



令和8年2月 区民ひろば朋有



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

区民ひろば朋有運営協議会主催

◆新春ジャズコンサート

7日(土)13:30~15:30

(13:00開場)

出演: ダイナマイツ・ウィングス

対象: どなたでも

定員: 60名

申込み: 1月25日(日)から



♡パパのベビーマッサージ

8日(日)10:30~11:30

講師: 古城恵子氏

対象: ハイハイまでの

お子さん(ママもどうぞ)

持ち物: バスタオル・水分

定員: 12組

申込み: 1月25日(日)から



芝崎先生の

●朋有ミュージックサロン

25日(水)13:30~14:30

講師のピアノに合わせて歌や
楽器で音楽を楽しみましょう

講師: 芝崎幸子氏

対象: 65才以上

申込み不要

当日、直接ご来館ください



西部子ども家庭支援センター

♡あそんで相談

「ことばとからだ」

19日(木)10:00~11:30

お子さんを遊ばせながら
ことばやからだの相談が
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

「リースのフォトフレーム作り」

24日(火)13:30~14:30

対象: 65才以上

定員: 10名

申込み: 区内 10日(火)から

区外 17日(火)から



♡おぶちゃんとあそぼう

16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: 2日(月)から



●いきいき健康講座

～運動不足解消～

28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

15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: 1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	12日(木)	10:30~11:00	10組	1月29日(木)	おひな様をバックに写真をとりましょう♪ 8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	26日(木)	10:30~11:00	10組	12日(木)	「紙コップロケットであそぼう!」 2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	9日(月)	10:30~11:30	12組	1月26日(月)	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	19日(木)	13:30~15:30	12名	区内4日(水) 区外9日(月)	講師: ソフマップスタッフ 買取アプリの紹介
◆レッツエアロビ	14日(土)	10:30~11:30	12名	1月31日(土)	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	27日(金)	13:30~14:30	20名	13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	10日(火) 24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!	18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

●いきいき事業(65歳以上)



●体操&カーリング	3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
●体操&ボウリング	17日(火)				
●脳トレ&ぬり絵	20日(金)	13:30~14:30			音読、計算などの脳トレとぬり絵
●音楽で脳トレ体操	13日(金)	13:30~14:30	20名	1月30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
●健康増進カラオケ教室	16日(月)	13:30~15:30	20名	2日(月)	講師: 河合秀和氏 課題曲を練習します
●健康増進カラオケタイム	4日(水)	13:30~15:30	12名	1月26日(月)	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)

2月の運営協議会役員会

役員会: 10日(火)14:30~16:00

場所: 東池袋第二区民集会所



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

電話・FAX 03-3971-0781





区民ひろば × SDGs

令和 8 年 区民ひろば朋有

豊島区東池袋2-38-10
電話・FAX 03-3971-0781

2月のカレンダー

令和 8 年 1 月 15 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	日		☆平和クラブ		
2	月	抽選会			☆レイピカケ
3	火	体操&カーリング	☆ひまわり		
4	水		健康増進カラオケタイム		☆モアナ ナニ
5	木	臨時休館日			
6	金		ひろば事業		☆ドラマリーディングの会
7	土	新春ジャズコンサート準備	新春ジャズコンサート	新春ジャズコンサート控室	新春ジャズコンサート控室
8	日	パパのベビーマッサージ	☆平和クラブ	☆ヨーガ健康教室	
9	月	☆やさしいヨーガ	☆カラオケくま	木育ひろば・おはなし会	
10	火	モルックひろば	☆カトレア	☆秋桜会	
11	水	建国記念の日			
12	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	びよびよタイム	
13	金		音楽で脳トレ体操 暮らしの何でも相談会		
14	土	レッツエアロビ	☆平和クラブ	☆豊島区高齢者クラブ 第3ブロック	☆豊島太極拳サークル
15	日	☆ヨーガ健康教室	☆カラオケくま		☆平和クラブ
16	月	おぶちゃんと遊ぼう	健康増進カラオケ教室	☆友和会	☆レイピカケ
17	火	体操&ボウリング	☆ひまわり		
18	水		モルックであそぼう		☆ドラマリーディングの会
19	木	☆アンサンブルロマンス	☆HMC会	あそんで相談	
20	金		脳トレ&ぬい絵		
21	土	☆友和会	☆静和クラブ		
22	日	臨時休館日			
23	月	天皇誕生日			
24	火	モルックひろば	ひとときタイム	☆秋桜会	☆カトレア
25	水		朋有ミュージックサロン		
26	木		☆HMC会	ちゅんちゅんタイム	
27	金		みんなで歌おう		
28	土	☆友和会	いきいき健康講座		☆豊島太極拳サークル

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）