



舞台発表会

14日(日)
1時～3時



区民ひろばを利用している団体の舞台発表です
子どもから大人まで多彩なチームが出演します
どなたでもご覧いただけます
みんな来てね

主催：区民ひろば池袋運営協議会
ひろば共催事業

尿失禁予防講座

25日(木)
1時30分～2時30分

排泄についての基本的な知識を学び、尿失禁予防になる運動や対策を行います

ご夫婦での参加大歓迎！



定員：30名
申込：6月11日(木)
主催：高齢者福祉課

モルックで一緒にあそぼう

10日(水)
3時30分～4時30分



スキップとの交流事業です
小学校の校庭で一緒にモルックしてみませんか？

大人の方 10名
申込：5月27日(水)

～今月の休館日～

6月12日(金) 臨時休館日

6月24日(水) 臨時休館日

*区民ひろばをご利用の際は、感染症対策のため、靴下等の着用をお願いします

	事業名	日程	時間	内容	定員	申込み 9時～電話可
65歳以上	わくわく脳トレ	9日 (火) 23日	1:30 ~ 2:30	ゲームやクイズを楽しみながら、認知症予防!	24名	5/26(火) 6/9(火)
	音楽で元気!!	4日 (木)	1:30 ~ 2:30	歌や楽器奏などで音楽を楽しみましょう 講師：木内愛弓氏	なし ※申込制	5/21(木)
	おぶちゃんの筋力アップ体操	15日 (月)	1:30 ~ 2:30	元気な先生と筋力アップを目指しましょう 持ち物：浴用タオル、飲み物 講師：小布施 由恵氏	35名	6/1(月)
	スマホ講習会	22日 (月)	10:00 ~ 12:00	LINEの使い方講座 講師：株式会社ソフマップ	12名	6/8(月)
子育て	こあらタイム	10日 (水)	10:30 ~ 11:00	赤ちゃん向けのふれあい遊びと1歳のお誕生会 対象：お誕生から1歳のお誕生月までの乳児親子	15組	受付中
	なかよしタイム	19日 (金)	10:30 ~ 11:10	「ミニ運動会」6月生まれのお誕生会もあります♪ 対象：1歳のお誕生月後からの幼児親子	20組	受付中
	Let's go! フィットリトミック	11日 (木)	10:30 ~ 11:30	マインストラクターと一緒に親子でいっぱい動いてあそぼう! 対象：1歳からの幼児親子 講師：小布施 由恵氏	20組	受付中
	ベビーマッサージ	5日 (金)	10:30 ~ 11:30	対象：生後8か月くらいまで 講師：古城恵子氏	20組	受付中
	サンデーおやこ体操	21日 (日)	10:30 ~ 11:15	対象：1歳から就学前の幼児親子 講師：榮南氏	20組	受付中
	プラレールで遊ぼう!	7日 (日) 28日 (日)	10:00 ~ 4:30	広い部屋でプラレールでおもいっきり遊べます 対象：乳幼児と保護者・小学生	なし	不要
	にこにこタイム	毎日	3:45 ~ 3:55	職員による読み聞かせや手遊び、体操などをします	なし	不要
	ホール開放	毎日	1:00 ~ 4:50	幼児は3時30分までコンビカーで遊べます 小学生は3時30分からあそべます (ホール開放できない日もあります)	なし	不要
どなたでも交流	ラジオ体操	毎日	9:30 ~ 9:40	ラジオ体操第一・第二	なし	不要
	みんなdeうたおう	18日 (木)	1:30 ~ 2:30	カラオケの曲に合わせてみんなで歌いましょう	30名	6/4(木)
	健康増進カラオケ	29日 (月)	1:30 ~ 3:30	カラオケを楽しみながら、交流しましょう お一人、2曲歌えます	12名	6/15(月)
	モルック	22日 (月)	1:30 ~ 2:30	ひろばの庭でモルックを楽しめます (雨天時は室内で行います)	20名	6/8(月)
	funfanギター	27日 (土)	2:00 ~ 4:00	みんなで一緒にギターを弾きましょう。 講師：福島環氏 対象：どなたでも	20名	6/13(土)
	クリーニング	15日 (月)	9:45 ~ 10:15	お庭のお手入れ	なし	不要
	スラックライン	17日 (水)	2:00 ~ 4:00	5センチ幅のベルトの上でバランスを楽しむ遊びです 今回は庭で長いラインで遊べます	なし	不要
運協	しいの樹フレイル予防体操	26日 (金)	2:00 ~ 3:00	対象：65歳以上 講師：高橋 奈保子氏	20名	6/13(土)
	役員会	16日 (火)	10:00 ~ 12:00	区民ひろば池袋運営協議会の役員会		
相談	おでかけ相談	17日 (水)	10:30 ~ 11:30	育児の悩みなど専門員に相談できます 主催：東部子ども家庭支援センター	なし	不要
	暮らしの何でも相談会	4日 (木)	2:20 ~ 3:20	コミュニティソーシャルワーカーが相談をお受けします 主催：豊島区民社会福祉協議会	なし	不要
	いけよん出前相談	15日 (月)	2:20 ~ 3:20	高齢者に関する全般的な相談をお受けします 主催：高齢者福祉課	なし	当日 お越しください



