



令和 8年 9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

敬老の集い

15日(火)13時30分~

【落語】 三遊亭窓輝 師匠

【米寿の方へお花贈呈】

米寿の方は当ひろばで利用証を

作っている方が対象です

区内申込み:1日(火)~ 定員:65名

区外申込み:8日(火)~



日本の歴史を学ぼう

26日(土)13時30分~

日本の経済を創った男 渋沢栄一

第一銀行を基盤として、日本の近代化の
基盤となる500社の会社立上げに関わり
を持った人物像とは?!

講師:榊原金一氏

どなたでも!



のびのびタイム

15日(火)11時~11時45分

運動会ごっこを楽しもう ♡9月生まれの誕生会

★申込み1日(火)~窓口(電話可)

先着30組 0歳~未就学児



サンシャインシティによる「くるくるリサイクル会」
あります。絵本と子ども服のリサイクルです。



尿失禁予防講座

24日(木)13時30分~

尿失禁予防になる運動や対策に
ついてお話しします

申込み:2日(水)~

定員:20名



おたのしみ会

25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!



ママと一緒に遊ぼう

11日(金)10時30分~11時30分

理学療法士 片見奈々子氏

ピラティスを通して身体のケアを行います
ふれあい遊びもあります

★申込み8月27日(木)~窓口(電話可)

先着15組

対象:0歳~2歳のお子様とママ



交通安全研修会

8日(火)11時40分~12時10分

親子対象の交通安全に関する話

目白警察署

★申込み8月28日(金)~窓口(電話可)

先着12組

※お土産あります



	事業名	日時	内容	受付
いきいき	う~んと運動	水・木(9,17,23,24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	8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	3日(木) 10:00~12:00	輪投げを楽しんで健康増進!	申込不要
	ポッチャ	11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	10・24日(木) 9:10~11:45	登録制:4人1組(6卓まで) 10月分受付は9月20日(日)までとし、抽選は24日(木)9時10分	事前申込
	大人の卓球タイム	3・17日(木) 9:15~11:45	交代制(9:15~10:30, 10:35~11:45)各15名<2階>	当日申込受付

子育て	のびのびタイム&誕生会	15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) 1日(火)~先着30組
	たまごタイム	29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) 15日(火)~先着15組
	ひよこの日	4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	2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) 8/19日(水)~先着15組
	親子ピラティス	10日(木) 10:30~11:15	*3ヶ月~9ヶ月「ハイハイ」まで対象 講師:大塚知美氏 バスタオル・水分持参	申込受付(電話可) 8/27(木)~先着15組
	親子リトミック	24日(木) 10:30~11:40	*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9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	12日(土) 10:30~11:30	*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	申込受付(電話可) 8/28(金)~先着15組
	ほほえみタイム	8日(火) 11:00~11:40	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
	ママと一緒に遊ぼう	11日(金) 10:30~11:30	0歳~2歳未満の親子対象です 身体ケアと親子のスキンシップ 講師:片見奈々子氏	申込受付(電話可) 8/28(金)~先着15組
	かるがも	1日(火) 10:45~11:30	民生児童委員主催 小布施氏による親子体操	申込受付(電話可) 8/18日(火)~先着15組
	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	2・30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	30日(水) 15:30~16:30	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	3日(木)	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	15日(火)	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9月 カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
いきいきひろば (1階)			1 貸室受付	2 楽しく筋トレ	3 輪投げ 児童発達支援C	4 コーラス・FCK めだかサロン	5 要町カラオケ同好会 ギターCコモエスタ
				う〜んと運動 CSWぷらっと	う〜んと運動 出張相談 児童発達支援C	カラオケもみじ会 マウスの会	悠千会 大黒連 ごらく会②
	6	7	8	9	10	11	12
	午前 24式太極拳日曜会		音楽で脳トレ体操	休館日	フリーマージャン	太極拳&ストレッチ	
	午後 フレンドシップ	職場会議	カラオケもみじ会 まなびすたーり		う〜んと運動 絵手紙 児童発達支援C	アメリカンキルト会	区集貸出 フレンドシップ 大黒連 ごらく会②
	13	14	15	16	17	18	19
	午前 笑寿会	要町吟詠会	イベント準備	楽しく筋トレ 呉式太極拳	区民活動推進課 NPO理事会 語り部部会	休館日	要町カラオケ同好会
	午後 カラオケもみじ会 ゆうこサロン	ライオンキングス マウスの会	敬老の集い CSW何でも相談 まなびすたーり	う〜んと運動	区民活動推進課		要町吟詠会 第七ブロック 千早いきいきクラブ 役員会 ごらく会②
	20	21	22	23	24	25	26
	午前 24式太極拳日曜会	休館日	休館日	休館日	フリーマージャン	福祉総務課	千早二丁目町会
	午後 フレンドシップ ゆうこサロン				児童発達支援C 尿失禁予防講座	アメリカンキルト会 おたのしみ会	ギターCコモエスタ 日本の歴史を学ぼう ごらく会②
	27	28	29	30	 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)		
	午前 悠千会	コールアダージョ	まち探検	英語おもしろ倶楽部			
	午後 豊島Donna	呉式太極拳	悠千会 ミーティングルーム まなびすたーり	う〜んと運動			

子育てひろば (2階)			1 かるがも	2 ベビーマッサージ みどり会	3 大人の卓球タイム	4 ミニアスレチック ひよこの日	5
			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
	6	7	8	9	10	11	12
	午前 さくら千早クラブ	さくら千早クラブ	ほほえみタイム 交通安全研修会	休館日	親子ピラティス	ママと一緒に遊ぼう	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 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
	13	14	15	16	17	18	19
	午前 さくら千早クラブ	さくら千早クラブ	のびのびタイム		大人の卓球タイム	休館日	プラレールの日
	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
	20	21	22	23	24	25	26
	午前 小中高生 チャレンジタイム	休館日	休館日	休館日	親子リトミック	ミニアスレチック	
	午後 小中高生 チャレンジタイム	敬老の日	国民の休日	秋分の日	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム	小中高生 チャレンジタイム
	27	28	29	30	 ハートマークのはり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。		
	午前 さくら千早クラブ	たまごタイム プラレールの日	みどり会				
	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			

お断り

- * 8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。