

令和7年 9月区民ひろば池袋カレンダー

開館時間：9：00～17：00

休館日：祝日・臨時休館日・年末年始



区民ひろば池袋
豊島区池袋4-21-10
TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

◆敬老の集い～麗しの声楽コンサート～

9月18日(木)11時00分～12時30分

出演：水谷桂子氏（ソプラノ歌手）

対象：65歳以上の方

定員：60名 先着順

申込：区内の方は8/28（木）～

区外の方は9/4（木）～



◆認知症サポーター養成講座

9月25日(木)1時30分～3時

～認知症について学んでみませんか～

講師：豊島区キャラバン・メイト

対象：豊島区在住・在勤・在学の方

定員：30名

申込：受付中

主催：高齢者福祉課

介護予防・認知症グループ

電話：4566-2433



◆「マイほいくえん すくすく」

9月17日(水) ～池袋第五保育園の紹介～

11時～11時30分 手遊びなど一緒に楽しみましょう

講師：池袋第五保育園職員

対象：豊島区在住で、出産予定の方とそのパートナー

0歳から6歳までの未就園児の保護者

定員：なし

申込：不要



ひろばでは感染症予防の為、
靴下の着用をお願いします。



…としま涼みどころ…

暑さや日差しから身を守るための避難場所です。

給水機もありますのでお気軽にお立ち寄りください。



今月の休館日

15日(月) 敬老の日、23日(火) 秋分の日

28日(日) 臨時休館日



	事業名	日程	時間	内容	定員	申込み開始 9時～電話可
65歳以上 いきいき	音楽で元気!!	4日(木)	1:30～2:30	歌や楽器奏などで音楽を楽しみましょう 講師：木内愛弓氏	なし ※申込制	8/21(木)
	おぶちゃんの筋力アップ体操	8日(月)	1:30～2:30	元気な先生と筋力アップを目指しましょう 持ち物：浴用タオル・水分補給用飲み物 講師：小布施 由恵氏	35名	8/25(月)
	わくわく脳トレ	9日(火) 30日	1:30～2:30	ゲームやクイズを楽しみながら、認知症予防!	各日24名	8/27(水) 9/16(火)
	スマホ講座	24日(水)	10:00～12:00	スマホ初心者向け講習会90分 フリーの何でも質問タイム30分	12名	9/10(水)
子育て	ベビーマッサージ	5日(金)	10:30～11:30	対象：生後8か月くらいまで 講師：古城恵子氏	20組	受付中
	こあらタイム	17日(水)	10:30～11:00	対象：お誕生から1歳のお誕生月までの乳幼児親子 赤ちゃん向けのふれあい遊びと1歳の誕生会	15組	受付中
	なかよしタイム	12日(金)	10:30～11:10	対象：1歳のお誕生月後から乳幼児親子 「うんどうかいあそび」	20組	受付中
	サンデーおやこ体操	21日(日)	10:30～11:15	対象：1歳からの乳幼児親子 持ち物：バスタオル・水分補給用飲み物 講師：榮 南氏	20組	受付中
	絵本とリトミックの贈り物	26日(金)	10:30～11:10	対象：1歳からの乳幼児親子 講師：伊庭まゆみ氏・阿部寿子氏	15組	受付中
	プラレールで遊ぼう!	19日(金) 20日(土)	10:00～4:00 9:00～4:00	対象：乳幼児と保護者・小学生 電車好きな子集まれ!	なし	不要
	にこにこタイム	毎日	3:45～3:55	読み聞かせや手遊び、体操などをします	なし	不要
	ホール開放	毎日	1:00～4:50	幼児は3時30分までコンビカーであそべます 小学生は3時30分からあそべます	なし	不要
交流 どなたでも	ラジオ体操	毎日	9:30～9:40	ラジオ体操第一・第二	なし	不要
	モルック	1日(月) 29日	1:30～2:30	フィンランド発祥のスポーツです シンプルなルールで誰でも楽しく遊べます	各日20名	8/21(木) 9/16(火)
	ホビータイム	5日(金) 22日(月)	9:45～11:00	おしゃべりしながら手作りを楽しみましょう	なし	不要
	みんなdeうたおう	22日(月)	1:30～2:30	カラオケの曲に合わせてみんなで歌いましょう	30名	9/8(月)
	健康増進カラオケ	26日(金)	1:30～3:30	カラオケを楽しみながら交流しましょう(1人2曲)	12名	9/12(金)
	クリーン・グリーン			今月は残暑厳しいため実施しません		
運協	しいの樹フレイル予防体操	12日(金)	2:00～3:00	対象：65歳以上 講師：高橋 奈保子氏(健康運動指導士)	20名	8/29(金)
	役員会・委員会	16日(火)	10:00～11:00	区民ひろば池袋運営協議会の役員会・委員会		
相談	いけよん出前相談	8日(月)	2:20～3:20	高齢者に関する全般的な相談をお受けいたします 主催：高齢者福祉課	なし	当日お越しください
	暮らしの何でも相談会	4日(木)	2:30～3:00	コミュニティソーシャルワーカーが相談をお受けします 主催：豊島区民社会福祉協議会	なし	不要
	あそんで相談	11日(木)	10:00～11:30	西部子ども家庭支援センターによる発達相談 講師：西部子ども家庭支援センター	なし	当日お越しください

