



### 出前寄席

27日(水) 14:00~15:00

落語家をお招きして、悪徳商法の手口とその対処法などを、落語で楽しくわかりやすくお伝えします

出演:柳家花いち  
対象:65歳以上 定員:20名  
申込:17日(日)~  
主催:産業振興課消費生活グループ

### ヒアリングフレイル

28日(木) 10:00~12:00  
(20分ごとの予約制です)

「聞こえ」のチェックが体験できます  
詳細はお問い合わせください

対象:65歳以上  
定員:6名(先着順)  
申込:東池袋フレイル対策センター  
TEL 03(5924)6212  
主催:高齢者福祉課

### スマートフォン相談会

11日(月)

1部 14:00~14:50  
2部 15:00~15:50

初心者向マンツーマン相談会です

定員:各回3~5名  
持ち物:ご自分のスマートフォン  
申込:4/30(木)~  
主催:豊島区高齢者の生活支援推進員

### サンデー親子体操

31日(日)10:30~11:30

日曜日!パパ・ママと一緒に身体を動かして皆で遊ぼう!

講師:藤井芳子氏  
対象:1歳児以上の親子  
定員:15組  
申込:区内区外共通 17日(日)~

### NEW おはなし会

15日(金)10:30~11:00

豊島区立図書館読み聞かせボランティアの方々による読み聞かせです

対象:就学前のお子さまと保護者  
※申込は不要です

### おたのしみ会

26日(火)10:30~11:15

「みんなで元気にあそぼう!」

対象:乳幼児親子  
定員:14組  
申込:区内区外共通12日(火)~  
※5月生まれとR7.11月生まれの  
お子さんに誕生カードのプレゼントがあります

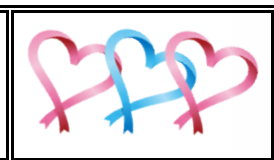
交流	みんなで卓球	20・27日(水) 7・14・28日(木)	10:00~ 13:30~	★申込:随時受付(各回12名まで) ※当ひろば卓球サークルに登録していない18歳以上の方
	お昼の体操	平日(月~金)	13:00~13:10	ラジオ体操第1・第2で体力を維持しましょう ★申込不要
いきいき	歌って元気!	20日(水)	13:30~14:30	カラオケに合わせて歌いましょう ★申込不要
	ひまわり倶楽部	8日(金)	14:00~15:00	eスポーツを楽しみましょう ★申込不要
	民生としまる体操	9日(土)	13:30~15:00	フレイル予防 としまる体操 主催:民生委員児童委員協議会 ★申込4/28(火)~
	おいでよモルック	18日(月)	10:00~11:00	モルックで対戦して身体を動かしましょう ★申込8日(金)~
	うたレク体操	22日(金)	13:30~14:30	音楽に合わせてお口や身体の体操をしましょう ★申込不要
	いきいき体操	25日(月)	13:30~15:00	腰痛・ひざ痛予防体操【講師:木下 美恵子氏】★申込15日(金)~
	Let's脳トレ	11・18・25日(月)	10:00~16:00	脳トレ問題を解く ★申込不要
子育て	親子ボディケア (ベビーマッサージ)	14日(木)	①10:30~10:50 ②11:05~11:25	①2~5ヶ月のお子さんと保護者8組【講師:近藤容子氏】★申込:随時受付 ②6~10ヶ月のお子さんと保護者5組 ♥身長・体重が測定できます ☆タオルをご持参ください
	おたのしみ会	26日(火)	10:30~11:15	季節の遊び・読み聞かせ・誕生会など ★申込:区内区外共通 12日(火)~ ※5月生まれとR7.11月生まれ(ハーフBD)のお子さんは事前にお知らせください
	わくわくアスレチック のりものぶんぶん	実施日は 裏面を参照	9:00~16:30 金曜は16:00まで	トランポリン、すべり台などで遊べます ★申込不要 ★26日(火)は13:00から コンビカー・三輪車・補助付き自転車などで遊べます ★申込不要 ★31日(日)は13:00から
	ちびっこタイム	月~金	11:15~11:30	絵本や体操など親子で楽しみましょう(実施できない場合もあります)★申込不要
	小学生タイム	毎日	15:30~16:30	3階の体育館で20分間ボールなどで遊べます ★当日申込制です ※室内用運動靴をお持ちください

