

※予約が必要なプログラムは9時15分から受け付けます。
※区民優先です。区外の方は実施日の前日より予約受付いたします

8月

区民ひろば 要

〒171-0043
豊島区要町1-5-1
電話03-3972-6338

区民ひろば要はみんなで作り上げていく「ひろば」です！
「元気な地域の拠点！」を目指します

つなごう平和のバトン

《区民ひろば要から未来へ》8月4日(月)から8日(金)

- ・歌のひろばスペシャル
『緑の会ミニコンサート』
日時：8月4日(月)
14時から14時30分
※歌のひろば前半の公演となります
定員：60名 対象：どなたでも
申込：7月8日(火)
- ・城西中学・高等学校
合唱部コンサート
『このまま永遠に夕風を』
日時：8月5日(火) 14時から14時45分
定員：60名 対象：どなたでも
申込：7月25日(金)
- ・平和の絵本展示
ひろばロビーにて展示します
- ・おりがみ教室 『連鶴を折ろう』
日時：8月6日(水)
①14時から15時 ②15時から16時
定員：各回20名 申込：7月25日(金)
講師：遠藤美代子氏
- ・神出鬼没！
スタッフによるミニミニコンサート
8日(金)1日限り！
心を込めて演奏します♪

◎ 絵本作家カワチ・レンさんの おはなし上映会&ワークショップ 8月21日(木)

- ☆上映会&クイズ
「おつきさまのおさんぽ」
時間：10時から10時30分
定員：30名
対象：どなたでも
申込：8月6日(水)
- ☆おつきさまのバスボムづくり
時間：11時から12時
定員：10組
対象：どなたでも
申込：8月6日(水)
参加費：500円
※代金を添えて窓口でお申し込みください

◎ としまアート 夏まつり よみしばい 『あらしのよるに』 8月7日(木) 10時30分から11時

定員：70名
対象：どなたでも
申込：7月12日(土)
主催：文化事業課

◎ シニア祭 9月12日(金) 10時から11時30分

地域の長寿の方々に
皆さまと共にお祝いします
出演：あんさんぶるアニマート
定員：65名
対象：どなたでも
申込：8月19日(火)

◆ スマホ個別相談会 8月7日(木)・21日(木)

①10時から ②10時30分から
③11時から ④11時30分から

講師：(株)ソフマップ
定員：各回3名
対象：65歳以上の方
申込：7月31日(木)
持ち物：スマートフォン

◎ ハンドメイドひろば 『アクアドームを 作ります』 8月21日(木) 14時から15時30分

定員：15名
対象：どなたでも
申込：8月7日(木)

◇ 乳幼児親子のための子育てプログラム

事業名	日程	時間	定員	予約開始	内容
おはなしぱたぼん	3(日)	11時から11時30分	15組	予約不要	読み手：大島あつ子氏 手遊び・パネルシアターなど
乳幼児健康相談	20(水)	①10時から ②10時30分から ③11時から	各6組	事前予約(前月の15日から) 身体測定・相談	長崎健康相談所のHPまたは電話(03-3957-1191) ★母子手帳とバスタオルをお持ちください
ベビーマッサージ	22(金)	10時30分から11時	12組	8月8日(金) 9時15分より	講師：丸山充世氏 対象：2ヵ月から10ヵ月 区民優先 ★ベビーオイルとバスタオルをお持ちください
身体測定	22(金)	11時から11時30分	なし	予約不要	身長・体重を測ります ★バスタオルをお持ちください
ふわころタイム	28(木)	10時30分から12時	15組	8月14日(木) 9時15分より	夏祭りごっこで楽しもう♪ *8月生まれのお友だちのお誕生をお祝いします
日曜リトミック	31(日)	①10時30分から11時 ②11時15分から11時45分	各15組	8月17日(日) 9時15分より	講師：砂川美咲氏 対象：6ヵ月以上 区民優先

◆ 65歳以上の方対象いきいきプログラム

やわらか頭体操	5(火)	10時30分から11時30分	なし	予約不要	脳トレ脳活にチャレンジ 区民優先 主催：運営協議会はつらつ部会
楽しいナンプレ	18(月)	10時30分から11時30分	30名	8月12日(火) 9時15分より	ナンプレを楽しみましょう 区民優先 主催：運営協議会はつらつ部会

◎ どなたでも参加できる交流プログラム

歌のひろば	4・18(月)	14時から15時	なし	予約不要	カラオケの曲に合わせてみなさんと一緒に歌いましょう 14時から14時30分は『緑の会』のミニコンサートです
としまる体操	50 6・20(水)	10時30分から11時15分	なし	予約不要	豊島区の介護予防体操
ピンポンタイム	13・27(水)	9時30分から11時30分	なし	予約不要	卓球を楽しみましょう(2台使用)
らくらく♪いす体操	50 19(火)	10時30分から11時30分	なし	予約不要	いす体操や歌いながらの運動でリフレッシュ！ 講師：高齢者福祉課 理学療法士
なつかし昭和のぬり絵サロン	26(火)	14時から15時30分	なし	予約不要	思い出の童謡を聴きながら、ぬり絵を楽しみましょう
創作倶楽部	毎週(水)	14時から16時	なし	予約不要	折り紙などを楽しみます 持ち物：折り紙
朝の体操	50 日曜を除く	9時15分から9時45分	なし	予約不要	講師：伊藤治子氏 太極拳24式 練功18法
ラジオ体操	50 日曜を除く	13時15分から13時30分	なし	予約不要	ラジオ体操第一・第二
囲碁・将棋	毎日	10時から16時	なし	予約不要	囲碁将棋のご用意があります お仲間とおいでください(各2台)

