



令和7年 11月 区民ひろば千早「いきいき」予定表

URL : <https://hiroba-chihaya.org/>

NPO法人はばたけ千早(区民ひろば千早) 豊島区要町3-7-10

いきいき(1階) ☎3959-2281 FAX3959-2282 【開館時間】9時～17時

	日	月	火	水	木	金	土
午前	お知らせとお断り	※ 10月15日現在の予定ですので 変更する場合があります。 ※ 卓球 は二階です。利用可能日は裏面をご覧ください。 ※ 事業は、豊島区在住の方が優先となります。 ※ 朝の体操は開館日の9時30分～30分間です。 ※ 入館時は幼児以外は靴下の着用をお願いします。 ※ パンの販売日(12時前後)					1 輪投げ
午後		【表中文字の説明】 太字: 事業 細字: サークル 赤字: 記事有り					フレンドシップ ごらく会②
午前	2	3	4	5	6	7	8
午後	休館日	休館日 (文化の日)	貸室受付 区集貸出	楽しく筋トレ 呉式太極拳(11時～) 児童発達支援C	児童発達支援C	コーラス・FCK めだかサロン	千早いきいきクラブ (誕生会)
午前	9	10	11	12	13	14	15
午後	24式太極拳日曜会	笑寿会 職場会議	音楽で脳トレ体操 CSW何でも相談会 (9時50分～)	書道を楽しむ会 児童発達支援C	フリーマージャン	コーラス・FCK アメリカンキルト会	要町カラオケ同好会
午前	フレンドシップ ゆうこサロン	ポッチャ	カラオケもみじ会	う～んと運動 児童発達支援C	う～んと運動 出張相談 絵手紙	14時30分～15時 カラオケもみじ会 つくしの会	悠千会 第七ブロック役員会
午後	16	17	18	19	20	21	22
午前	イベント準備	コール・アダージョ 千早パステル会②	フィットネス要	楽しく筋トレ 児童発達支援C	NPO理事会 児童発達支援C	太極拳&ストレッチ アメリカンキルト会	百代会 (誕生会)
午後	収穫祭	呉式太極拳 要町吟詠会	ミシンの会 ミーティングルーム (14時～)	う～んと運動 語り部部会 児童発達支援C	う～んと運動 まなびすたーり 児童発達支援C	どれみみんなで歌おう マウスの会	
午前	23	24	25	26	27	28	29
午後	24式太極拳日曜会	振替休館日 (勤労感謝の日)	休館日	楽しく筋トレ 児童発達支援C	フリーマージャン 児童発達支援C	コーラス・FCK	要町カラオケ同好会 ギターCコモエスタ
午前	フレンドシップ ゆうこサロン 要町吟詠会			姿勢・腰痛講座 児童発達支援C	う～んと運動 児童発達支援C	悠千会	日本の歴史を学ぼう ごらく会②
午後	30	つなぐ・つながる・ひろばのWA! スタンプラリー ひろばを巡ってスタンプポン! 11月1日(土)～12月26日(金) 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!					
午前	ミシンの会 おもてなし英会話	【スマホ個別相談】 申込受付: 豊島区民 10月22日(水)～ (他区民 10月29日(水)～) ①13時30分～ ②14時00分～ ③14時30分～ ④15時00分～ 6日(木) ①13時30分～ ②14時00分～ ③14時30分～ ④15時00分～ 講師: (株)ソフマップ スタッフ					
午後		2025 つなぐ・つながる・ひろばのWA! スタンプラリー ひろばを巡ってスタンプポン! 11月1日(土)～12月26日(金) 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!					

収穫祭

16日(日)

I 部「楽しいピエロショー」
午前中・子育て(詳細裏面)

II 部 13時30分～15時
「落語」 広場亭芸太
「一人歌舞伎」
～与話情浮名横櫛～

定員: 70名
申込受付: 10月29日(水)～
(他区の方: 11月5日(水)～)

大根引換券を
差し上げます



日本の歴史を学ぼう

29日(土)13時30分～

「明治時代を創った 西郷隆盛」
講師: 榊原金市氏

どなたでもご参加
いただけます!



健康チャレンジ100P対象講座
100p 【姿勢・腰痛講座】

〈姿勢を整え、腰痛を予防する講座です〉

26日(水)13時30分～14時30分

申込受付: 12日(水)～
定員: 40名

講師: 豊島区リハビリテーション
/ 理学療法士





令和7年 11月区民ひろば千早「子育て」予定表



NPO法人はばたけ千早（区民ひろば千早）豊島区要町3-7-10
☎ 3959-5861 子育て専用（2階） 開館：9:00～17:00



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	収穫祭 16日(日)10:00～11:00 『楽しいピエロショー』クラウン・トガ ★申込10月29日(水)～ ひろばで育てた『大根引換券』の くじ引きが有ります		11月のびのびタイム＆誕生会 18日(火)11:00～11:45 ◎秋を楽しもう ◎11月生まれのお誕生会もあります ★申込4日(火)～窓口(電話可) 先着30組0才～未就先着30組 (サンシャインくるくるリサイクルがあります)		【水道キャラバン】 11月7日(金)10:30～11:00 東京都水道局による、水道水の の美味しさ安全性やいざという 時のための震災への備えなど ★申込10月22日(水)・ 先着20組		1 小中高生タイム
日	2	3	4	5	6	7	8
午前	休館日	休館日 (文化の日)	ほほえみタイム	ベビーマッサージ	大人の卓球タイム ひよこの日 東部お出かけ相談	水道キャラバン	パパといっしょに 遊ぼう
午後			小中高生タイム	小中高生卓球タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生タイム
日	9	10	11	12	13	14	15
午前	小中高生タイム	さくら千早クラブ	かるがも	みどり会	親子ピラティス	ミニアスレチック	小中高生タイム
午後	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生卓球タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生タイム
日	16	17	18	19	20	21	22
午前	収穫祭 楽しいピエロショー	さくら千早クラブ	のびのびタイム (誕生会)	小中高生タイム	大人の卓球タイム	たまごタイム ミニアスレチック	小中高生タイム
午後	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生卓球タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	小中高生タイム
日	23	24	25	26	27	28	29
午前	小中高生タイム	休館日 (勤労感謝の日 振替休日)	休館日	お・た・の・し・み！ みどり会	小中高生タイム	親子リトミック	小中高生タイム
午後	小中高生タイム			小中高生卓球タイム	小中高生タイム	小中高生タイム	
日	30	※予定表は変更する場合 もあります。 ※のりものは乗れない 時間帯があります。 ※16:50には室内消毒を 開始します。 ※来館の際は、靴下着用 をお願いします。					
午前	小中高生タイム	お・た・の・し・み！ 26日(水)11:00～11:30 講師：菅原 千賀子氏 絵本・手遊び パネルシアター等 当日先着15組		かるがも 11日(火)10:45～11:30 民生児童委員 歯科衛生士のおはなし 長崎健康相談所 当日先着15組		ほほえみタイム 4日(火)11:00～11:45 千早子どもの家保育園 の先生と季節の遊びを 楽しもう！ 当日先着15組	ひよこの日 6日(木)9:00～11:30 1歳以上未就学児の お子さんの身長体重 が測れます 事前申込不要
午後	小中高生タイム	お・た・の・し・み！		かるがも		ほほえみタイム	ひよこの日

ベビーマッサージ

5日（水）11:00～11:45
講師：横田千春氏
2ヶ月～8ヶ月まで
持ち物：バスタオル・オイル又は
クリーム・ローション・水分
★申込 10月22日（水）～
窓口（電話可）先着15組
12月3日（水）のベビーマッサージ
★申込11月19日（水）～



親子ピラティス

13日（木）10:30～11:15
講師：大塚知美氏
3ヶ月～9ヶ月「ハイハイ」まで
バスタオル・水分をお持ち下さい
★申込 10月30日（木）～
窓口（電話可）先着15組



たまごタイム

21日（金）11:00～11:45
1歳未満のお子様の
身長・体重測定、情報提供
ふれあい遊び
バスタオル・水分をお持ち下さい
★申込 7日（金）～
窓口（電話可）先着15組



パパといっしょに遊ぼう

8日（土）10:30～11:30
講師：理学療法士 鈴木享之氏
2歳～就学前まで
◎動きやすい服装・水分を
お持ちください
★申込 10月24日（金）～
窓口（電話可）先着15組
12月13日（土）のパパといっしょに遊ぼう
★申込 11月28日（金）～



親子リトミック 登録制

後期28日（金）
12/19・1/23・2/27・3/13
講師：下平麻紀氏
なかよしクラス10:30～11:00 2才～就学前
ひよこクラス 11:10～11:40 1才～2才未満
※当日定員に空きがある場合
は参加出来ます



大人の卓球タイム

6日（木）・20日（木）
1回目 9:15～10:30
2回目 10:30～11:45 ★各15人



お・た・の・し・み！

26日（水）11:00～11:30
講師：菅原 千賀子氏
絵本・手遊び
パネルシアター等
当日先着15組



かるがも

11日（火）10:45～11:30
民生児童委員
歯科衛生士のおはなし
長崎健康相談所
当日先着15組



ほほえみタイム

4日（火）11:00～11:45
千早子どもの家保育園
の先生と季節の遊びを
楽しもう！
当日先着15組



ひよこの日

6日（木）9:00～11:30
1歳以上未就学児の
お子さんの身長体重
が測れます 事前申込不要

