

区民ひろば目白 9月のお知らせ

運協



豊島区目白2-20-26
電話 5956-5871
開館時間 9時～17時
休館日 祝日 年末年始

「パパママとあそぼう！キッズ体操」
7日(日)10:15～11:15
親子で身体を動かして遊びます
講師：青山浩美氏
対象：1歳から未就学児と保護者
定員：20組
申込：8月22日(金)～電話可

敬老のついで「民謡ショー」
楽しいトークと民謡ショーをお楽しみください
11日(木)10:00～11:00
出演：小沢千月氏・小沢 千芽々氏
大河内 美紗氏・小沢千秋氏
対象：65歳以上の方
定員：50名
申込：8月28日(木)～電話可
共催：区民ひろば目白運営協議会

お土産があります

としまる体操&ミニゲーム
「おなか元気教室」
8日(月)10:30～11:15
対象：65歳以上の方
定員：25名
申込：8月25日(月)～電話可
持ち物：筆記用具・飲料水

「けん玉講座」
18日(木)10:00～11:00
講師：豊島区リハビリテーション
従事者連絡会
対象：65歳以上の方
定員：12名
申込：区内3日(水)～
区外5日(金)～ 電話可
持ち物：飲料水

サロンコアラ特別プログラム
「ぼん太先生の
ママ向けの健康体操」
26日(金)10:30～11:00
講師：國本幸太氏
対象：乳幼児親子
定員：25組
申込：12日(金)～電話可
※2歳以上の9月のお誕生会は
10月24日(金)のサロンコアラで行います

「作品展」
10日(水)～14日(日)
9:00～16:00(14日のみ15:00まで)
ひろばをご利用の皆様や近隣の保育園の
お子さんによる手作り作品を展示します
素敵な作品をどなたでもご覧いただけます
「作品展に向けての作品募集中！」
作品募集期間：5日(金)～8日(月)
9:00～16:00にお持ちください

「はじめての王手」
10月7日(火)10:00～11:00
～理想の身体を手に入れる～
講師：高田介護予防センター
対象：65歳以上の方
定員：20名
申込：9月24日(水)～電話可
持ち物：飲料水

脳トレひろば
「フレイル予防体操」
10月7日(火)14:00～14:45
楽しく身体を動かしながらフレイル予防！
講師：高橋 奈保子氏
対象：65歳以上の方
定員：25名
申込：9月24日(水)～電話可
持ち物：飲料水

※お申し込みは原則ご自身で(家族は可)お願いします・電話可です

	事業名	日程	時間	定員	申込(電話可)開始日	内容	持ち物
と な だ で も	ぼん太先生の パワーアップ体操	10(水)	10:00～11:00	28名	区内8/26(火) 区外8/29(金)	講師 國本幸太氏 楽しく体を動かし心身ともに元気になるしましょう	飲料水 バスタオル・上履き (必要な方)
	みんカラ♪	5・19(金)	14:00～15:00		申込不要	大きなスクリーンで、みんなで楽しく歌いましょう	
	ラジオ体操	毎週月～金	9:00～		雨天・気温が高い時は室内	ひろばの前庭でラジオ体操第1・第2を行います	
	卓球タイム	6・13(土)	9:30～11:30		当日受付で申し込んでください	一組、30分交代です 中学生～高齢者対象(小学生は付き添いが 必要です)	
高 齢 者	としまる体操& ミニゲーム	8(月) 22(月)	10:30～11:15 10:30～11:30	25名	8/25(月) 申込不要	おなか元気教室 としまる体操&口腔ケア体操	飲料水 上履き(必要な方)
	脳トレひろば	2(火)	14:00～15:00	8名	8/19(火)	ニギニギ体操とちりめんでお花をつくります	飲料水 筆記用具
	おげんきひろば	16(火)	10:30～11:30		申込不要	目白警察署の方による交通安全研修会	飲料水
	シャイニーシニア	3(水)	10:30～11:30	28名	区内 8/20(水) 区外8/22(金) 10/1(水)の申込 区内9/17(水) 区外 9/19(金)	講師 青山浩美氏 椅子などを使う楽しく無理のない体操です	飲料水・手ぬぐい 上履き(必要な方)
子 育 て	ひよこタイム (0歳児から未就学児親子)	19(金)	10:30～11:00	20組	3(水)	「ブラバンキーホルダーをつくろう」 1歳のお誕生会(手形をとります)	
	身体測定	19(金)	11:00～11:30		当日受付へ 11:15までに申込み	身長と体重を測ります	
	サロンコアラ (0歳児から未就学児親子)	26(金)	10:30～11:00	25組	12(金)	「ぼん太先生のママ向けの健康体操」 ご自宅で行える体操を知って健康的な身体づくりを！	
	おはなしエンジョイ	26(金)	11:00～11:40		申込不要	サークルおはなしエンジョイの方々による楽しい 読み聞かせの時間です	
	たのしくリミック (6ヵ月から3歳)	今月はお休み	10:30～11:00	25組	10/9(木)の申込 区内9/26(金) 区外9/29(月)	講師 野沢絵美氏 リミックを通して音楽の楽しさをお伝えします	
	ベビーマッサージ (2ヵ月位から10ヵ月位)	12(金)	10:30～11:00	20組	8/29(金)	講師 丸山充世氏 親子のふれあいの時間を楽しみましょう	バスタオル・ベビー オイル(必要な方)
	プラレールひろば	20(土)28(日)	9:00～11:45			プラレールをお部屋で広げて遊べます	
	のりものタイム (乳幼児)	土・日	9:00～16:50		行事等で使用できない日もあります	めじろホールで、三輪車・コンビカー・押し車で遊べます	
	小学生タイム	土・日	15:00～16:30		当日受付で申し込んでください 行事等で使用できない日もあります	めじろホールで遊べます(1グループ30分) 最終受付：16:00 ※中・高校生はご相談ください	
相 談	子育てタイム	27(土)	9:00～14:30		当日受付で申し込んでください 行事等で使用できない日もあります	めじろホールで乳幼児と保護者は大型ブロック、小学生と 保護者は区民ひろばにある、貸し出し遊具で遊べます	
	ふくろうの杜 高齢者出張相談	18(木)	10:30～12:00		申込不要	高齢者総合相談センターふくろうの杜の職員が相談を お受けします	
	まちの相談室	2(火)	14:00～16:00		申込不要	高齢者福祉課巡回相談の専門職にご相談ください	
	おでかけ相談	12(金)	10:30～11:30		申込不要	東部子ども家庭支援センター職員による育児相談	
	CSW巡回デー 【CSWスポット】	10(水)	10:00～12:00		申込不要	豊島区民社会福祉協議会コミュニティソーシャルワ ーカー(csw)が内容に応じた支援や関係機関・地域情報 のご紹介などを行います 予約不要・相談は無料です	
	暮らしのなんでも 相談会	19(金)	10:30～11:30		申込不要		

