



# 10月の区民ひろば南池袋

豊島区南池袋3-5-12

TEL 03-3984-5896

9:00から17:00(開館)

## ハロウィン☆フェスタ

みんなでハロウィンを楽しみましょう

10月17日(土)

10:30から11:15

絵本の読み聞かせやペーパーサートなど  
楽しいことが盛りだくさん!!  
トリックオアトリートでお菓子ももらえます

「ハロウィンランウェイ」で仮装をして  
花道を歩いてくれる方を大募集!  
参加される方は申込時にお伝えください

対象:乳幼児、小学生  
要予約 先着50組  
申込:10月2日(金)から

フォトスポットコーナー  
10月1日(木)から29日(木)

## 絵本の国の音あそび ほくほくやきいもパーティー

10月25日(日) 10:30から11:30

ワークショップで楽器作り、絵本の読み聞かせを楽しみながら、  
音楽に合わせて歌ったり、踊ったり、全身で音楽を楽しみます♪

未就学児と保護者

参加費:100円

(現金のみ当日払い)

定員:20組

申込:10月9日(金)から

出演者:絵本の国の音あそび

リトミック講師 大豆生田 美穂氏

アナウンサー 寺岡のぞみ氏

シンガーソングライター sugar me氏

## 音楽キャラバン

10月27日(火)

10:30から11:00

『ピアノ連弾』

東京音楽大学学生によるミニ音楽隊が  
音楽会をひらきます♪

対象:子どもと保護者

定員:30組

申込:10月9日(金)から

## 尿失禁予防講座

10月5日(月)10:30から11:30

排泄についての基本的な知識、尿失禁の  
予防になる運動や対策について学びます

講師:豊島区リハビリテーション従事者連絡会

対象:65歳以上 定員:20名

持ち物:筆記用具

申込:9月18日(金)から

## みみずくカップ 輪投げ大会

10月30日(金) 団体の部 午前10:00から

個人の部 午前11:00から

団体の部はサークル、家族、友人同士3人で1チーム作成  
個人の部は個人でどなたでも団体の部と重複OKです

申込:10月9日(金)から23日(金)まで

※練習日 午前午後19、26、27日 午前のみ28、29日

詳しくは職員までお問い合わせください

## 子育て

子育て支援WEB予約サービス

## ジモイク

※9月24日12時よりサービス開始

ジモイクは豊島区の子育てイベントや事業をWEB上で  
検索・予約できるシステムです

←こちらのQRコードからも申し込みが可能です



## 楽器であそぼう 10月1日(木) 10:30から11:20

講師:井上勢津氏

対象:3か月から10か月くらいまでの乳児

定員:8組 申込:9月17日(木)から

持ち物:バスタオルなど床に敷くもの(必要な方)

## おはなし会

10月2日(金) 10:30から

## & ボールプール

豊島区中央図書館ボランティア

による楽しい読み聞かせです

終了後、ボールプールが登場します

申込不要

## みんなでリトミック

10月4日(日)

①10:30から11:00

6か月くらいから1歳半くらいまで  
(おすわり・ハイハイ時期)

②11:10から11:40

1歳半くらいから3歳くらいまで  
(歩いて走って元気いっぱい時期)

講師:大豆生田 美穂氏

定員:各回15組 申込:9月17日(木)から

| 事業名                                                                                                                         | 日時                                         | 定員                | 申込日          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------|--------------|
| <br>ベビータ임<br>(0歳から1歳半)<br>ふれあい遊びと季節のせいさく   | 7日(水)<br>10:30                             | 25組               | 9月<br>17日(木) |
| おおきくなったね<br>(身体測定)                                                                                                          | 7日(水)<br>11:00                             | 申込不要<br>受付11:15まで |              |
| ベビーマッサージ<br>講師:丸山充世氏<br>(3か月から10か月くらいまで)<br>持ち物:バスタオル                                                                       | 28日(水)<br>10:30                            | 20組               | 10月<br>2日(金) |
| えいごであそぼう<br>講師:大崎弘子氏<br>(6か月から3歳くらいまで)                                                                                      | 13日(火)<br>10:30                            | 18組               | 9月<br>17日(木) |
| <br>おひさまタイム<br>(1歳半から)<br>ふれあい遊びと季節のせいさく | 21日(水)<br>10:30                            | 25組               | 10月<br>2日(金) |
| ミニコンサート&誕生会<br>出演:山崎拓未と音の仲間たち<br>10月生まれの方は申込時にお申し出ください                                                                      | 24日(土)<br>10:30                            | 30組               | 10月<br>2日(金) |
| わくわく紙芝居                                                                                                                     | 10日(土)<br>11:00                            | 申込不要              |              |
| のりものランド<br>対象:乳幼児                                                                                                           | 土・日 9:00から16:45<br>※予約不要<br>※利用出来ない場合もあります |                   |              |

