

令和8年 1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・年末年始・臨時休館日



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

◆ニューイヤーコンサート

26日（月）10時30分～11時30分

出 演：対馬哲男氏（ヴァイオリン）

正住 真智子氏（ピアノ）

対 象：第1部 10時30分～10時50分

定 員 乳幼児ファミリー 35組

第2部 11時～11時30分

大人 70名

申 込：1月5日（月）～

スラック



主 催：区民ひろば池袋運営協議会

主 催：区民ひろば池袋運営協議会

★スラックライン開催 17日（土）2時～3時30分、21日（水）、28日（水）3時～4時30分
スラックラインは、綱渡りを低く短くした誰でも参加できるスポーツ！
子どもから大人まで一緒に楽しく運動できます。ぜひ、体験してみて！！



新着情報

| | 事業名 | 日程 | 時間 | 内容 | 定員 | 申込み 9時～電話可 |
|---|---------------|---------------------------|--------------------------------------|---|------------|---------------------|
| い き い き 6 5 歳 以 上 | 音楽で元気!! | 8日（木） | 1:30～2:30 | 合唱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 | 受付中 |
| | わくわく脳トレ | 13日（火） 27日（火） | 1:30～2:30 | ゲームや脳トレを楽しみ認知症予防！ | 各日24名 | 12/24(水) 1/14(水) |
| | おぶちゃんの筋力アップ体操 | 19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 | 1/5(月) |
| | スマホ講習会 | 28日（水） | 10:00～12:00 | スマホの操作や疑問点について講師が分かりやすく説明いたします 主催：株式会社ソフマップ | 12名 | 1/14(水) |
| 子 育 て | こあらタイム | 21日（水） | 10:30～11:00 | 赤ちゃん向けのふれあい遊びと1歳の誕生会 対象：お誕生から1歳のお誕生月までの乳幼児親子 | 15組 | 受付中 |
| | なかよしタイム | 9日（金） | 10:30～11:10 | 「ふゆあそび」を楽しもう 対象：1歳のお誕生月後から就学前まで | 20組 | 受付中 |
| | ベビーマッサージ | 30日（金） | 10:30～11:30 | 講師：古城恵子氏 対象：生後8か月位まで | 20組 | 受付中 |
| | 絵本とリトミックの贈り物 | 23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 |
| | プラレールであそぼう！ | 7日（水） 18日（日） 19日（月） | 1:00～4:00 1:00～4:00 9:00～12:00 | 広い部屋でプラレールで思いっきりあそべます 対象：乳幼児と保護者・小学生 | 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 |
| 交 流 ど な た で も | ホール開放 | 毎日 | 1:00～4:50 | 幼児は3時30分までコンピューターであそべます 小学生は3時30分からあそべます（使用できない日もあります） | なし | 不要 |
| | 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 | 5日（月） 29日（木） | 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行えます | 各日20名 | 受付中 1/15(木) |
| | みんなdeうたおう | 16日（金） | 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 | 12/26(金) |
| | 健康増進カラオケ | 20日（火） | 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 | 1/6(火) |
| | クリーニングリーン | | | 1月はお休み | | |
| 運 協 | ホビータイム | 9日（金） 19日（月） | 9:45～11:00 | おしゃべりをしながら手作りを楽しみましょう | なし | 不要 |
| | しいの樹フレイル予防体操 | 9日（金） | 2:00～3:00 | 講師の指導による脳トレを兼ねた体操を行います 対象：65歳以上 講師：高橋 奈保子氏（健康運動指導士） | 20名 | 12/26(金) |
| 相 談 | 役員会・委員会 | 20日（火） | 10:00～12:00 | 区民ひろば池袋運営協議会の役員会・委員会 | | |
| | 暮らしの何でも相談会 | 9日（金） | 10:30～11:30 | 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 |
| | いけよん出前相談 | 16日（金） | 2:20～3:20 | 高齢者に関する全般的な相談をお受けします 主催：高齢者福祉課 | なし | 不要 |

予告！

◆節分寄席

2月3日（火）1時30分～2時30分

出 演：春風亭伝枝師匠

対 象：どなたでも

定 員：60名

申 込：1月20日（火）～



主 催：区民ひろば池袋運営協議会

笑って福を呼び込みましょう！！
年女・年男集まれ！

※1月の休館日：1日～4日、12日（成人の日）



区民ひろば池袋 1月カレンダー



TEL 3982-9658
FAX 3982-9659

| | | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|-----|-----------------------------------|--------------------|---|--------------|------------|--------------------------|-----------|
| 区民ひろば池袋 | | | | | | 1 | 2 | 3 |
| 午前 | ホール | | | | | | 今年も一年どうぞ宜しく お願いいたします。 | |
| | 教養① | | | | | | | |
| | 教養② | | | | | | | |
| | その他 | | | | | | | |
| 午後 | ホール | ◆車椅子の 短期貸出を 行っています。 (1台) | | ◆豊島区民社会福祉協議会のCSW (コミュニティーソシャルワーカー)が常駐しています。 TEL 6864-2930 | | | | |
| | 教養① | | | | | | | |
| | 教養② | | | | | | | |
| | その他 | | | | | | | |
| | | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 午前 | ホール | 休館日 | フラワークラブ | ★ホール開放 | ★ホール開放 | 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 | | 貸室抽選 | 貸室抽選 | 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 | | | | | | ★ホビータイム | すみれ会 |
| | その他 | | | | | | 暮らしの何でも相談会 | |
| 午後 | ホール | 臨時 | ★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 | | ★ブレーレルであそぼう! | | ☆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 | | | | | | | |
| | | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 午前 | ホール | 休館日 | サロンジャスミン | いけよん卓球クラブ | フラワークラブ | | | T・Tサークル |
| | 教養① | | | 池袋ヨガの会 | フレッシュ体操 | | | |
| | 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 | ★ホール開放 | ★ホール開放 | ★ホール開放 | ★スラックライン | |
| | 教養① | | ★わくわく脳トレ | ひばりの会 | | ★みんなdeうたおう | | 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 | | |
| | | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 午前 | ホール | ★ただじゅんのあそびっこ | フラワークラブ | | いけよん卓球クラブ | | ★絵本リトリック の贈り物 | T・Tサークル |
| | 教養① | | ★ブレーレルであそぼう! | ☆運協役員会委員会 | ★こあらタイム | フレッシュ体操 | | |
| | 教養② | | ★ホビータイム | | | | | すみれ会 |
| | その他 | | | | | | だれでも食堂しいの樹 | |
| 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 | ★スラックライン | ★ホール開放 | ★ホール開放 | ★ホール開放 |
| | 教養① | ★ブレーレルであそぼう! | 和の会 | ★健康増進カラオケ | あかね班 | | | はなみずき |
| | 教養② | | | いきいき麻雀 | | クローバー | | |
| | その他 | | | | | | だれでも食堂しいの樹 | |
| | | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 午前 | ホール | | ☆ニューカラーコンサート | サロンジャスミン | フラワークラブ | いけよん卓球クラブ | | T・Tサークル |
| | 教養① | ホリデーピラティス | | 池袋ヨガの会 | ★スマート講習会 | フレッシュ体操 | ★ベビーマッサージ | ホリデーピラティス |
| | 教養② | | | | | | | すみれ会 |
| | その他 | | | | | | | |
| 午後 | ホール | コンサート準備 | ★ホール開放 | ★ホール開放 | ★スラックライン | ★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 | ★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 | | | | | | | |

※予定は12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。