※事業は変更・中止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。

区民ひろば池袋9月カレンダー



TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
午前	ホール	ひろばに簡単 アクセス  区民ひろば池袋 ホームページ	フワークラブ		いけよん卓球クラブ			T・Tサークル
	教養①		貸室抽選	貸室抽選	池袋ヨガの会	フレッシュ体操	★ベビーマッサージ	
	教養②							すみれ会
	その他						★ホビータイム	
午後	ホール		★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★音楽で元気！！	★ホール開放	★ホール開放
	教養①		★モルック					はなみずき
	教養②			いきいき麻雀		クローバー		
	その他					★暮らしの何でも相談会		
		7	8	9	10	11	12	13
午前	ホール		フワークラブ	サロンジャスミン		いけよん卓球クラブ	★なかよしタイム	T・Tサークル
	教養①	ホリデーピラティス		池袋ヨガの会		フレッシュ体操		ホリデーピラティス
	教養②							すみれ会
	その他					★あそんで相談		
午後	ホール	★ホール開放	★おぶちゃんの筋力アップ体操	★ホール開放	★ホール開放		★ホール開放	★ホール開放
	教養①		和の会	★わくわく脳トレ	ひばりの会	★足腰筋力アップ	☆しいの樹フレイル 予防体操	はなみずき
	教養②			いきいき麻雀		クローバー		
	その他		★いけよん出前相談会					
		14	15	16	17	18	19	20
午前	ホール		休館日		いけよん卓球クラブ	★「敬老の集い」		T・Tサークル
	教養①			☆連協役員会・委員会	★こあらタイム		★ブラレールであそぼう	★ブラレールであそぼう
	教養②							すみれ会
	その他							
午後	ホール	★ホール開放		★ホール開放	★「敬老の集い」準備		★ホール開放	★ホール開放
	教養①			和の会	☆あかね班		★ブラレールであそぼう	★ブラレールであそぼう
	教養②			いきいき麻雀	クローバー			
	その他							
		21	22	23	24	25	26	27
午前	ホール	★サンデーおやこ体操	フワークラブ	休館日		いけよん卓球クラブ	★絵本とリミックの贈り物	T・Tサークル
	教養①				★スマホ講座	フレッシュ体操		ホリデーピラティス
	教養②							すみれ会
	その他		★ホビータイム				だれでも食堂しいの樹	
午後	ホール	★ホール開放	★ホール開放		★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放	★ホール開放
	教養①		★みんなdeうたおう		ひばりの会	★認知症サポーター講座	★健康増進カラオケ	はなみずき
	教養②					クローバー		
	その他						だれでも食堂しいの樹	
		28	29	30	★主催事業 ☆運営協議会事業 ・廃食油回収（毎月第4月曜日） 9月22日（月）9：00～12：30 不用となった食用油を回収します。  ピアッツァ はじめました！ 区民ひろばからの 情報を発信します ダウンロードは こちらから  ・豊島区民社会福祉協議会のCSW （コミュニティソーシャルワーカー）が 常駐しています。 TEL6864-2930			
午前	ホール	休館日	フワークラブ	サロンジャスミン				
	教養①			池袋ヨガの会				
	教養②							
	その他							
午後	ホール		★ホール開放	★ホール開放				
	教養①		★モルック	★わくわく脳トレ				
	教養②			いきいき麻雀				
	その他		臨時					

※予定は8月18日現在のものです。変更になる可能性もありますのでご了承ください。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS