



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

11月の区民ひろば南池袋

豊島区南池袋3-5-12

TEL 03-3984-5896

9:00~17:00(開館)

ひろばホームページ



みみずくフェスタ

11月14日(土)

10:30から13:00(受付12:30まで)

オープニング:子どもスキップダンス ~申込不要~
:スティールパンバンドpangie 出演

カラオケのど自慢大会 ※事前申込:10月31日(土)から

①シニアの部 11:15から 定員:10名

②ファミリーの部 12:15から 定員:6組

ゲームコーナー、おやつコーナー(ポップコーン・わたあめ)

みみずくマルシェ(野菜など)、脳トレコーナー、体組成測定

お花の寄せ植え

(ブリコラージュフラワー)

11月21日(土)10:30から

~お花の苗を土に植え付け

春まで楽しめます~

講師:玉井美枝氏

材料費:2500円

定員:24名

対象:おとな

申込:11月1日(日)から

材料費を添えて窓口のみ



フラワーアレンジメント

「クリスマスリース作り」

12月6日(日)

14:00から15:30

講師:水野 エイジ氏

材料費:2500円 定員:28名

対象:小学4年生からどなたでも

※乳幼児連れ 不可

申込:11月15日(日)から

材料費を添えて窓口のみ



子育てWEB予約システム(ジモイク)をご利用ください
QRコードより登録、検索して予約できます



みんなでリトミック

①10:30から11:00

11月15日(日)

6か月くらいから1歳半くらいまで

講師:大豆生田 美穂氏

対象:乳幼児 定員:各回15組

申込:10月28日(水)から

②11:10から11:40

1歳半くらいから3歳くらいまで

水道キャラバン2026

11月20日(金)10:30から11:10

水滴くんと一緒に学ぼう! ×いないいないばあっ!

対象:乳幼児と保護者 定員:15組 申込:11月5日(木)から



おひさまタイム&交通安全教室

交通安全教室

11月25日(水)10:30から11:20

対象:乳幼児と保護者 申込:11月5日(木)から
おひさまタイムは手あそび歌やパネルシアター、季節のせいさく
交通安全教室は交通ルールなどのお話。お土産あり



ミニコンサート&誕生会

11月28日(土) 10:30から

申込:11月5日(木)から 11月生まれの方は申込時お申し出ください

出演:山崎拓未と音の仲間たち 定員:30組



あそんで相談:西部子ども家庭支援センター

11月19日(木) 10:00から11:30

いきいき

※体操は、動きやすい服装で水分をお持ちください

事業名	日時	定員	申込日
南池ポッチャ	10日(火) 10:30	18名	10月 26日(月)
みんなで歌いましょう	12日(木) 14:00	申込不要	
レッツ音楽 講師:木内愛弓氏	16日(月) 10:30	30名	10月 26日(月)
楽しく俳句 お題「秋」 講師:菅野孝夫氏	16日(月) 13:30	10名	10月 26日(月)
としまる体操&脳トレ 持ち物:筆記用具	19日(木) 10:30	申込不要	
健康柔力球 講師:大西 久美子氏	24日(火) 10:30	12名	11月 10日(火)
スマイル体操 講師:木津美佳氏 持ち物:浴用タオル	27日(金) 10:30	25名	11月 10日(火)
りらっくす気功 講師:武内フク氏	30日(月) 10:30	25名	区内 11月16日(月) 区外 11月24日(火)

足腰筋力アップで

転倒予防に取り組もう! 講座

11月5日(木)10:00から11:30

対象:区内 65歳以上

申込:高齢者福祉課介護予防グループ

電話:03-4566-2434

持ち物:筆記用具・水分補給



姿勢腰痛講座

姿勢を整え腰痛を予防しましょう!

11月9日(月)10:30から11:30

豊島区リハビリテーション従事者連絡会

申込:10月26日(月)から

定員:25名

持ち物:筆記用具



ザ・リッツ(体組成計)

無料で測定できます

対象:65歳以上の方

11月から3月 平日10時~16時

窓口でお申し出ください(予約不要)



※ 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

相談室

★包括出張相談★

11月10日(火)

11:20から11:50

ふくろうの杜

★まちの相談室★

11月19日(木)

10:20から11:00

高齢者福祉課

★暮らしの何でも相談会★

11月27日(金)

10:30から11:30

豊島区民社会福祉協議会

パンの販売

11月19日(木)

11:30頃から

NPO法人このは



2026

つながる・つながる・ひろばのMA!
スタンプラリー
ひろばをめぐるスタンプポン!

