金の使い方・増やし方を体験しましょう。小学生は夏休みの自由研究にもなります。おみやげがあります。
対象：小学4年生～いきいきのみなさん
場所：区民集会室 定員：25名
持ち物：筆記用具・飲み物
申し込み：受付中
主催：豊島区 セゾン投信



夏休み自習室

24日(月)～27日(木)
9時から16時まで
対象：小学4年生～大学生
申し込み：不要
*涼しくて、静かな部屋を提供します。冷水の給水機もあるので、水分補給も無料で出来ます。昼食やおやつを食べるスペースもあります。ぜひ、ご利用ください。



＜来月の予告＞ パパ・あそぼ！

～ベビーマッサージで育む親子の時間～
毎日忙しいパパへ、ベビーマッサージは赤ちゃんともコミュニケーションを深める素敵な時間です。今こそ、ベビーマッサージを楽しみましょう！
日時：9月19日(土) 10時30分～11時30分
講師：当ひろば職員
対象：首すわり～ハイハイ前のお子様とお父様(ご夫婦での参加可) 定員：5組(先着順)
申し込み：9月1日～
持ち物：バスタオル
肌にあったベビーオイル(なくても可)



＜来月の予告＞ 敬老の集い

9月16日(水) 午前10時30分から12時
90才以上の方の長寿のお祝い
♪歌とピアノのコンサート
対象：どなたでも 場所：1Fいきいき
定員：70名(先着順)
申込：8月25日(火)～9月4日(金)
電話可



きんぎょひろばは

エリス豊島FC
橋本恭輔選手
を応援しています!!



夏の自習室

区民ひろばでは夏休み期間に静かな自習室を開設します。
7/21(火)～8/31(月) 平日(休館日除く) 10時～16時
区民ひろば(朝日・池袋本町・椎名町・千早・高松)

	事業名	日程	時間	内容
子育て	ベビータイム	今月はお休みです		
	ぷくぷくタイム	28日(金)	10:30～11:15	対象：0歳から未就学のお子様。誕生日会をします。
	体育遊び	今月はお休みです		
	木のおもちゃであそぼう	今月はお休みです		
	プラレールの日	2・16日(日)	9:30～16:00	対象：1歳から未就学のお子様と保護者。小学3年生までのお子様。
	電車ごっこ	29日(土)・30日(日)	10:00～11:30	対象：未就学のお子様と保護者。
いきいき(65歳以上)	室内ゲートボール	3日(月)	13:30～15:00	初めての方も大歓迎です。皆さんで楽しみましょう。
	ザ☆としまる体操	12・26日(水)	10:00～11:00	区オリジナルの介護予防体操です。
	リフレッシュ体操	14日(金)	10:00～11:00	講師：小俣淳子氏 簡単ストレッチでリフレッシュしましょう。
	健康増進カラオケ	14日(金)	13:30～15:00	お一人様2曲。申込期間は4日～13日です。
	楽しく脳トレ	10日(月)・28日(金)	10:00～11:00	計算や音読を楽しみながら行い、脳をますます活性化させましょう。
	唱歌・童謡の会	今月はお休みです		
	元気体操	18日(火)	13:30～15:00	講師：作業療法士 木下美恵子氏 登録者のみ
	歌のひろば	27日(木)	13:30～14:30	講師：谷川茂代氏 童謡・唱歌や演歌、歌謡曲を皆さんで歌いましょう♪
	ボールペンで書く美文教室	24日(月)	10:00～11:00	講師：佐藤妙子氏 文字を整え身も心も健やかに。
交流(どなたでも)	大人の塗り絵	21日(金)	13:30～15:30	好きな色を塗って、ストレスを解消しましょう。
	モルックを楽しもう	17日(月)	13:30～15:00	フィンランド発祥の、みんなで楽しめるスポーツです。お気軽にご参加ください。
	きんぎょでポッチャ	25日(火)	13:30～15:00	ボールを投げたり転がしたり、楽しい競技です。
	囲碁・将棋	毎日	13:05～16:30	対局を楽しみましょう。館主催の事業のある時は出来ない時もあります。
	卓球タイム	(月)・(火) (木)・(日) (土)	9:15～12:00 1日 13:05～16:50	月曜日の午前中は、初心者優先日です。2階は、小中学生専用です。館主催の事業のある時は出来ない時もあります。
相談	暮らしのなんでも相談	14日(金)	10:00～11:00	社会福祉協議会CSWによる無料相談です。
		28日(金)	10:30～11:30	14日いきいき・28日子育て

