



令和7年 12月 区民ひろば朋有



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

お知らせ

12月28日(日)から
1月4日(日)は臨時
休館及び年末年始の
ためお休みです



♡親子クリスマスコンサート

14日(日)10:30~11:30

出演: むんちゃん
(保育アーティスト)

対象: 乳幼児親子

定員: 30組

申込み: 11月30日(日)から



区民ひろば朋有運営協議会主催

◆朗読とコンサート

～おとなのためのクリスマス～

19日(金)13:30~14:45

出演: ちょっといいお話の会

山ちゃんと音のなかまたち

対象: 18才以上

定員: 50名

申込み: 5日(金)から



♡交通安全研修会

17日(水)

15:00~15:30

講師: 東鳴警察署署員

対象: 乳幼児親子

定員: 15組

申込み: 3日(水)から

*おみやげあります



♡お出かけ相談

11日(木)(育児相談)
10:30~11:30

東部子ども家庭
支援センタースタッフと
お子さんを遊ばせながら
育児のお悩みなどを相談
できます

申込み不要
当日、直接ご来館ください

SDGsひとときタイム

～絵手紙体験 with 秋桜会～

23日(火)13:30~14:30

対象: 65才以上

定員: 12名

申込み: 区内 9日(火)から

区外 16日(火)から



♡おぶちゃんとあそぼう

15日(月)10:30~11:30

音楽に合わせて親子で体を
動かして楽しみましょう

講師: 小布施 由恵氏

対象: 1歳児以上の親子

定員: 12組

申込み: 1日(月)から



緑いさいき健康講座

～運動不足解消～

20日(土)13:30~14:30

講師: 高木 翔氏(理学療法士)

対象: 65才以上

申込み不要

当日、直接ご来館ください



♡ゴーゴーサントー

21日(日)10:30~11:30

運動あそびをします

講師: 藤井芳子氏

対象: 1歳児以上の親子

定員: 12組

申込み: 7日(日)から



♡子育て事業(乳幼児のお子さんと保護者)



事業名	日程	時間	定員	申込開始日	内容
0歳児の ♡びよびよタイム	11日(木)	10:30~11:00	10組	11月27日(木)	クリスマスリースをバックに写真を撮りましょう♪ 6月生まれのハーフバースデーもあります
1歳からの ♡ちゅんちゅんタイム	25日(木)	10:30~11:00	10組	11日(木)	「クリスマスを楽しんじゃおう!」 12月生まれのお誕生会もあります
♡木育ひろばとおはなし会	22日(月)	10:30~11:30	12組	9日(火)	木のおもちゃで遊んだ後は絵本の読み聞かせを楽しみましょう おはなし会: 豊島区立図書館ボランティア

◆交流事業(どなたでも)



◆ソフマップスマホ講習会	16日(火)	13:30~15:30	12名	区内2日(火) 区外6日(土)	講師: ソフマップスタッフ スマホを楽しく学びましょう
◆レッツエアロビ	13日(土)	10:30~11:30	12名	11月28日(金)	講師: 金 卿淑氏 幅広い年齢の方にお楽しみいただける エアロビクスです
◆みんなで歌おう	26日(金)	13:30~14:30	20名	12日(金)	カラオケを使って唱歌やリクエスト曲をみんなで楽しみ ましょう
◆モルックひろば	9日(火) 23日(火)	10:30~11:30	申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください		フィンランド生まれのモルックを楽しみましょう
小学生対象 ◆モルックであそぼう!	24日(水)	15:30~16:30			フィンランド生まれのモルックを楽しみましょう ※小学生の参加待ってます!
◆お昼の体操	毎日	13:15~			みんなでラジオ体操第一をしましょう
◆卓球タイム	毎日	9:00~12:00 13:30~16:30			1組20分・1日3回まで

緑いさいき事業(65歳以上)



緑体操&カーリング	2日(火)	10:30~11:30	申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください		にぎにぎ体操とカーリング・ボウリング ※浴用タオルを2枚お持ちください
緑体操&ボウリング	16日(火)				
緑脳トレ&ぬり絵	5日(金)	13:30~14:30			音読、計算などの脳トレとぬり絵
緑音楽で脳トレ体操	12日(金)	13:30~14:30	20名	11月28日(金)	カラオケを使って体を動かしながら 楽しく脳トレを行います
緑健康増進カラオケ教室	22日(月)	13:30~15:30	20名	9日(火)	講師: 河合秀和氏 課題曲を練習します
緑健康増進カラオケタイム	3日(水)	13:30~15:30	12名	11月26日(水)	世話役: 佐々木 敬彦氏 好きな曲を順番に歌います ※1人3曲まで

<お願い> ★区民ひろばをご利用の際は靴下の着用をお願いします
★給水機を設置しています(マイボトルをご持参ください)

12月の運営協議会役員会

役員会: 9日(火)14:30~16:00

場所: 東池袋第二区民集会室



区民ひろばからの
情報を発信しています



区民ひろば朋有

〒170-0013

豊島区東池袋2-38-10



12月のカレンダー

令和 7 年 11 月 14 日現在

		あじさいホール		さくら和室	
日	曜	午前	午後	午前	午後
1	月	抽選会	☆カラオケくま		☆レイピカケ
2	火	体操&カーリング 暮らしの何でも相談会	☆カトレア		
3	水		健康増進カラオケタイム		☆モアナ ナニ
4	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会		☆東池袋ヨーガの会
5	金		脳トレ&ぬい絵		
6	土		☆豊島太極拳サークル		☆平和クラブ
7	日	☆ヨーガ健康教室	☆静和クラブ		
8	月	臨時休館日			
9	火	モルックひろば	☆カトレア	☆秋桜会	
10	水		ひろば事業		☆ドラマリーディングの会
11	木		☆HMC会	ぴよぴよタイム /お出かけ相談	☆東池袋ヨーガの会
12	金		音楽で脳トレ体操		
13	土	レッツエアロビ	コンサート準備		コンサート準備
14	日	クリスマスコンサート	☆平和クラブ	クリスマスコンサート控室	
15	月	☆やさしいヨーガ	☆カラオケくま	☆友和会	☆レイピカケ
16	火	体操&ボウリング	☆ひまわり		
17	水		交通安全研修会		☆ドラマリーディングの会
18	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会		☆東池袋ヨーガの会
19	金	コンサート準備	朗読とコンサート	コンサート準備	朗読とコンサート控室
20	土	☆友和会	いきいき健康講座		☆豊島太極拳サークル
21	日	☆豊島区高齢者クラブ 第3ブロック	☆平和クラブ	☆ヨーガ健康教室	
22	月	☆やさしいヨーガ	健康増進カラオケ教室	木育ひろば・おはなし会	
23	火	モルックひろば	ひとときタイム		☆ひまわり
24	水		モルックであそぼう		
25	木		☆HMC会	ちゅんちゅんタイム	
26	金		みんなで歌おう		
27	土	☆友和会	☆平和クラブ		
28	日	臨時休館日			
29	月	12月28日(日)～1月4日(日)は臨時休館及び年末年始のためお休みです			
30	火				
31	水				

無印＝主催事業 ☆＝サークル

※「暮らしの何でも相談会」は、CSW(豊島区民社会福祉協議会・コミュニティソーシャルワーカー)が行っています。

※「高齢者出張相談」は、高齢者福祉課が行っています。(奇数月に実施)