



令和 8年 5月 区民ひろば千早

NPO法人はばたけ千早
☎03-3959-2281(代表)
☎03-3959-5861(子育て直通)

所在地:豊島区要町3-7-10
FAX03-3959-2282
【開館時間】9:00~17:00



☆NPO通常総会

20日(水)
13時30分~

1部 通常総会
2部 紙芝居



おたのしみ会

29日(金)13時30分~

楽しいお話とピアノ演奏
講師:緑川るみ氏

どなたでもお気軽に
どうぞ



のびのびタイム

19日(火)11時~11時45分

体を動かして遊ぼう!
5月生まれの誕生会

★申込み4月27日(月)~窓口(電話可)
先着30組 0歳~未就学児



ゴーヤ講習会

12日(火)10時~

緑のカーテンで涼しく!
食べて元気に夏を乗り切りましょう!

ゴーヤの苗を配布します。*定員30名
申込受付:4月21日(火)~
1階受付まで<電話可>



ヒアリングフレイル

(予約制)

25日(月)14時~16時

申込み:高田介護予防センター
電話:03-3590-8116



親子リトミック

28日(木)10時30分~11時40分

講師 下平麻紀氏 毎月第4木曜日 (登録制)

前期 4/23・5/28・6/25・7/23・8月休・9/24

★申込み4月9日(木)~窓口(電話可)

なかよクラス1歳10ヶ月~就学前
ひよこクラス10ヶ月~1歳10ヶ月

各クラス30分の事業になります※ 詳しくは館内ポスターをご覧ください



	事業名	日時	内容	受付
いきいき	う~んと運動	水・木曜日(6・7・20日を除く) 13:30~14:30	簡単な脳トレと「としまる体操」	申込不要
	音楽で脳トレ体操	19日(火) 10:00~11:00	カラオケ機器の音楽や映像に合わせて、歌いながら手拍子、ステップ、ストレッチ等を楽しむ	申込不要
	輪投げ	21日(木)・29日(金) 10:00~12:00	輪投げを楽しんで健康増進!	申込不要
	ポッチャ	8日(金) 13:30~14:30	ポッチャを楽しむ~初めての方も大歓迎!	申込不要
	フリーマージャン	14・28日(木) 9:00~11:45	登録制:4人1組(5卓まで) 6月分受付は5月27日(水)までとし、抽選は翌28日(木)9時	事前申込
	大人の卓球タイム	21日(木) 9:15~11:45	交代制(9:15~10:30, 10:30~11:45)各15名<2階>	当日申込受付

子育て	のびのびタイム&誕生会	19日(火) 11:00~11:45	季節のイベントとお誕生会 *0歳~未就学児対象	申込受付(電話可) 4月27日(月)~先着30名
	たまごタイム	26日(火) 11:00~11:45	身長・体重測定・情報提供・ふれあい遊び *1歳未満のお子様対象(水分・バスタオル持参)	申込受付(電話可) 5月12日(火)~先着15名
	ひよこの日	1日(金) 9:00~11:30	お子様の身長・体重が測れます *1歳以上未就学児	申込不要
	ベビーマッサージ	20日(水) 11:00~11:45	*2ヶ月~8ヶ月までのお子様対象 講師:横田千春氏 バスタオル・オイル又はクリームかローション・水分持参	申込受付(電話可) 4月28日(火)~先着15組
	親子ピラティス	14日(木) 10:30~11:15	*3ヶ月~9か月「ハイハイ」まで対象 バスタオル・水分持参 講師:大塚知美氏	申込受付(電話可) 4月30日(木)~先着15組
	親子リトミック	28日(木) 10:30~11:40	*なかよクラス10:30~11:00(1歳10ヶ月~就学前) *ひよこクラス11:10~11:40(10ヶ月~1歳10ヶ月) 講師:下平麻紀氏	★登録制です 当日空きがあれば参加可
	パパと一緒に遊ぼう	16日(土) 10:30~11:30	*2歳以上のお子様対象です 動きやすい服装・水分持参 講師:理学療法士 鈴木享之氏	申込受付(電話可) 5月1日(金)~先着15組
	ほほえみタイム	12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
	ミニアスレチック	1・8・22・29日(金) 9:00~11:45	ミニトランポリン・ミニすべり台等であそべます	
	プラレールの日	9日(土)・26日(火) 9:00~11:45	プラレールで遊べます	
	小中高生チャレンジタイム	カレンダー参照 13:30~16:30	フリスビー・ビーチボール等で遊べます	窓口受付
	小中高生卓球タイム	13・27(水) 13:30~16:30	小中高生対象の卓球タイムです	窓口受付
	小中高生ヨーヨータイム	13日(水) 14:30~16:30	小中高生対象のヨーヨー体験会です(ヨーヨー貸出しあり)	窓口受付