## いきいき

| 事業名                             | 日時              | 定員   | 申込日                       |
|---------------------------------|-----------------|------|---------------------------|
| 南池ポッチャ                          | 6日(火)<br>10:30  | 18名  | 9月<br>25日(金)              |
| みんなで歌いましょう                      | 8日(木)<br>14:00  | 申込不要 |                           |
| スマイル体操<br>講師:木津美佳氏<br>持ち物:浴用タオル | 9日(金)<br>10:30  | 25名  | 9月<br>25日(金)              |
| としまる体操&脳トレ<br>持ち物:筆記用具          | 15日(木)<br>10:30 | 申込不要 |                           |
| レッツ音楽<br>講師:木内愛弓氏               | 19日(月)<br>10:30 | 30名  | 10月<br>5日(月)              |
| 健康柔力球<br>講師:大西 久美子氏             | 20日(火)<br>10:30 | 12名  | 10月<br>5日(月)              |
| りらっくす気功<br>講師:武内フク氏             | 26日(月)<br>10:30 | 25名  | 区内10月5日(月)<br>区外10月13日(火) |

※体操は動きやすい服装と上履きで、水分をお持ちください

## 楽しく俳句

お題は「秋」です

10月19日(月) 13:30から

講師:菅野孝夫氏

定員:10名 持ち物:筆記用具

申込:10月5日(月)から

## 楽しくハンドメイド

10月16日(金)10:30から12:00

米袋をリメイクして

トートバッグを作しましょう♪

対象:大人の方 定員:15名

申込:9月25日(金)から10月13日(火)まで



耳の聞こえは大事なサイン!

## ヒアリングフレイルチェック

10月15日(木) 10:00から12:00

申込は高田介護予防センター ☎03-3590-8116

## 相談室



暮らしの何でも  
相談会

30日(金)

10:30から11:30

豊島区民社会福祉協議会

## パンの販売

10月15日(木)

11:30頃から



NPO法人このは

※ 子育てランチルーム・2階交流ひろばでの食事は16時30分まで利用可  
※ 給水スポットを利用できます。水筒などはご持参ください  
※ 感染予防のため、大人の方は必ず靴下を着用ください



