

令和7年 区民ひろば朝日9月のお知らせ

〒170-0001
豊島区西巣鴨4-10-12
電話:03-5974-0566

◇くりらぼ イラスト制作
20日(土)①10:00から12:00
②14:00から16:00
「未来の自分の名刺」を作ろう！
対象:小学生
定員:各回20名
申込:9月1日(月)から



お申し込みはこちら

◇くるくるリサイクル会
12日(金)なかよしタイム後から開催です
サンシャインシティで集めた絵本や
子ども服を必要とする方にお届けします
対象:乳幼児親子
☆お持ち帰り用のバッグお持ちください
(洋服と絵本を合わせて5点)



◇おしゃべりタイム
～思い出を話そう～
10日(水)14:00から15:00
楽しくおしゃべりをして認知症予防を体験します
定員:20名
申込:8/18(月)から

◇敬老の集い
日時:19日(金)10:30から11:40
有田 真恵氏による
クラシックコンサート
駒込第一保育園年長児からの祝い
定員:ご招待者様+どなたでも50名
申込:9/3(水)から
「ご長寿の皆さんをお祝い
いたしましょう」



9月のホール利用は水曜日のみ
14時30分から小学生の時間で

◇オリジナルの利用証入れ作り
30日(火)10:00～11:00
「和紙で素敵なあなただけの
利用証入れを 作りましょう」
対象:どなたでも 定員:16名
申込:9/16(火)から

※いきいきプログラム※

事業名	日程	時間	定員	申込開始日	内容
大人版 英語であそぼう！	4日 木 17日 水	10:00から11:00	各回 12名	8/21(木) 9/3(水)	講師:皆川智美氏 楽しみながら英語にふれましょう！※各回とも同じ内容です。
スマホ教室 (講習会)	2日 火	10:00から12:00	12名	8/19(火)	講師:株式会社ソフマップ 対象:65歳以上の方 内容「地図アプリ・乗換案内アプリの使い方」
いきいきボッチャ	8日 月	14:00から15:00	15名	8/25(月)	どなたでも楽しめるヨーロッパ生まれの球技です。
いきいき脳トレ	16日 火	10:00から11:00	16名	9/2(火)	脳トレで脳に癒しと刺激を与えましょう。ミニボーリングもします。 筆記用具をお持ちください。
歌のひろば	26日 金	10:00から11:00	16名	9/12(金)	講師:仲里潔子氏 懐かしい曲をご一緒に♪手話や楽器も使います。
リズム体操と フレイル測定会	29日 月	10:00から11:00 14:00から15:00	各回 5名	9/16(火)	楽曲に合わせて楽しく体操しながら フレイル測定をしましょう。

※子育てプログラム※

ベビーイングリッシュ	7日 日	10:30から11:00	12組	8/24(日)	講師:皆川智美氏 親子で英語に親しみます。
なかよしタイム	12日 金	10:30から11:00	12組	8/29(金)	フルーツパークでくだもの狩りをしましょう。 CSWなんでも相談会 ミニ出前講座
あそびばひろば	13日 土	10:00から11:30			9月生まれと令和7年3月生まれ(ハーフバースデー)の誕生会を 10時に行います。大型遊具で遊べます。
おやこピラティス	24日 水	10:30から11:00	10組	9/16(水)	講師:大塚知美氏 首が座った頃からのお子さまと保護者対象です。
あそんで相談	25日 木	10:00から11:30			西部子ども家庭支援センター 発達相談 理学療法士。

※交流プログラム※ どなたでもどうぞ！

健康増進カラオケ (通信)	11日 木 25日 木	14:00から	10名	8/29(金) 9/12(金)	一人2曲程度うたえます。
みんなのフラダンス	21日 日	10:00から11:00	7名	9/7(日)	講師:小山とも子氏 子どもから大人まで楽しめる初級フラダンスです。
みんなのモルック	14日 日	14:00から15:00	16名	9/1(月)	フィンランド発祥のスポーツを楽しみましょう！
囲碁・将棋	お部屋が空いているときは利用できます。二人でお越しく下さい。囲碁・将棋盤などの用意があります。				

