



おいらせ

★11日(月),16日(土)は
休館日です

予告
敬老の集い
9月9日(火) 14:00~15:00
~お祝いコンサート(ピアノと歌)~
定員:70名(65歳以上)
申込:(区内)8/25~(区外)8/30~

子育て 申込制 おたのしみ会

26日(火) 10:30~11:15

夏のおそびを楽しもう
『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:10組
申込:区内・区外の方 13日(水)~
★8月生まれとR7.2月生まれのお子さんには誕生カードのプレゼントがありますので事前にお知らせください

子育て 申込制 ベビーマッサージ

7日(木) ①10:30~10:50
②11:05~11:25

講師:近藤容子氏
対象:①2~5ヶ月のお子さんと保護者
②5~10ヶ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
★タオルをお持ちください

65歳以上 申込制 出前講座『栄養講座』

~ひとりで簡単!クッキング~

6日(水) 10:30~11:30

講師:あぜりあ歯科認定栄養ケア・ステーション 管理栄養士
対象:65歳以上
定員:20名
申込:7月28日(月)~
主催:高齢者福祉課

小学生対象 申込制 夏休みの自由研究はこれで決まり

お金のカードゲーム

13日(水) 14:00~15:30
(開場:13:45)

場所:区民ひろば池袋本町 定員:20名

【カードゲームで楽しくお金の勉強ができます】
対象:小学4年生から6年生
(3年生までは保護者同伴で可)
申込はこちらのQRコード
主催:セゾン投信 またはお電話で
セゾン投信連絡先:03(3988)8668

夏休み

ひろばは 引き続き子どもの居場所に!

29日(金)までの平日の午前・午後
※11日~15日は除く

以下のお部屋を子どもたちの居場所として事業や自習室に開放します

- ・区民ひろば西巢鴨第一(西巢鴨区民集会所)
- ・区民ひろば朋有(東池袋第二区民集会所)
- ・区民ひろば池袋本町(池袋本町第一区民集会所)
- ・区民ひろば目白(いきいきひろば)
- ・区民ひろば長崎(教室)

実施しない日もあるので詳しくはお問い合わせください

交流プログラム(どなたでも)

みんなで卓球	6・13・20・27日(水) 7・14・21・28日(木)	10:00~ 13:30~	★申込:随時(各曜日12名まで) 対象:当ひろば卓球サークルに登録していない18歳以上の方
お屋の体操	平日(月~金)	13:00~13:20	ラジオ体操第1・第2・その他の体操で体力を維持しましょう ★申込不要

いきいきプログラム(65歳以上対象)

おいでよモルック	14日(木)	10:00~11:00	★1階いきいきひろばにフレイル測定器を設置しています。脳年齢・血管年齢・運動能力・体組成の測定ができます。詳しくは職員におたずねください
ひまわり倶楽部	8日(金)	14:00~15:00	『くまの子』の読み聞かせ・脳トレゲームなど ★申込不要
歌って元気!	20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	22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	4・18・25日(月)	10:00~16:00	脳トレ問題を解く ★申込不要

子育てプログラム(乳幼児と保護者対象)

ベビーマッサージ	7日(木)	①10:30~10:50 ②11:05~11:25	★ランチタイム・おやつタイムの利用ができます 裏面をご確認ください ★ちびっこタイムに参加すると5回ごとにプレゼントがあります
おたのしみ会	26日(火)	10:30~11:15	①2~5ヶ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 ②5~10ヶ月のお子さんと保護者5組 身長・体重が測定できます
わくわくアスレチック	実施日については裏面をご確認ください	9:30~16:00	季節の遊び・読み聞かせ・誕生会など ★申込:区内・区外共通 13日(水)~ ※8月生まれとR7.2月生まれ(ハーフBD)のおさんは事前にお知らせください
のりものぶんぶん			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
ちびっこタイム	月~金	11:30~11:40	絵本や体操など親子で楽しみましょう(事業によって実施できない場合もあり) ★申込不要

出前相談

※当日の時間内にご来館ください

いけよん出前相談(どなたでも) 26日(火)14:50~15:50 介護サービスや近所に気になる高齢者がいる または家族からの相談など【主催:いけよんの郷】	CSW暮らしの何でも相談会(どなたでも) 6日(水)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

- ・給水器を設置しています。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、館内では **靴下の着用**をお願いします
- ・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【1階 いきいきひろば】
☎ 03(5956)2601【2階 子育てひろば】
FAX 03(5956)2602【1・2階 共通】