相談	出張相談	14日(木)	西部高齢者総合相談センターによる相談会	申込不要
	CSW何でも相談	12日(火)	社会福祉協議会による相談会 11:00~12:00	申込不要

区民ひろば千早 令和8年5月 カレンダー

		日	月	火	水	木	金	土	
いきいきひろば (1階)	午前		 1階ロビーで朝の体操をしています (9時30分から30分間)  パン<茜パン工房>の販売(12時前後)					1 貸室受付 コーラス・FCK めだかサロン	2 要町カラオケ同好会
	午後		8 コーラス・FCK	9 ギターCコモエスタ					
	午前	3	4 休館日	5 休館日	6 休館日	7 休館日	8 コーラス・FCK	9 ギターCコモエスタ	
	午後		みどりの日	こどもの日	振替休日		アメリカンキルト会 ポッチャ	フレンドシップ	
	午前	10 24式太極拳日曜会	11 呉式太極拳 笑寿会 職場会議	12 ゴーヤ講習会 CSW何でも相談	13 楽しく筋トレ	14 フリーマージャン	15 休館日	16 要町カラオケ同好会	
	午後	悠千会 ゆうこサロン	ミシンの会	カラオケもみじ会 まなびすたーり	う〜んと運動 要町吟詠会	う〜んと運動 絵手紙 児童発達支援C	出張相談	大黒連 第七ブロック 千早いこいクラブ ごらく会②	
	午前	17 区集貸出	18 呉式太極拳 笑寿会 千早パステル会②	19 音楽で脳トレ体操	20 楽しく筋トレ	21 輪投げ	22 アメリカンキルト会	23 千早いこいクラブ (総会・誕生会)	
	午後		ライオン・キングス	カラオケもみじ会 まなびすたーり	NPO通常総会	う〜んと運動	カラオケもみじ会	千早いこいクラブ (総会・誕生会) 百代会	
	午前	24 24式太極拳日曜会	25 マウスの会	26 まなびすたーり	27 楽しく筋トレ	28 フリーマージャン	29 輪投げ	30 悠千会 大黒連 ごらく会②	
	午後	ゆうこサロン	要町吟詠会 ヒアリングフレイル	ミシンの会 ミーティングルーム まなびすたーり	う〜んと運動	う〜んと運動	コーラス・FCK おたのしみ会		
	午前	31 ギターCコモエスタ	 ♥ ハートマークはのりものが乗れます。 * のりものに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。				1 ミニアスレチック ひよこの日	2 小中高生 チャレンジタイム	
	午後	フレンドシップ					小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	
	子育てひろば (2階)	午前	♥ 3	4 休館日	5 休館日	6 休館日	7 休館日	8 ミニアスレチック	9 プラレールの日
		午後	小中高生 チャレンジタイム	みどりの日	こどもの日	振替休日		小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム
午前		♥ 10	11 さくら千早クラブ	12 ほほえみタイム	13 みどり会	14 親子ピラティス	15 休館日	16 パパと一緒に 遊ぼう	
午後		小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生卓球タイム ヨーヨータイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	
午前		♥ 17	18 さくら千早クラブ	19 のびのびタイム	20 ベビーマッサージ	21 大人の卓球タイム	22 ミニアスレチック	23 ミニアスレチック	
午後		小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	
午前		♥ 24/31	25 さくら千早クラブ	26 たまごタイム プラレールの日	27 みどり会	28 親子リトミック	29 ミニアスレチック	30 ミニアスレチック	
午後	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生卓球タイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム		

お断り

- * 4月15日現在の予定ですので変更する場合があります。
- * 事業は、豊島区在住の方が優先となる場合があります。
- * 入館時は靴下の着用をお願いします。

赤字:裏面に記事有