区民ひろば池袋 6月カレンダー



TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

		日	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4	5	6		
午前	ホール	<div style="border: 2px solid green; padding: 5px;"> 区民ひろば池袋 ホームページ  </div>	フラワークラブ		いけよん卓球クラブ			TTサークル		
	教養①		貸室抽選	貸室抽選	池袋ヨガの会	フレッシュ体操	★ベビーマッサージ	ホリデーピラティス		
	教養②							すみれ会		
午後	ホール		★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★音楽で元気	★ホール開放	★ホール開放		
	教養①	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px;"> ★主催事業 ☆運営協議会事業 </div>	和の会					はなみずき		
	教養②			いきいき麻雀		クローバー				
その他					暮らしの何でも相談会					
		7	8	9	10	11	12	13		
午前	ホール		フラワークラブ	サロンジャスミン	いけよん卓球クラブ	★Let'sgo! フィットリミック	休館日	TTサークル		
	教養①	★ブラレールであそぼう!			★こあらタイム			ホリデーピラティス		
	教養②							すみれ会		
午後	ホール	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	臨時	☆舞台発表会リハーサル		
	教養①	★ブラレールであそぼう!		★わくわく脳トレ	ひばりの会			はなみずき		
	教養②			いきいき麻雀		クローバー				
		14	15	16	17	18	19	20		
午前	ホール	☆舞台発表会準備	フラワークラブ			いけよん卓球クラブ	★なかよしタイム	TTサークル		
	教養①			☆運協役員会	池袋ヨガの会	フレッシュ体操				
	教養②							すみれ会		
午後	ホール	☆舞台発表会	★おぶちゃんの 筋力アップ体操	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放		
	教養①		和の会	ひばりの会	民生あかね班	★みんなdeうたおう		はなみずき		
	教養②			いきいき麻雀		クローバー				
		21	22	23	24	25	26	27		
午前	ホール	★サンデーおや子体操	フラワークラブ	サロンジャスミン	休館日	いけよん卓球クラブ		TTサークル		
	教養①		★スマホ講座	池袋ヨガの会		フレッシュ体操		ホリデーピラティス		
	教養②							すみれ会		
午後	ホール	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	臨時	だれでも食堂しいの樹	★ホール開放	★ホール開放		
	教養①		★モルック	★わくわく脳トレ		★尿失禁予防講座	☆しいの樹 フレイル予防体操	★funfanギター		
	教養②			いきいき麻雀		クローバー				
		28	29	30	<div style="border: 2px solid blue; padding: 5px;"> ・インクカートリッジ回収 ご家庭で使用した使用済み インクカートリッジを回収しています。 </div> <div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; margin-top: 5px;"> ・廃食油回収（毎月第4月曜日） 6月22日（月）9:00～12:30 不用となった食用油を回収します。 </div> <div style="border: 2px solid green; padding: 5px; margin-top: 5px;"> ◆豊島区民社会福祉協議会の CSW(コミュニティソーシャルワーカー) が常駐しています。 TEL 6864-2930 </div> <div style="border: 2px solid pink; padding: 5px; margin-top: 5px;"> ◆車椅子の短期貸出を 行っています。(1台)  </div>					
午前	ホール									
	教養①	★ブラレールであそぼう!								
	教養②									
午後	ホール	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放						
	教養①	★ブラレールであそぼう!	★健康増進カラオケ							
	教養②									

※予定は5月15日現在のものです。変更になる可能性もありますのでご了承ください。