※運営協議会主催プログラム※

運営協議会委員会	ありません。				
カフェあさひ	13日 土 27日 土	14:00から15:30			コーヒー(クッキー付き)100円 27日はイベントで「都電沿線」によるコンサートがあります。
散歩の会	7日 日	10:00 から			区民ひろば朝日玄関前集合です。 今回は【梶原の渡船場～隅田川遊歩道散策】まで約7kmを歩きます。
麻雀教室	2日 火 9日 火 16日 火 30日 火	13:15から16:50			麻雀経験のある方、当日お越しく下さい！

おねがい

※ご利用の際には、靴下の着用をお願いします。
※施設利用及び開催事業に関して変更になる場合があります。
ご理解いただきますようご協力をお願いします。

給水機あります！

容器をお持ちのうえ
お使いください。



SDGs未来都市としま
SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を
支援しています。



区民ひろば朝日 令和7年9月カレンダー

◇主催事業 ◎運営協議会 ●団体利用 ★ワーキングタイム・ふらっと朝日

※8月15日現在のものです。
変更になる場合もありますのでご了承ください。

		日	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
午前	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室			◇貸室受付	◇スマホ教室	◇大人版英語であそぼう	臨時休館日	
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室		●フレンド麻雀	◎麻雀教室 ◎麻雀教室	●フレイル(虚雀) ●パープルファミリー			●夢芸人カラオケサロン
		7	8	9	10	11	12	13
午前	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	◇ベビーイングリッシュ	★ワーキングタイム		●ゆったりリズム体操		◇くるくるリサイクル ◇なかよしタイム	●みんなの気功 ◇あそびばひろば
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室		●フレンド麻雀	◎麻雀教室 ◎麻雀教室	●フレイル(虚雀) ●パープルファミリー	◇健康増進カラオケ		●夢芸人カラオケサロン ◎カフェあさひ
		14	15	16	17	18	19	20
午前	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室		休館日 (敬老の日)	◇いきいき脳トレ	◇大人版英語であそぼう		◇敬老の集い	◇くりらば
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室			◎麻雀教室 ◎麻雀教室	●フレイル(虚雀) ●パープルファミリー	●フレンド麻雀		●夢芸人カラオケサロン ◇くりらば
午後	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	◇みんなのモルック ●サロンジャスミン		●スポーツ吹矢楽鴨朝日会	●サークルたんぽぽ		●おとなの体操	
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室							
		21	22	23	24	25	26	27
午前	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	◇みんなのフラダンス	臨時休館日	休館日 (秋分の日)	●ゆったりリズム体操	◇あそんで相談		●みんなの気功
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室				◇おやこピラティス		◇歌のひろば	
午後	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	★ふらっと朝日			●フレイル(虚雀) ●パープルファミリー ●スポーツ吹矢楽鴨朝日会	◇健康増進カラオケ		●夢芸人カラオケサロン ◎カフェあさひ
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室						●おとなの体操	●豊島カウンセリング研究会
		28	29	30				
午前	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	●楽鴨五丁目朝日クラブ	◇リズム体操フレイル測定	◇利用証入れ作り	ホールの利用について 9月の、ホールの利用時間を下記のとおり変更します。 ※会場の都合によりご利用できない場合もあります。 水曜日のみ14:10まで→乳幼児 14:30から16:50まで→小学生から高校生			
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室			●西楽鴨睦福寿クラブ				
午後	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	●フレンド麻雀	◎麻雀教室 ◎麻雀教室		卓球について カレンダーに卓球のマークがついている日は卓球ができます。 ※会場の都合によりご利用できない場合もあります。 9:10から11:30まで→大人 13:30から15:30まで→どなたでも 15:30から16:50まで→小学生から高校生			
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	●楽鴨五丁目朝日クラブ	◇リズム体操フレイル測定					
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室	●サロンジャスミン						
	教1 教2 多目1・2 ホール 会議室							