令和7年

区民ひろば池袋本町8月カレンダー

区民ひろば池袋本町

電話：3986-0041

：5956-2601

FAX：5956-2602



開館時間：9時～17時

休館日：祝日・年末年始

〈 部屋利用状況 7/16現在 〉

	日	月	火	水	木	金	土
午前						☺ 1 ☀ ★貸室抽選会 すずめの会	2 かわせみの会 ★アスレチック
午後							
午前	3 のびのび体操 ★アスレチック	☺ 4 ☀ ★Let's脳トレ 彬の会 ★アスレチック	☺ 5 ☀ いけほん自彊術 ★アスレチック	☺ 6 ☀ ◎栄養講座 ★みんなで卓球 ◎CSW相談会	☺ 7 ☀ 千歳会輪なげ ★ベビーマッサージ 池本卓球クラブ	☺ 8 ☀ リズム会 すずめの会 ファイターズ	9 土筆会 ★のりもの
午後	ロッキー(2) コスモスの会 ★アスレチック	★Let's脳トレ 幸楽会カラオケ 平和の会 ★アスレチック	かすみ草 木蘭の会 ★アスレチック	カラオケサークル花 ★みんなで卓球 卓球クラブR	かすみ草 リフレッシュヨガ ★みんなで卓球	★ひまわり倶楽部	民生としまる体操 ★のりもの
午前	10 ★のりもの	11 ☺ 11 ☀ 休館日 山の日 	☺ 12 ☀ ★のりもの 池本スポーツ吹矢 かすみ草 やまびこの会 平和の会 ★のりもの	☺ 13 皆楽来幸楽会 ★みんなで卓球 ◎小学生向け お金のカードゲーム 池本卓球クラブ	14 ☀ ★おいでよモルック マシュマロ フラワークラブ かすみ草 ロッキー(2) イチゴクラブ ★みんなで卓球	☺ 15 ☀ リズム会 すずめの会 ファイターズ iloinenモルック さくら倶楽部 虹の会	16 休館日
午後	男のカラオケ コスモスの会 ★のりもの						
午前	17 のびのび体操 ★アスレチック	☺ 18 ☀ ★Let's脳トレ 彬の会 ★アスレチック	☺ 19 ☀ 皆楽来幸楽会 いけほん自彊術 ★アスレチック	☺ 20 ☀ かわせみの会 ★みんなで卓球	☺ 21 ☀ 池本卓球クラブ	☺ 22 ☀ 子どもワークショップ	23 千歳会輪なげ ★のりもの
午後	宮元互楽会民謡会 コスモスの会 ★アスレチック	★Let's脳トレ 幸楽会カラオケ 平和の会 ★アスレチック	かすみ草 木蘭の会 ★アスレチック	★歌って元気! 卓球クラブR	かすみ草 リフレッシュヨガ ★みんなで卓球	ファイターズ ★うたレク体操	さつき会 ★のりもの
午前	24 ロッキー(2) ★のりもの	☺ 25 ☀ ★Let's脳トレ 池袋本町二丁目寿会 彬の会 ★のりもの	☺ 26 ☀ いけほん自彊術 池本スポーツ吹矢 ★おたのしみ会 ★のりもの	☺ 27 ☀ 本町友の会 ★みんなで卓球	☺ 28 ☀ マシュマロ 卓球クラブR	☺ 29 ☀ 皆楽来幸楽会 すずめの会 ファイターズ	30 土筆会 ★アスレチック
午後	コスモスの会 ★のりもの	★Let's脳トレ やまびこの会 ★のりもの	★いきいき体操 かすみ草 ◎いけよん出前相談 ★のりもの	カラオケサークル花 名草会 卓球クラブR	かすみ草 男のカラオケ イチゴクラブ ★みんなで卓球	さつき会 しあわせちぎり絵	宮元互楽会民謡会 ★アスレチック
午前	31 ★アスレチック	<div style="border: 2px solid purple; padding: 10px;"> <p>【マーク説明】</p> <ul style="list-style-type: none"> ★ … ひろば主催事業 ☀ … お昼の体操 ☺ … ちびっこタイム ◎ … 出前事業 無印 … 団体貸出 </div> <div style="border: 2px solid purple; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">子育てひろば(2階)</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid purple; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">ランチタイム</p> <p style="text-align: center;">12:10～12:40</p> </div> <div style="border: 1px solid purple; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">おやつタイム</p> <p style="text-align: center;">15:00～15:30</p> </div> </div> <p style="text-align: center;">ご利用希望の方は窓口にお声がけください</p> </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> </div>					
午後	千歳会コーラス さくら倶楽部 ★アスレチック						