◆ ◎ お気軽にどうぞ！相談プログラム

まちの相談室	19(火)	11時から11時45分	フレイル予防・介護予防の専門家が巡回します 主催：高齢者福祉課
暮らしの何でも相談会	28(木)	11時から11時45分	CSW(コミュニティソーシャルワーカー)が各種相談をお受けします 主催：豊島区民社会福祉協議会

区民ひろば要 令和7年8月のカレンダー

豊島区要町1-5-1

☎03-3972-6338

	日	月	火	水	木	金	土					
日付	31	※令和7年7月8日現在の予定です ※事業の予定は都合により変更することがあります ※事業の予約は豊島区民の方が優先となります 地域SNS「ピアッサ」でも区民ひろばのイベント情報を発信しています アプリのダウンロードはこちらのQRコードから * 豊島区エリアを選択すると区民ひろばや豊島区の情報も見られます					1	2				
予約開始日												
午前	◇日曜リトミック ◇第2子育てひろば										貸室抽選会 ●かなめ健康ヨガ教室	◇第2子育てひろば ●横田会
午後	◇第2子育てひろば										●コーロ楓 ●シルバーマージャン教室	◇第2子育てひろば ●横田会
日付	3	4	5	6	7	8	9					
予約開始日				8/21 カワチレンさん上映会&ワークショップ	8/21 ハンドメイドひろば	8/22 ベビーマッサージ						
午前	◇おはなしぱたぼん ◇第2子育てひろば	●コール・アダージョ(要)	◇やわらか頭体操 運営協議会 区つらつ部会	◎としまる体操	◇としまアート夏まつり ◇スマホ個別相談会		◇第2子育てひろば ●横田会					
午後	◇第2子育てひろば	◎歌のひろば 『緑の会』ミニコンサート	◎城西中学・高等学校 コンサート	◎おりがみ教室 ◎創作倶楽部 ●健康マージャン要 ●コーロ楓	●カラオケ唱友会	●要町サロン ●シルバーマージャン教室	◇第2子育てひろば ●横田会					
日付	10	11	12	13	14	15	16					
予約開始日			8/18 楽しいナンプレ		8/28 ふわころタイム							
午前	休館日	山の日 休館日	●太極拳の会	◎ピンポンタイム		●かなめ健康ヨガ教室	◇第2子育てひろば ●要千会					
午後			●カラオケ唱友会	◎創作倶楽部 ●健康マージャン要			◇第2子育てひろば ●要千会					
日付	17	18	19	20	21	22	23					
予約開始日	8/31 日曜リトミック		9/12 シニア祭									
午前	◇第2子育てひろば	◇楽しいナンプレ	◎らくらくふいす体操 ◇まちの相談室 運営協議会 広報部会	◎としまる体操 ◇乳幼児健康相談	◇カワチ・レンさんのお話上映会 &ワークショップ ◇スマホ個別相談会	◇ベビーマッサージ ◇身体測定	◇第2子育てひろば ●要千会					
午後	◇第2子育てひろば ●タロット&星読み	◎歌のひろば	●カラオケ唱友会	◎創作倶楽部 ●健康マージャン要 ●混声合唱団Eミズ要	◎ハンドメイドひろば	●要町サロン ●シルバーマージャン教室	◇第2子育てひろば ●要千会					
日付	24	25	26	27	28	29	30					
予約開始日					9/4・9/18 スマホ個別相談会							
午前	◇第2子育てひろば	くりらぼ	●太極拳24式 ●水墨画の会 百花	◎ピンポンタイム	くりらぼ ◇ふわころタイム ◇暮らしの何でも相談会	●太極拳&ストレッチ ●太極拳長崎	子どもの芸術体験イベント					
午後	◇第2子育てひろば	くりらぼ	◎なつかし昭和のぬりえサロン ●カラオケ唱友会	◎創作倶楽部 ●健康マージャン要	くりらぼ	●シルバーマージャン教室 ●水墨画の会 百花	子どもの芸術体験イベント					

【開館時間】
午前9時～午後5時
【休館日】
・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)
* 祝日が日曜日と重なった場合
日曜日は開館し、翌日の月曜日が休館になります
・ひろばの設定した日

○館内では安全面と衛生面を考慮し、お子様以外の方に靴下の着用をお願いしています
○車いすの短期貸し出しをしています(65歳以上)
○使用済みの蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・乾電池(ボタン電池・充電式を除く)の
回収BOXを設置しています(1階フロア 階段右奥)