



令和 8年11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

ジモイク

子育て事業の申し込みは
こちらから



交流事業 収穫祭

21日(土)受付10時10分~
【劇団ぽけっと】開演10時30分~
【歌のおねえさん】森菜々子氏 開演11時15分~
申込受付 豊島区内 11/4(水)~(区外 11/12(木)~)
いきいき:電話・受付にて 先着 70名
子育て:電話・受付にて 先着 30名

大根引換券は当日11時までの
配布となります
(時間厳守をお願いします)



のびのびタイム

17日(火)11時~11時45分
秋っていいな
11月生まれの誕生会
★3日(火)~
上記 ジモイクにて申込
先着30組 0歳~未就学児



水道キャラバン

13日(金)11時~11時40分
安全でおいしい水道水のお話し
水滴ちゃんと一緒に学ぼう×
いないいないばあ!
(アンケートと引き換えにお土産あり)
★10月24日(土)~
上記 ジモイクにて申込
先着15組
主催:東京都水道局



日本の歴史を学ぼう

28日(土)13時30分~
豊臣兄弟
秀吉の天下統一を支えた
秀長とその実像
講師:榊原金一氏
どなたでも



おたのしみ会

13日(金)13時30分~
講師:緑川るみ氏
どなたでもお気軽に
どうぞ



姿勢・腰痛講座

*正しい姿勢を学び腰痛を
予防しましょう!
18日(水)
13時30分~14時30分
申込受付:11月4日(水)~
(先着30名)



食育講習会

25日(水)11時~11時45分
~幼児食について~
食べるって楽しい
「自分で食べたい」をサポートしながら
(お話しとメニュー紹介、実演あり、一部試食あり)
★1日(日)~上記 ジモイクにて申込
先着15組 長崎健康相談所 栄養士

	事業名	日時	内容	受付
いきいき	う~んと運動	水・木(12.18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	10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	17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	12日(木) 13:30~14:30	ポッチャを楽しむ~初めての方でも大歓迎!	申込不要
	フリーマージャン	12・26日(木) 9:10~11:45	登録制:4人1組(6卓まで) 11月分受付は10月21日(水)までとし、抽選は22日(木)9時10分	事前申込
	大人の卓球タイム	5・19日(木) 9:15~11:45	交代制(9:15~10:30, 10:35~11:50)各15名<2階>	当日申込受付

子育て	のびのびタイム&誕生会	17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(ジモイク) 3日(火)~先着30組
	たまごタイム	24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(ジモイク) 10日(火)~先着15組
	ひよこの日	6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	4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(ジモイク) 10/21日(水)~先着15組
	親子ピラティス	12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(ジモイク) 10/29(木)~先着15組
	親子リトミック	26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	申込(ジモイク) 12日(木)~先着15組
	パパと一緒に遊ぼう	28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(ジモイク) 13日(金)~先着15組
	水道キャラバン	13日(金) 11:00~11:40	安全でおいしい水道水のお話し 東京都水道局	申込(ジモイク) 10/24日(土)~先着15組
	おはなし会	5日(木) 10:30~11:00	中央図書館ボランティアによる絵本、紙芝居の読み聞かせ	当日先着15組
	食育講習会	25日(水) 11:00~11:45	幼児食について食べるって楽しい 長崎健康相談所栄養士	申込(ジモイク) 11/1日(日)~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	4・25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	4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	10日(火)	西部高齢者総合相談センターによる相談会 11:00~11:10	申込不要
	CSW何でも相談	21日(土)	社会福祉協議会による相談会 10:20~	申込不要

区民ひろば千早 令和8年11月 カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
いきいきひろば（1階）	 1	 2	3	 4	 5	 6	 7
	午前			楽しく筋トレ	英語おもしろ倶楽部 児童発達支援C	コーラス・FCK めだかサロン	要町カラオケ同好会
	午後	フレンドシップ ゆうこサロン	呉式太極拳 要町吟詠会	休館日	う〜んと運動	う〜んと運動	悠千会
			文化の日		児童発達支援C	マウスの会	ごらく会②
	8	 9	10	11	 12	 13	 14
	午前	24式太極拳日曜会	貸出 出張相談		フリーマージャン	コーラス・FCK	貸出
	午後	フレンドシップ	職場会議	休館日	児童発達支援C	アメリカンキルト会	区集貸出
			カラオケもみじ会 まなびすたーり		ポッチャ 絵手紙 児童発達支援C	おたのしみ会 つくしの会	区集貸出
	15	 16	17	18	 19	20	21
	午前		千早バステル会②	楽しく筋トレ	NPO理事会 語り部部会 児童発達支援C	休館日	収穫祭
	午後	フレンドシップ ゆうこサロン	呉式太極拳 マウスの会	姿勢腰痛講座	う〜んと運動		
			まなびすたーり		児童発達支援C		
	22	 23	24	25	 26	 27	 28
	午前	24式太極拳日曜会 まなびすたーり	休館日	楽しく筋トレ	フリーマージャン	太極拳&ストレッチ	要町カラオケ同好会
	午後	悠千会	勤労感謝の日	ミーティングルーム まなびすたーり	う〜んと運動	アメリカンキルト会 CSW講演会	日本の歴史を学ぼう 第七ブロック 役員会 千早いきいクラブ
	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（正午前後）				
	午前	笑寿会 要町吟詠会					
	午後	百代会（誕生会） ライオンキングス フレイルチェック					

みんなの
区民ひろばフェス

11/21（土）10～16時@イケ・サンパーク 青空コンサート
11/22（日）10～16時@西口公園スラックラインプロリーグ

子育てひろば（2階）	 1	 2	3	 4	5	6	 7
	午前		休館日	ベビーマッサージ みどり会	おはなし会 大人の卓球タイム	ミニアスレチック ひよこの日	
	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
			文化の日				
	 8	 9	 10	11	12	13	 14
	午前		さくら千早クラブ	プラレールの日	親子ピラティス	水道キャラバン	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	小中高生 チャレンジタイム
				休館日			
	 15	 16	 17	 18	 19	20	21
	午前		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	収穫祭
	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		
	 22	 23	 24	 25	26	27	28
	午前		たまごタイム プラレールの日	食育講習会 みどり会	親子リトミック	ミニアスレチック	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
		休館日					
	 29	 30	 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。				
	午前	さくら千早クラブ					
	午後	小中高生 チャレンジタイム					



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。
- * 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。