

令和8年

7月区民ひろば池袋カレンダー



区民ひろば池袋
豊島区池袋4-21-10
TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

開館時間：9：00～17：00 休館日：祝日・年末年始・臨時休館日

おいしいお茶の淹れ方

16日(木)
2時～3時



正式なお茶の淹れ方を学び、自宅でお
いしいお茶を淹れて、ゆっくりとした時
間を過ごしてみませんか？

講師：大畑 嘉子氏
定員：16名 ※先着順
申込：7月2日(木) 電話可

主催：区民ひろば池袋運営協議会

夏まつりえんにちごっこ

8日(水)

第1部 10時30分～11時00分
第2部 11時10分～11時55分
楽しいゲームがいっぱいあります。

遊びに来てね！

対象：就学前の親子

持物：エコバッグ

定員：各回20組

申込：6月20日(土) 電話可



主催：区民ひろば池袋運営協議会
ひろば共催事業



夏の自習室

区民ひろばと地域文化創造館では夏休み期間に
静かな自習室を開設します。7/21(火)～8/31(月)の
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)
地域文化創造館(駒込・巣鴨・南大塚・雑司が谷)

夏休み企画！

マイボトルをデコろう！

24日(金)1部11時～12時 2部15時～16時

申込：7月9日(木)各回15名

対象：乳幼児・小学生

持ち物：貼りたいイラストやシール

※水筒は区民ひろばで用意します。



～今月の休館日～
7月10日(金)・7月22日(水) 臨時休館日
7月20日(月) 海の日

*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	14日(火) 28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	6/30(火) 7/15(水)
	音楽で元気!!	2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	6/20(土)
	おぶちゃんの 筋力アップ体操	13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 持物：浴用タオル、飲み物 講師：小布施 由恵氏	30名	6/29(月)
	スマホ個別相談会	6日(月)	10:00～12:00	個別相談会(1人20分) 講師：株式会社ソフマップ	8名	6/22(月)
子育て	こあらタイム	15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	17日(金)	10:30～11:10	「夏あそび」7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
	おはなし会	17日(金)	11:15～11:35	「なかよしタイム」終了後、図書館ボランティアによる 読み聞かせ等を行います	なし	不要
	Let's go! フィットリミック	9日(木)	10:30～11:15	マ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
	絵本とリミックの贈り物	24日(金)	①10:30～11:00 ②11:10～11:50	対象：①0歳児から1歳位までの乳児親子 対象：②1歳のお誕生月後から就学前の親子 講師：伊庭まゆみ氏・阿部寿子氏	15組 15組	6/20(土)
	ブラレールで遊ぼう！	4日(土) 19日(日)	10:00～4:30	広い部屋でブラレールでおもちゃ遊び遊べます 対象：乳幼児親子・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	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	17日(金)	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	7/3(金)
	健康増進カラオケ	23日(木)	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	7/9(木)
	モルック	27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	7/13(月)
	funfanギター	25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	7/11(土)
	クリーングリーン	15日(水)	11:00～	こあらタイム後庭の野菜を収穫します	なし	不要
	スラックライン	17日(金)	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びます	なし	不要
運協	しいの樹フレイル予防体操	24日(金)	2:00～3:00	対象：65歳以上 講師：高橋 奈保子氏	20名	7/9(木)
	役員会・委員会	21日(火)	10:00～12:00	区民ひろば池袋運営協議会の役員会・委員会		
相談	暮らしの何でも相談会	13日(月)	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	14日(火)	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 7月カレンダー



TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

		日			水	木	金	土	
			5	6	7	8	9	10	
午前	ホール	区民ひろば池袋 ホームページ 		フラワークラブ		いけよん卓球クラブ			
	教養①			★スマホ講座	池袋ヨガの会	☆夏まつりえんにちごっこ	★Let's go! フィットリミック	休館日 臨時	T・Tサークル
	教養②						フレッシュ体操		★ブラールであそぼう!
その他							すみれ会		
午後	ホール	★主催事業 ☆運営協議会事業		★ホール開放	☆夏まつりえんにちごっこ準備		★ホール開放		
	教養①			★ホール開放	和の会			★ホール開放	★ホール開放
	教養②					いきいき麻雀	クローバー		★ブラールであそぼう!
			12	13	14	15	16	17	
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			
	教養①				池袋ヨガの会	★こあらタイム	フレッシュ体操	★なかよしタイム	
	教養②								
午後	ホール		★ホール開放	★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	★図書館ボランティア	
	教養①		★ホール開放	和の会	★わくわく脳トレ	民生あかね班	★ホール開放	★スラックライン	
	教養②				いきいき麻雀		クローバー	★みんなdeうたおう	
			19	20	21	22	23	24	
午前	ホール				フラワークラブ		いけよん卓球クラブ	★絵本とリミックの贈り物	
	教養①	★ブラールであそぼう!	休館日 海の日	☆運協役員会、委員会		休館日 臨時	フレッシュ体操	★マイボトルをデコろう!	
	教養②							だれでも食堂しいの樹	すみれ会
その他									
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	
	教養①	★ブラールであそぼう!			ひばりの会		★健康増進カラオケ	☆しいの樹 フレイル予防体操	
	教養②				いきいき麻雀		クローバー	★マイボトルをデコろう!	
			26	27	28	29	30	31	
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	・廃食油回収 (毎月第4月曜日) 7月27日(月) 9:00から12:30 不用となった食用油 を回収します。	
	教養①					池袋ヨガの会	フレッシュ体操		
	教養②								
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	★ホール開放		
	教養①	はなみずき	★モルック	★わくわく脳トレ					
	教養②			いきいき麻雀					

※予定は6月18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。