

# 令和8年 区民ひろば朝日 2月のお知らせ

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

## 第18回

## 朝日ワクワクまつり

28日(土) 13:00から15:30

13:00 セレモニー 《受付 12:30から》  
(巣鴨北中吹奏楽部による演奏と子どもスキップ朝日のステージ)  
13:30 ゲームコーナー開始 《受付 13:30から15:00》

会場:区民ひろば朝日  
対象:どなたでも  
申込:当日お越しください。



盛りだくさんの  
コーナーあそび!  
遊びにきてね♪

### ◇ジュートBAGを作ろう!

12日(木)14:00から15:00  
内容:自分だけのオリジナルバッグを  
作りましょう♪

講師:黒谷弘子氏  
対象:どなたでも  
定員:10名(先着順)  
材料費(実費):500円  
持ち物:なし

申込受付期間:1月15日(木)~1月29日(木)  
※お申込の受付は、窓口のみです。お申込  
の際、窓口にて材料費をお支払い下さい。



### ❖いきいきプログラム❖

#### 高齢者向け

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!	5日 木 18日 水	10:00から11:00	各回 12名	1/22(木) 2/4(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。
スマホ講習会	3日 火	13:30から15:30	12名	1/20(火)	内容:初心者向けの講座。スマートフォンのボタンについて・ 操作方法・文字の入力の仕方など 講師:株式会社ソフマップ
出前講座「終活」	5日 木	14:00から15:00	20名	1/22(木)	ライフ&エンディングノートの書き方を学びながら、 よりよく生きるための計画を考えます。
いきいきボッチャ	9日 月	14:00から15:00	15名	1/26(月)	どなたでも楽しめるヨーロッパ生まれの球技です。 CSWなんでも相談会 ミニ出前講座 50
いきいき体操タイム	16日 月	14:00から15:00	20名	2/2(月)	講師:藤井芳子氏 転倒予防を目的とした体操を行い、さらに元気になりましょう。 50
いきいき脳トレ	17日 火	10:00から11:00	16名	2/3(火)	脳トレで脳に癒しと刺激を与えましょう。 まちの相談室
いきいきモルック	24日 火	10:00から11:00	16名	2/10(火)	フィンランド発祥のスポーツを楽しみましょう! ちょこっと講座 高齢者の相談会 50

### ❖子育てプログラム❖

#### 未就学児とその保護者向け

ベビーイングリッシュ	1日 日	10:30から11:00	12組	1/18(日)	講師:皆川智美氏 親子で英語に親しみます。
あそびばひろば	14日 土 20日 金	9:30から13:30			14日は2月生まれと令和7年8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。
なかよしタイム	13日 金	10:30から11:00	12組	1/30(金)	春のおまつり「節分から桃のお節句へ」
おやこピラティス	25日 水	10:30から11:00	10組	2/10(火)	講師:大塚知美氏 首が座った頃からのお子さんと保護者が対象です。

### ❖交流プログラム❖

#### どなたでもどうぞ!

みんなのモルック	8日 日	14:00から15:00	16名	1/25(日)	フィンランド発祥のスポーツを楽しみましょう!
みんなのフラダンス	15日 日	10:00から11:00	7名	2/1(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。
健康増進カラオケ (通信)	19日 木 26日 金	14:00から	10名	2/5(木) 2/13(金)	一人2曲程度歌えます。
みんなで歌おう Let's Sing!	20日 金	10:00から11:00	20名	2/7(土)	講師:有田真恵氏 内容:季節の歌などをみんなで歌います。 ワンポイントアドバイスをもらって気持ちよく歌いましょう!
囲碁・将棋	お部屋が空いているときは利用できます。二人でお越しください。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	10日 火	18:30 から		
カフェあさひ	14日 土	14:00から15:30	コーヒー(クッキー付き)100円	
散歩の会	8日 日	10:00 から	区民ひろば朝日玄関前集合です。今回は「神楽坂~飯田橋 路地・迷路をさんぽ」です。	
麻雀教室	3日 火 10日 火 17日 火 24日 火	13:15から16:50	麻雀経験のある方、当日お越しください!	

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  
ご利用ください。



SDGs未来都市としま

TOSHIMA 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8年2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

※ 1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	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
午前	教1				●ゆったりリズム体操		臨時休館日	●みんなの気功
	教2							
	多目1・2	●西巣鴨四丁目親交町会	◇貸室受付			◇大人版英語で遊ぼう！		●キッズチアチーム清和サンシャイン
	ホール	◇ベビーイングリッシュ	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム		◇のりものタイム
	会議室							
午後	教1		●フレンド麻雀	◎麻雀教室	●パープルファミリー	◇小学生自習室		●おもしろ夢芸人クラブ
	教2				●フレイル(虚雀)			●夢芸人カラオケサロン
	多目1・2			◇スマホ講習会	●スポーツ吹矢楽朝日会	◇出前講座「終活」		
	ホール	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム		◇小学生タイム
	会議室	●サロンジャスミン						●豊島カウンセリング研究会
		8	9	10	11	12	13	14
午前	教1				休館日 (建国記念日)			●みんなの気功
	教2							
	多目1・2					★ワーキングタイム		●キッズチアチーム清和サンシャイン
	ホール	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム		◇のりものタイム	◇なかよしタイム	◇あそびばひろば
	会議室							
午後	教1		●フレンド麻雀	◎麻雀教室		●フレンド麻雀		
	教2							●夢芸人カラオケサロン
	多目1・2	◇みんなのモルック	◇いきいきボッチャ			◇ジュートBAG作り		◎カフェあさひ
	ホール	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム		◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム
	会議室							
		15	16	17	18	19	20	21
午前	教1	◇みんなのフラダンス			●ゆったりリズム体操			
	教2							
	多目1・2			◇いきいき脳トレ	◇大人版英語で遊ぼう！		◇みんなで歌おう♪Let's Sing	
	ホール	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇のりものタイム	◇あそびばひろば	◇のりものタイム
	会議室							
午後	教1		●フレンド麻雀	◎麻雀教室	●パープルファミリー			●おもしろ夢芸人クラブ
	教2				●フレイル(虚雀)	◇健康増進カラオケ		●夢芸人カラオケサロン
	多目1・2	●サークルたんぼぼ		●スポーツ吹矢楽朝日会	◇小学生自習室			
	ホール	◇小学生タイム	◇いきいき体操タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム
	会議室	●サロンジャスミン					●おとなの体操	
		22	23	24	25	26	27	28
午前	教1	臨時休館日	休館日 (天皇誕生日)				ワクワク まつり準備	◎ワクワク まつり
	教2							
	多目1・2			◇いきいきモルック				
	ホール			◇のりものタイム	◇おやこピラティス	◇のりものタイム		
	会議室			●西巣鴨睦福寿クラブ				
午後	教1			◎麻雀教室	●パープルファミリー			
	教2				●フレイル(虚雀)	◇健康増進カラオケ		
	多目1・2			●スポーツ吹矢楽朝日会	●サークルたんぼぼ	★ふらっと朝日		
	ホール			◇小学生タイム	◇小学生タイム	◇小学生タイム		
	会議室							

※ 廃食油 回収…毎月第4月曜日(祝日の場合は翌日) 9:00から12:30 2月は、24日(火)です。

区民ひろば コミュニティカフェ ご利用ください♪

場所:区民ひろば朝日 1Fロビー  
営業日時:月・火・木・金  
13:00から16:00



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。  
9:00から11:30→大人  
13:30から15:30→どなたでも  
15:30から16:50→小学生から高校生