【お願い】 *安全と衛生上、館内では靴下着用をお願いしています。 *靴の履き間違いにご注意願います。



		1階(いきいき・交流)		2階(子育て)	
日	曜	午前	午後	午前	午後
1	土	◆上池卓球クラブ(教1)	◆柳会(い)	◆上池袋キッズGYM(遊)	
2	日		◆カラオケでポップスを(い)	ブラレールの日(多)	ブラレールの日(多)
3	月		室内ゲートボール(い)		
4	火	臨時休館日			
5	水	◆上池袋ヨーガ(い)	きんぎょサロン(区) ◆自彊術上池教室(い)◆上池三寿会(教1)		
6	木	◆ラベンダーズ(い)	◆スクエア・ステップ(い)	◆プリティクラブ(遊)	
7	金		◆卓球SKクラブ(教1)		
8	土	◆上池卓球クラブ(教1) ◆フリージア(教2)		◆上池袋キッズGYM(遊)	
9	日				
10	月	楽しく脳トレ(い)	◆レイ・ピカケ(い) ◆ひまわり(教1)		
11	火	山の日			
12	水	ザ☆としまる体操(い) ◆フリージア(教1)	きんぎょサロン(区)		
13	木	暮らしのなんでも相談 臨時休館日			
14	金	リフレッシュ体操(い)	健康増進カラオケ(い)		
15	土	◆上池卓球クラブ(教1)	◆柳会(い)		
16	日			ブラレールの日(多)	ブラレールの日(多)
17	月		モルックを楽しもう(い)		
18	火		元気体操(い) ◆卓球SKクラブ(教1)		
19	水	◆上池袋ヨーガ(い)	きんぎょサロン(区) ◆自彊術上池教室(い)		
20	木			◆プリティクラブ(遊)	
21	金	◆永楽会(い)	大人の塗り絵(い) ◆上池三寿会(教1)		
22	土	◆フリージア(教1)	◆マリーゴールド(い)	◆上池袋キッズGYM(遊)	
23	日				
24	月	ボールペンで書く美文字教室(い) 夏休み自習室(区)	金融教育ゲーム(区) ◆レイ・ピカケ(い)◆ひまわり(教1)	夏休み自習室(多) ◆親子たいそう教室(遊)	夏休み自習室(多)
25	火	夏休み自習室(区) ◆若返り体操サロン(い)	きんぎょでポッチャ(い) 夏休み自習室(区)◆桜友会囲碁部	夏休み自習室(多)	夏休み自習室(多)
26	水	ザ☆としまる体操(い) 夏休み自習室(区)◆フリージア(教1)	夏休み自習室(区)きんぎょサロン(教2) ◆自彊術上池教室(い)	夏休み自習室(多)	夏休み自習室(多)
27	木	夏休み自習室(区)	歌のひろば(い) 夏休み自習室(区)	夏休み自習室(多) ◆プリティクラブ(遊)	夏休み自習室(多)
28	金	楽しく脳トレ(い)	◆卓球SKクラブ(教1) ◆スクエア・ステップ(い)	ぷくぷくタイム(遊)	暮らしのなんでも相談
29	土	◆上池卓球クラブ(教1)		電車ごっこ(遊)	
30	日		◆マリーゴールド(い)	電車ごっこ(遊)	
31	月	◆永楽会(い)	◆ひまわり(教1)	◆親子たいそう教室(遊)	

【お部屋のご案内】(い):いきいきひろば(教1):教養娯楽室1(教2):教養娯楽室2(遊):遊戯室
(フ):フリールーム(多):多目的室(ロ):ロビー(区):区民集会室(子):子育てルーム(公):公園
◆マークはサークル・団体のご利用です。のマークがある時は、遊戯室で乗り物に乗れます。
7月15日現在の予定です。変更になる場合があります。

9月貸室申込み
8月3日(月)
9時15分から

*車いすの短期貸出をしています(65歳以上)

【廃油回収のお知らせ】8月24日(月)9:00~12:30(毎月第4日曜日 祝日の場合は翌日)当館玄関前にて実施

