



令和 8年 8月 区民ひろば千早



区民ひろば千早
ホームページ



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



文化祭実行委員会

8月28日(金)13時30分～15時30分

10月30日(金)・31日(土)の文化祭に出展・出演されるサークルの代表者はご参加ください

※当日、参加の可否アンケートをご持参ください



ヤクルト

高齢者向けおなか元気教室

20日(木)13時30分～1時間程度
腸を丈夫にすることが健康を支えるのに重要であるという「健腸長寿」という考えをもとにした講座です

申込み: 8月6日(木)～
定員: 30名



夏の自習室



下記の通り、区民ひろばと地域文化創造館では夏休み期間に静かな自習室を開設します

7/21(火)～8/31(月)の平日(休館日除く)
10時～16時

区民ひろば(千早・朝日・池袋本町・椎名町・高松)
地域文化創造館(駒込・巣鴨・南大塚・雑司ヶ谷)

午後の音楽

21日(金)13時30分～14時30分

戦後80年を過ぎた今日、映画音楽で昔を振り返りましょう

申込受付: 8月7日(金)～
定員: 36名



夏休み特別企画 かみしばい

21日(金)11時～11時40分

紙芝居師 笛 ナルミ氏

怖くない怖～い話

「あなたの知らない世界」

「どうくつ」 他 2作品

★申込み3日(月)～ 先着30名



アーバンスポーツ体験会

3日(月) 出入り自由

午前10時～12時

午後13時～15時30分

(指スケ・スラックレール・けん玉・ダンス・ろうむし)

初めての方も気軽に参加できます

★申込不要



のびのびタイム

25日(火)11時～11時45分

夏を楽しもう

8月生まれの誕生会

★申込み10日(月)～窓口(電話可)
先着30組 0歳～未就学児

	事業名	日時	内容	受付
いきいき	う～んと運動	水・木(5・6・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	18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	10日(月)、25日(火) 10:00～12:00	輪投げを楽しんで健康増進!	申込不要
	ポッチャ	6日(木) 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	13・27日(木) 9:10～11:45	登録制: 4人1組(5卓まで) 8月分受付は7月22日(水)までとし、抽選は翌23日(木)9時	事前申込
	大人の卓球タイム	6・20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	25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) 10日(月)～先着30組
	たまごタイム	28日(金) 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) 13日(木)～先着15組
	ひよこの日	7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	お休みです	*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) 先着15組
	親子ピラティス	お休みです	*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) 先着15組
	親子リトミック	お休みです	*なかよしクラス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	お休みです	*2歳以上のお子様～未就学児対象です 動きやすい服装・水分持参 講師: 理学療法士 鈴木享之氏	
	ほほえみタイム	お休みです	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	7・21・28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	4日・8日(土)・18日 9:00～11:45	プラレールで遊べます (イベントなどの無い毎週火曜日)	
	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	12・26日(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	29日(土) 10:00～12:00	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	お休みです	西部高齢者総合相談センターによる相談会 14:30～14:45	申込不要
	CSW何でも相談	お休みです	社会福祉協議会による相談会 13:30～14:30	申込不要



区民ひろば千早 令和8年8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)		夏の自習室		夏の自習室		1 要町カラオケ同好会
	午後							フレンドシップ ごらく会②
		2	3 貸室受付 夏の自習室	4 夏の自習室	5 休館日	6 夏の自習室 児童発達支援C ポッチャ 夏の自習室 児童発達支援C	7 コーラス・FCK めだかサロン 夏の自習室	8 ギターCコモエスタ
	午前							
	午後	区集貸出	夏の自習室	夏の自習室 まなびすたーり			つくしの会 マウスの会 夏の自習室	悠千会 大黒連
		9	10 輪投げ	11	12	13 フリーマージャン	14	15
	午前	24式太極拳日曜会						
	午後	区集貸出 カラオケもみじ会 ゆうこサロン	夏の自習室	休館日	夏の自習室 う〜んと運動	夏の自習室 う〜んと運動	休館日	第七ブロック 千早いこいクラブ 役員会 ごらく会②
		16	17 笑寿会	18 山の日 音楽で脳トレ体操	19 楽しく筋トレ	20 イベント準備	21 太極拳&ストレッチ	22 要町カラオケ同好会
	午前	まなびすたーり	夏の自習室	夏の自習室	夏の自習室	夏の自習室	夏の自習室	ギターCコモエスタ
	午後	カラオケもみじ会	ライオン・キングス	夏の自習室 まなびすたーり	夏の自習室 う〜んと運動	ヤクルトおなか元気 夏の自習室 児童発達支援C	午後の音楽	フレンドシップ
		23	24 コール・アダージョ	25 輪投げ	26 楽しく筋トレ 英語おもしろ倶楽部	27 フリーマージャン	28 コーラス・FCK	29
	午前	24式太極拳日曜会						
	午後	カラオケもみじ会 ゆうこサロン	夏の自習室 マウスの会 要町吟詠会 夏の自習室	夏の自習室 まなびすたーり	夏の自習室 う〜んと運動	夏の自習室 う〜んと運動 夏の自習室 児童発達支援C	文化祭実行委員会 夏の自習室	フレンドシップ 大黒連
		30	31 笑寿会 夏の自習室	♥ 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 小中高生 チャレンジタイム
	午後	悠千会	夏の自習室					
子育てひろば（2階）		♥ 2	♥ 3 アーバンスポーツ 体験会	♥ 4 プラレールの日	5 休館日	♥ 6 大人の卓球タイム	7 ミニアスレチック	♥ 8 プラレールの日
	午前							
	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
		♥ 9	♥ 10 さくら千早クラブ	♥ 11 休館日	♥ 12 みどり会	♥ 13	♥ 14 休館日	♥ 15
	午前							
	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	山の日	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
		♥ 16	♥ 17	♥ 18 プラレールの日	♥ 19	♥ 20 大人の卓球タイム	21 かみしばい	♥ 22
	午前							
	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
		♥ 23/30	♥ 24/31	25 のびのびタイム	♥ 26 みどり会	♥ 27	♥ 28 ミニアスレチック たまごタイム	♥ 29 ヨーヨータイム
	午前		さくら千早クラブ					
	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

- * 7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。