いけよん出前相談(どなたでも)  
22日(金)14:20~15:20

介護サービスや近所に気になる高齢者がいる  
または家族の相談など【主催:いけよんの郷】

CSW暮らしの何でも相談会(どなたでも)  
20日(水)10:50~11:50

暮らしの心配事など、なんでも相談できます  
【主催:豊島区民社会福祉協議会CSW 03(6864)2930】



**お知らせとお願い**

- 給水機を設置しています マイボトルをお持ちください・小型家電・乾電池の回収をしています
- 車いすの短期貸出しをしています・安全と衛生上、土足エリア以外では**靴下の着用**をお願いします
- 体育館を利用する際は室内用運動靴が必要です
- 定員制の事業は**豊島区の方が優先**です

区外の方は**申込開始日の5日後からの受付**となります

☎ 03(3986)0041  
FAX 03(5956)2602  
住所 豊島区池袋本町4-36-1



【マーク説明】★：ひろば事業 無印：団体貸出

<部屋利用状況 4/15現在>

午前					日	曜	午後					
1階		3階		2階			1階			3階		2階
いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館		いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館	いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	
★貸室抽選会				★アスレチック	1	金	iloinenモルック		ヤンキース			★アスレチック
千歳会輪なげ				★のりもの	2	土	宮元互楽民謡会					★のりもの
ロッキー(2)				★のりもの	3	日	男のカラオケ	コスモスの会				★のりもの
休館日(みどりの日)					4	月	休館日(みどりの日)					
休館日(こどもの日)					5	火	休館日(こどもの日)					
休館日(振替休日)					6	水	休館日(振替休日)					
リフレッシュヨガ				★のりもの	7	木	木蘭の会	イチゴクラブ	★卓球			★のりもの
皆楽来幸楽会	すずめの会	ファイターズ		★のりもの	8	金	★ひまわり倶楽部	平和の会	ヤンキース			★のりもの
池本二丁目寿会	土筆会		クローバーズ	★アスレチック	9	土	★民生としまる		ファイターズ			★アスレチック
千歳会			FUJIYAMA	★アスレチック	10	日	千歳会	コスモスの会 ローヤルコーポ	ヤンキース			★アスレチック
彬の会				★アスレチック	11	月	カラオケ花	★スマホ相談会				★アスレチック
いけほん自彊術		池本スポーツ吹矢		★アスレチック	12	火	幸楽会カラオケ	平和の会	かすみ草			★アスレチック
休館日					13	水	休館日					
皆楽来幸楽会	マシュマロ	池本卓球クラブ		★親子ボディケア ★アスレチック	14	木	木蘭の会	イチゴクラブ	★卓球			★アスレチック
かわせみの会	すずめの会		親子リトミック	★おはなし会 ★アスレチック	15	金	iloinenモルック	しあわせちぎり絵	親子リトミック			★アスレチック
のびのび体操				★のりもの	16	土	さつき会	さくら倶楽部			上池バトミントン	★のりもの
千歳会コーラス			若草会	★のりもの	17	日	男のカラオケ					★のりもの
★モルック		彬の会		★のりもの	18	月	カラオケ花	コスモスの会				★のりもの
いけほん自彊術		皆楽来幸楽会		★のりもの	19	火	やまびこの会	かすみ草	フラワークラブ			★のりもの
本町友の会	描きつばた	★卓球 ★CSW相談		★のりもの	20	水	★歌って元気!	平和の会	池本卓球クラブ			★のりもの
休館日					21	木	休館日					
リズム会	すずめの会	ファイターズ	親子リトミック	★のりもの	22	金	★うたレク体操	★出前相談	親子リトミック			★のりもの
千歳会輪なげ	土筆会		若草会	★アスレチック	23	土	男のカラオケ	さくら倶楽部			若葉クラブ	★アスレチック
親和町会幸楽会	さくら倶楽部		FUJIYAMA	★アスレチック	24	日	親和町会幸楽会	コスモスの会				★アスレチック
池本二丁目寿会		彬の会		★アスレチック	25	月	★いきいき体操					★アスレチック
やまびこの会		池本スポーツ吹矢	いけほん自彊術	★おたのしみ会	26	火	幸楽会カラオケ	かすみ草	フラワークラブ			★アスレチック
かわせみの会		★卓球	皆楽来幸楽会	★アスレチック	27	水	★出前寄席	平和の会				★アスレチック
マシュマロ	★ヒアリングフレイル	池本卓球クラブ		★アスレチック	28	木	リフレッシュヨガ		★卓球			★アスレチック
リズム会	すずめの会			★アスレチック	29	金	さつき会					★アスレチック
				★のりもの	30	土	ロッキー(2)				若葉クラブ	★のりもの
のびのび体操			クローバーズ	★親子体操	31	日	宮元互楽民謡会					★のりもの

毎週月曜日：10:00～16:00 Let's脳トレ<ラウンジ> 月～金：13:00～ ラジオ体操<ラウンジ> 月～金：11:15～ ちびっこタイム<キッズルーム>