

令和8年 2月 区民ひろば池袋本町



【お知らせ】3日(火)は節分の集いのためスカイウェル・マッサージチェアの利用は12時までです
また同日ラジオ体操はありません



節分の集い

3日(火) 14:00~15:00

“マジック”を楽しみましょう

出演: 東京アマチュア・マジシャンズ・クラブ
対象: 65歳以上
定員: 60名

申込: 区内の方 1/23(金)~
区外の方 1/28(水)~
電話または窓口で



ヒアリングフレイル

26日(木) 10:00~12:00

「聞こえ」のチェックが体験できます

詳細はお問い合わせください

対象: 65歳以上

定員: 6名(先着順)

申込: 東池袋フレイル対策センター
TEL 03(5924)6212



ベビーマッサージ



12日(木) ①10:30~10:50
②11:05~11:25

講師: 近藤容子氏

対象: ①2~5か月のお子さんと保護者
②5~10か月のお子さんと保護者

定員: ①8組 ②5組(各回先着順)

申込: 随時 ※フェイスタオルをお持ちください

おたのしみ会



24日(火) 10:30~11:15

寒さを吹っ飛ばそう!

『くまの子』による読み聞かせもあります

対象: 乳幼児親子 定員: 14組

申込: 区内・区外の方 10日(火)~

※ 2月生まれとR7.8月生まれのお子さんに誕生カードのプレゼントがあります

小学生タイム

15:30~16:30

3階の体育館で20分間
ボールなどで遊べます
当日申し込み制です
※室内用運動靴をお持ちください
詳しくはお問合せください

交流	みんなで卓球	4・18・25日(水)	10:00~	★申込: 随時(各回12名まで)
	お昼の体操	5・12・19・26日(木)	13:30~	※当ひろば卓球サークルに登録していない18歳以上の方
いきいき	おいでよモルック	12日(木)	10:00~11:00	モルックで対戦して身体を動かしましょう ★申込 1/29(木)~
	ひまわり倶楽部	6日(金)	14:00~15:00	スイッチなど ★申込不要
	歌って元気!	18日(水)	13:30~14:30	カラオケに合わせて歌いましょう ★申込不要
	うたレク体操	27日(金)	13:30~14:30	音楽に合わせてお口や身体の体操をしましょう ★申込不要
	Let's 脳トレ	2・9・16日(月)	10:00~16:00	脳トレ問題に挑戦しましょう ★申込不要
子育て	ベビーマッサージ	12日(木)	①10:30~10:50 ②11:05~11:25	① 2~5か月のお子さんと保護者8組【講師: 近藤容子氏】★申込: 随時受付 ② 5~10か月のお子さんと保護者5組 ※身長・体重が測定できます
	おたのしみ会	24日(火)	10:30~11:15	季節の遊び・読み聞かせ・誕生会など ★申込: 区内・区外共通 10日(火)~ ※2月生まれとR7・8月生まれ(ハーフBD)のお子さんは事前にお知らせください
	わくわくアスレチック のりものぶんぶん	実施日は 裏面を参照	9:00~16:30 金曜は16:00まで	トランポリン、すべり台など身体を使って楽しく遊べます ★申込不要 コンビカー・三輪車・補助付き自転車で遊べます ★申込不要 24日は11:30~
	ちびっこタイム	月~金	11:15~11:30	絵本や体操など親子で楽しみましょう(実施できない場合もあり) ★申込不要 ※ 5回参加ごとにプレゼントあります

まちの相談室 (高齢者対象) 18日(水)14:00~16:00 健康・心・食生活のことなどを専門家に相談できます 【主催: 高齢者福祉課】	いけよん出前相談 (どなたでも) 27日(金)14:50~15:50 介護サービスや近所に気になる高齢者がいる または家族の相談など 【主催: いけよんの郷】	CSW暮らしの何でも相談会 (どなたでも) 24日(火)11:00~12:00 暮らしの心配事など、なんでも相談できます 【主催: 豊島区民社会福祉協議会CSW】 03(6864)2930
--	---	---

お知らせ
と
お願い

- ・給水機を設置しています。マイボトルをお持ちください
- ・小型家電・乾電池の回収をしています
- ・車いすの短期貸出しをしています・安全と衛生上、土足エリア以外では靴下の着用をお願いします
- ・体育館を利用する際は室内用運動靴が必要です
- ・定員制の事業は豊島区の方が優先です
- 区外の方は申込開始日の5日後からの受付となります

