



# 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



## ✿ゴーゴーサンデー

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 稲	時 間	定員	申込開始日	内 容
0歳児の ♥ぴよぴよタイム	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)  申し込み不要 開催の日時に直接 ご来館ください	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		講師：金 岡淑氏 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		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			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！
◆お冴の体操	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)			音読、計算などの脳トレとぬり絵	
✿脳トレ＆ぬり絵	20日(金)	13:30~14:30		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	
✿音楽で脳トレ体操	13日(金)	13:30~14:30	20名	1月30日(金)	講師：河合秀和氏 課題曲を練習します
✿健康増進カラオケ教室	16日(月)	13:30~15:30	20名	2日(月)	世話役：佐々木 敏彦氏 好きな曲を順番に歌います ※1人3曲まで
✿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)	

〈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室

## ピアッザ

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





## 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	ぴよぴよタイム	
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＆めい絵		
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)