

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♪

◇ジユート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	10:00から11:00	各回 12名	1/22(木)	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。
	18日 水			2/4(水)	
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に計画を考えます。
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
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す。
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。 筆記用具をお持ちください。 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！ ちょっと講座 高齢者の相談会

✧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 親子で英語に親します。
あそびばひろば	14日 土	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。
	20日 金				
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	14:00から	10名	2/5(木)	一人2曲程度歌えます。
	26日 木			2/13(金)	
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	13:15から16:50	麻雀経験のある方、当日お越しください！
	10日 火		
	17日 火		
	24日 火		

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



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			●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	●スポーツ吹矢巣鴨朝日会	◇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							●みんなの気功
	教2							
	多目1・2							●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				
	会議室		🏓					
午後	教1		●フレンド麻雀	◎麻雀教室	●フレンド麻雀			●夢芸人カラオケサロン
	教2							
	多目1・2	◇みんなのモルック	◇いきいきボッチャ		◇ジユート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	◇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			●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	●サークルたんぽぽ		●スポーツ吹矢巣鴨朝日会	◇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	🏓				●おとのな体操	
		22	23	24	25	26	27	28
午前	教1							
	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	●サークルたんぽぽ		●スポーツ吹矢巣鴨朝日会	◇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	🏓					
		休館日 (天皇誕生日)					ワクワク まつり準備	◎ワクワク まつり
午前	教1							
	教2							
	多目1・2							
	ホール							
	会議室							
午後	教1							
	教2							
	多目1・2							
	ホール							
	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