※9月の廃食用油回収日は 22日(月)午前9時から午後12時30分です。口の閉まる容器に入れてお持ち下さい。
その他、使用済みの小型家電(15cm×30cm)、蛍光灯、乾電池、インクカートリッジなどの回収を行っています。



区民ひろば目白 令和7年9月のカレンダー

* カレンダーは令和7年8月15日現在の予定です。変更の場合もあります。

豊島区目白2-20-26
電話 5956-5871
開館時間 9時～17時
休館日 祝日 年末年始

午前					午後		
サークルルーム1	サークルルーム2	めじろホール	日	曜日	サークルルーム1	サークルルーム2	めじろホール
	☆貸室抽選 (交流ひろば)		1	月			
陶芸サークル紫苑の会		目白卓球サークル	2	火			☆脳トレひろば ☆まちの相談室
		☆シャイニーシニア	3	水			サンサンキッズ
(臨時休館日)			4	木	(臨時休館日)		
↑	おはなしエンジョイ	シニアヨガ目白	5	金	↑	目白うろうろ会	☆みんカラ
		☆卓球タイム	6	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
	どれみリトミック	☆パパママとあそぼう キッズ体操	7	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
作品保管	おひさまキッズ	☆としまる体操&ミニゲーム 「おなか元気教室」	8	月	作品保管		サロンリズム体操会
		目白卓球サークル	9	火			
☆作品展 (いきいきひろば)	控室 ☆CSW巡回デー(交流ひろば)	☆ぼん太先生の パワーアップ体操	10	水	☆作品展 (いきいきひろば)	敬老のつどい準備	敬老のつどい準備
	控室	☆敬老のつどい	11	木		敬老のつどい片付け としま家落語会	敬老のつどい片付け
	控室	☆ベビーマッサージ ☆おでかけ相談	12	金		目白うろうろ会	
		☆卓球タイム	13	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
		☆のりものタイム	14	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
敬老の日(休館日)			15	月	敬老の日(休館日)		
		☆おげんきひろば 「交通安全」	16	火			目白ポッチャ
↓	フラナホク		17	水	↓		サンサンキッズ
サロン・デザミ ☆ふくろうの杜出張相談	控室	☆けん玉講座	18	木			キッズチア AEROSMILE
シニアヨガ目白	控室	☆ひよこタイム ☆身体測定 ☆暮らしのなんでも相談会	19	金	目白うろうろ会		☆みんカラ
☆ブラレールひろば		☆のりものタイム	20	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
(臨時休館日)			21	日	(臨時休館日)		
		☆としまる体操& ミニゲーム	22	月			サロンリズム体操会
秋分の日(休館日)			23	火	秋分の日(休館日)		
フラナホク			24	水			サンサンキッズ
		サンシャインママ	25	木			西池袋太極拳 キッズチアAEROSMILE
シニアヨガ目白 おはなしエンジョイ (いきいきひろば)	控室	☆サロンコアラ 「ぼん太先生のママ向けの 健康体操」	26	金	おはなしエンジョイ	目白うろうろ会	運営協議会役員会 (いきいきひろば)
		☆のりものタイム ☆子育てタイム	27	土			☆のりものタイム ☆子育てタイム ☆小学生タイム
☆ブラレールひろば	どれみリトミック	☆のりものタイム	28	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
		おひさまキッズ	29	月			
		目白卓球サークル	30	火			チアれん

☆印→ひろば主催事業 ☆印なし→サークル・団体貸し出し

※衛生上の理由から靴下の着用をお願いしております。

※カレンダーが空欄のところは、個人でも使用可能ですのでお声かけください。

ご利用の際は、利用者の方々との 共用の場所となりますので、ご相談ください。

(その使用する部屋で使用できる道具をお貸しすることもできます。)

11月の貸室抽選日は10月1日(水)です

ひろば



区民ひろば X SDGs