☎ 03(3986)0041
FAX 03(5956)2602
住所 池袋本町4-36-1

3月の貸室抽選会 2月 2日(月) 今月の休館日 11日(水) 13日(金) 23日(月) 28日(土)
選挙のため8日(日)、15日(日)いずれかは休館予定

令和8年 区民ひろば池袋本町2月 カレンダー



開館時間: 9時～17時

【マーク説明】★:ひろば事業 無印:団体貸出

<部屋利用状況 1/15現在>

午前					日	曜	午後				
1階			3階	2階			1階			3階	2階
いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館				いきいき	多目的1 上:A/下:B	多目的2	体育館	
救援センター訓練(本番)					1	日	救援センター訓練(本番)				
★貸室抽選会				★アスレチック	2	月	木蘭の会	平和の会		★アスレチック	
★節分の集い(準備)				★アスレチック	3	火	★節分の集い			★アスレチック	
かわせみの会		★卓球		★アスレチック	4	水	ロッキー(2)	コスモスの会	親子リトミック	★アスレチック	
やまびこの会		池本卓球クラブ		★アスレチック	5	木	リフレッシュヨガ		★卓球	★アスレチック	
リズム会	すずめの会		親子リトミック	★アスレチック	6	金	iloinenモルック		★ひまわり倶楽部	★アスレチック	
ロッキー(2)	土筆会	のびのび体操		★のりもの	7	土	男のカラオケ			★のりもの	
選挙のため8日・15日いずれか休館予定日					8	日	選挙のため8日・15日いずれか休館予定日				
彬の会				★のりもの	9	月	カラオケ花	平和の会	卓球ヤンキース	★のりもの	
いけほん自彊術		池本スポーツ吹矢		★のりもの	10	火	さつき会	★CSW	★CSW	★のりもの	
休館日(建国記念日)					11	水	休館日(建国記念日)				
★モルック		マシュマロ		★ベビーマッサージ ★のりもの	12	木	ロッキー(2)	イチゴクラブ	★卓球	★のりもの	
休館日					13	金	休館日				
千歳会輪なげ				★アスレチック	14	土	宮元互楽民謡会			★アスレチック	
選挙のため8日・15日いずれか休館予定日					15	日	選挙のため8日・15日いずれか休館予定日				
池本二丁目寿会				★アスレチック	16	月	カラオケ花	平和の会	かすみ草	★アスレチック	
いけほん自彊術		フラワークラブ		★アスレチック	17	火	男のカラオケ		かすみ草	★アスレチック	
かわせみの会	描きつばた	★卓球		★アスレチック	18	水	★歌って元気!	★まちの相談室	卓球ヤンキース	★アスレチック	
皆楽来幸楽会		池本卓球クラブ		★アスレチック	19	木	リフレッシュヨガ		★卓球	★アスレチック	
リズム会	すずめの会	ファイターズ	親子リトミック	★アスレチック	20	金	iloinenモルック	しあわせちぎり絵	親子リトミック	★アスレチック	
幸楽会カラオケ	土筆会	のびのび体操		★のりもの	21	土	さつき会	道路問題		★のりもの	
千歳会輪なげ			ママミント	★のりもの	22	日	宮元互楽民謡会	コスモスの会	卓球ヤンキース	★のりもの	
休館日(天皇誕生日)					23	月	休館日(天皇誕生日)				
やまびこの会		池本スポーツ吹矢	いけほん自彊術	★おたのしみ会 ★CSW相談 ★のりもの11:30～	24	火	いきいき体操		かすみ草	★のりもの	
本町友の会		★卓球		★のりもの	25	水	千歳会コーラス	平和の会	池本卓球クラブ	★のりもの	
マシュマロ	★ヒアリングQ&A	フラワークラブ		★のりもの	26	木	木蘭の会	イチゴクラブ	★卓球	★のりもの	
皆楽来幸楽会	すずめの会	ファイターズ		★のりもの	27	金	★うたレク体操 ★出前相談	コスモスの会		★のりもの	
休館日					28	土	休館日				

毎週月曜日: 10:00～16:00 Let's脳トレ<ラウンジ> 月～金: 13:00～ ラジオ体操<ラウンジ> 月～金: 11:15～ ちびっこタイム<キッズルーム>