11月1日(日)~12月27日(日)

すべての区民ひろばでスタンプラリー
を開催! スタンプを押して
景品をもらおう!

令和8年 11月カレンダー

令和8年10月15日現在の予定です。変更になる場合もあります

TEL 03-3984-5896

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
のりものランド				1 日	のりものランド			コスモス
みゆうみゆうのおはようリトミック	抽選会			2 月		雑二ときわクラブ		
休 館 日(文化の日)				3 火	休 館 日(文化の日)			
ベビーマッサージ	レイフラ			4 水	江戸芸研究会	混声合唱団 エミーズ	囲碁クラブO (オー)	
足腰筋力アップ	フォークダンス アゼリア	楽器であそぼう		5 木	女声合唱団 いにしへの風	和楽会	まあ〜おとめ会	親和豊寿会
リフレッシュ体操	バルセウス	おはなし会 & ボールプール	井澤 キーボードの会	6 金	太極拳キャロット		南池袋正心会	友の会
のりものランド	つながるサロン ふくろうの杜			7 土	のりものランド	としまっくす	碁友会	
のりものランド	池袋東口 親和町会			8 日	のりものランド	親和豊寿会		コスモス
	姿勢腰痛講座			9 月	スキップ	みみずくの杜		
南池ボッチャ		CSW	雑二ときわクラブ	10 火			絵手紙教室	友楽会
ベビータム				11 水	混声合唱団 プレジール		亀齢会	としまっくす
フォークダンス アゼリア	レイフラ			12 木	みんなで歌いましょう		南池袋正心会	
事業準備				13 金	事業準備			
みみずくフェスタ				14 土	みみずくフェスタ			
みんなでリトミック				15 日	のりものランド	南池袋二三四町会		
レッツ音楽	みゆうみゆうのおはようリトミック			16 月	レイフラ		亀齢会	楽しく俳句
えいごであそぼう	つながるサロン ふくろうの杜		雑二ときわクラブ	17 火			絵手紙教室	
臨時休館日				18 水	臨時休館日			
たんぼぼ	としまる体操 & 脳トレ	としまる体操 & 脳トレ		19 木	和楽会	高田地区 民児協	南池袋正心会	親和豊寿会
水道キャラバン	リフレッシュ体操	バルセウス	井澤 キーボードの会	20 金	太極拳キャロット		まあ〜おとめ会	亀齢会
のりものランド	お花の寄せ植え	わくわく紙芝居		21 土	のりものランド	としまっくす	碁友会	和楽会
のりものランド				22 日	のりものランド			
休 館 日(勤労感謝の日)				23 月	休 館 日(勤労感謝の日)			
健康柔力球				24 火	雑二ときわクラブ		としまっくす	友楽会
おひさまタイム 交通安全教室	レイフラ			25 水	江戸芸研究会	混声合唱団 エミーズ	亀齢会	囲碁クラブO (オー)
臨時休館日				26 木	臨時休館日			
スマイル体操	のりものランド	バルセウス		27 金		親和豊寿会	南池袋正心会	友の会
ミニコンサート&誕生会			控室	28 土	のりものランド		碁友会	和楽会
のりものランド				29 日	のりものランド			
りらくす気功	コール・アダージョ		控室	30 月	スキップ			

は、主催事業です。

【抽選会のご案内】★12月分の貸室抽選日 11月2日(月)

<廃食油の回収 11月24日(火) 9:00~12:30>





みんなの
区民ひろばフェス

「青空コンサート2026」

11月21日(土) 10~16時@イク・サンパーク

音楽×アート×ダンスのワークショップを開催! マルシェも出店予定

「2026 スラックラインプロリーグ・第3戦」

11月22日(日) 10~16時@池袋西口公園

トップアスリートが集う、スラックライン競技の最高峰リーグ!