| 午 前                  |                      |                |               |    |   | 午 後             |              |                |         |
|----------------------|----------------------|----------------|---------------|----|---|-----------------|--------------|----------------|---------|
| 多目的ホール               | 会議室                  | 活動室            | スタジオM         |    |   | 多目的ホール          | 会議室          | 活動室            | スタジオM   |
|                      | 抽選会                  | 楽器であそぼう        |               | 1  | 木 |                 |              | まあ～おとめ会        | 親和豊寿会   |
| ペルセウス                | リフレッシュ体操             | おはなし会          |               | 2  | 金 | 太極拳<br>キャロット    |              | 南池袋正心会         | 友の会     |
| のりものランド              |                      |                |               | 3  | 土 | のりものランド         | 親和豊寿会        | 碁友会            | 和楽会     |
| みんなで<br>リトミック        |                      |                |               | 4  | 日 | のりものランド         |              |                | コスモス    |
| みゆうみゆうの<br>おはようリトミック | 尿失禁予防講座              |                |               | 5  | 月 | コーラスそら          | 雑二<br>ときわクラブ |                |         |
| 南池ボツチャ               |                      |                |               | 6  | 火 |                 |              | 絵手紙教室          |         |
| ベビータイム<br>おおきくなったね   | レイフラ                 |                |               | 7  | 水 | 混声合唱団<br>プレジール  | としまっくす       | 囲碁クラブ<br>O(オー) | 亀齢会     |
| 合同所長会                |                      |                |               | 8  | 木 | みんなで<br>歌いましょう  | 和楽会          |                |         |
| スマイル体操               |                      |                | 井澤<br>キーボードの会 | 9  | 金 | 太極拳<br>キャロット    |              | 南池袋正心会         | としまっくす  |
| のりものランド              | つながるサロン<br>ふくろうの杜    | わくわく紙芝居        |               | 10 | 土 | のりものランド         |              | 碁友会            |         |
| のりものランド              |                      |                |               | 11 | 日 | のりものランド         |              |                | コスモス    |
| 休館日(スポーツの日)          |                      |                |               | 12 | 月 | 休館日(スポーツの日)     |              |                |         |
| えいごであそぼう             |                      |                | 雑二<br>ときわクラブ  | 13 | 火 |                 | みみずくの杜       |                | 友楽会     |
| 臨時休館日                |                      |                |               | 14 | 水 | 臨時休館日           |              |                |         |
| レイフラ                 | としまる体操<br>&脳トレ       | としまる体操<br>&脳トレ | ヒアリング<br>フレイル | 15 | 木 | 女声合唱団<br>いにしえの風 |              |                | 親和豊寿会   |
| ペルセウス                | 楽しく<br>ハンドメイド        |                |               | 16 | 金 | 事業準備            | 事業準備         | 事業準備           | 事業準備    |
| ハロウィン<br>フェスタ        | ハロウィン<br>フェスタ        | ハロウィン<br>フェスタ  | ハロウィン<br>フェスタ | 17 | 土 | のりものランド         |              |                |         |
| のりものランド              |                      |                |               | 18 | 日 | のりものランド         | 南池袋<br>二三四町会 |                |         |
| レッツ音楽                |                      | 輪投げ練習          |               | 19 | 月 | 亀齢会             | 雑二<br>ときわクラブ | 輪投げ練習          | 楽しく俳句   |
| 健康柔力球                | つながるサロン<br>ふくろうの杜    |                | 雑二<br>ときわクラブ  | 20 | 火 | 親和豊寿会           | 理事会          | 絵手紙教室          | まあ～おとめ会 |
| おひさまタイム              |                      |                |               | 21 | 水 | 江戸芸研究会          | レイフラ         | 囲碁クラブ<br>O(オー) | 亀齢会     |
| 臨時休館日                |                      |                |               | 22 | 木 | 臨時休館日           |              |                |         |
| リフレッシュ体操             | ペルセウス                |                | 井澤<br>キーボードの会 | 23 | 金 |                 | としまっくす       | 南池袋正心会         | 友の会     |
| ミニコンサート<br>&誕生会      |                      |                | 控室            | 24 | 土 | のりものランド         |              | 碁友会            | 和楽会     |
| 絵本の国の<br>音あそび        |                      |                | 控室            | 25 | 日 | のりものランド         |              |                |         |
| りらっくす気功              | みゆうみゆうの<br>おはようリトミック | 輪投げ練習          | 控室            | 26 | 月 | 子どもスキップ         | 亀齢会          | 輪投げ練習          |         |
| 音楽キャラバン              |                      | 輪投げ練習          | 控室            | 27 | 火 |                 |              | 輪投げ練習          | 友楽会     |
| ベビーマッサージ             |                      | 輪投げ練習          |               | 28 | 水 | 混声合唱団<br>プレジール  | 江戸芸研究会       | 囲碁クラブ<br>O(オー) |         |
|                      | レイフラ                 | 輪投げ練習          |               | 29 | 木 | 事業準備            | 和楽会          | としまっくす         |         |
| 輪投げ大会                |                      |                |               | 30 | 金 | 輪投げ大会           |              | 南池袋正心会         |         |
| のりものランド              |                      |                |               | 31 | 土 | のりものランド         |              | 碁友会            |         |

