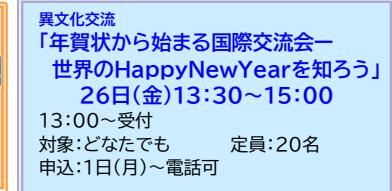
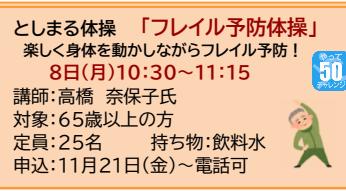
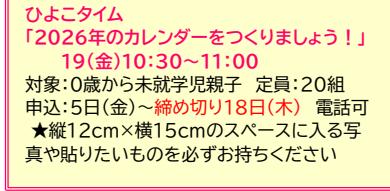
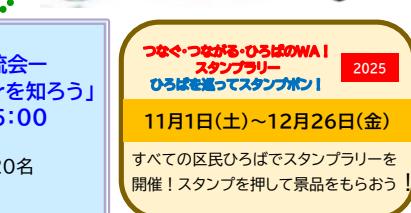
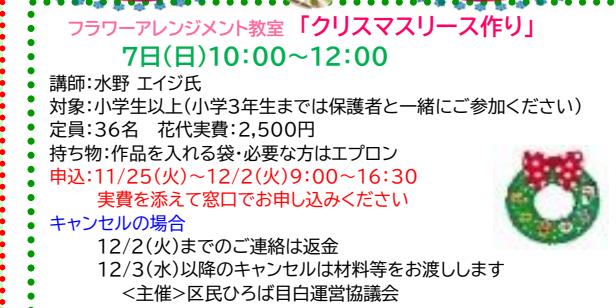
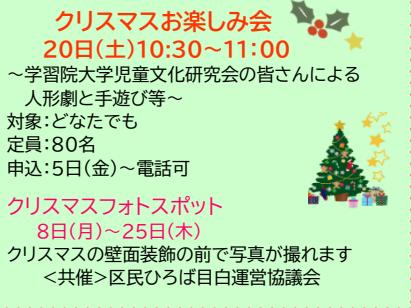


区民ひろば目白 12月のお知らせ



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



※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
どなたでも	ぽん太先生のパワーアップ体操	10(水)	10:00~11:00	28名	区内11/26(水)区外11/28(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ります	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	楽器
	ラジオ体操	毎週月~金	9:00~		雨天の日は室内で行います	ひろばの前庭でラジオ体操第1・第2を行います	音楽用具
	卓球タイム	6・27(土) 14(日)	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(小学生は付き添いが必要)	卓球用具
高齢者	としまる体操 & ミニゲーム	8(月)	10:30~11:15	25名	11/21(金)	フレイル予防体操 講師 高橋 奈保子氏	飲料水
		22(月)	10:30~11:30		申込不要	としまる体操 & 口腔ケア体操	飲料水
	脳トレひろば	2(火)	14:00~15:00		申込不要	ニギニギ体操 & 2026年のカレンダーブック 写真や貼りたいものがある方はお持ちください	飲料水
	おげんきひろば	16(火)	10:30~11:30		申込不要	音楽で脳トレ	飲料水
	シャイニーシニア	3(水)	10:30~11:30	28名	区内11/18(火)区外11/20(木) 1/7(水)の申込 区内12/19(金)区外12/21(日)	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	いきいき体操	50 13(土)	10:30~11:30	25名	11/29(土)	講師 高木 翔氏(理学療法士) 高齢者向けの無理のない体操です	飲料水
	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	5(金)~18(木)締め切り	「2026年カレンダーをつくりましょう」 写真や絵など貼りたいものをお持ちください(縦12cm×横15cm以内) 1歳のお誕生会(手形をとります)	おもちゃ
	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)	今月はお休み	10:30~11:00	20組	次回は1/23(金)	2歳以上の12月のお誕生会は1月に行います	ぬいぐるみ
	おはなしエンジョイ	今月はお休み	11:00~11:40		次回は1/23(金)	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	絵本
	たのしくリトミック (6ヵ月から3歳)	11(木)	10:30~11:00	25組	区内11/27(木)区外12/1(月)	講師 野沢絵美氏 リトミックを通し音楽の楽しさをお伝えします	楽器
	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	11/28(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	21(日)	9:00~11:45		プラレール	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・コンピカー・押し車で遊べます	
相談	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	
	子育てタイム	今月はお休み	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	ぬいぐるみ
	あそんで相談	11(木)	10:00~11:30		申込不要	西部子ども家庭支援センターの理学療法士・心理・ 家庭支援ワーカーによる遊びながらの育児相談	
ふくろうの杜 高齢者出張相談	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	
	CSW巡回デー 【CSWスポット】	11(木)	13:30~15:30		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	22(月)	10:30~11:30		申込不要		

※12月の廃食油回収日は 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。



臨時休館日
4(木) 28(日)



区民ひろば目白 令和7年12月のカレンダー

* カレンダーは令和7年11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)		おひさまキッズ	1 月			
	クリスマス装飾	目白卓球サークル	2 火			☆脳トレひろば ☆まちの相談室
フナホク		☆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)		
		シニアヨガ目白	5 金		目白うろうろ会	☆みんカラ
	おはなしエンジョイ	☆卓球タイム	6 土			☆フラワー・アレンジメント準備
	控室	☆フラワー・アレンジメント	7 日			☆フラワー・アレンジメント片付け
おひさまキッズ		☆としまる体操＆ミニゲーム	8 月		としま家落語会	サロンリズム体操会
陶芸サークル 紫苑の会		目白卓球サークル	9 火			
	控室	☆ほん太先生のパワーアップ体操	10 水	サンサンキッズ		チアれん
サンシャインママ	☆CSW巡回デー (いきいきひろば)	☆たのしくリトミック ☆あそんで相談	11 木			西池袋太極拳 キッズチアAEROSMILE
シニアヨガ目白	控室	☆ベビーマッサージ	12 金	目白うろうろ会		
	控室	☆いきいき体操	13 土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
		☆卓球タイム	14 日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
	☆クリスマスフォト (交流ひろば)	おひさまキッズ	15 月	運営協議会役員会	☆クリスマスフォト (交流ひろば)	
		☆おげんきひろば	16 火			目白ボッチャ
		フナホク	17 水			サンサンキッズ
サンシャインママ		サロン・デザミ ☆ふくろうの杜出張相談	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	19 金		控室	☆みんカラ クリスマスお楽しみ会準備
	控室	☆クリスマスお楽しみ会	20 土		控室	☆のりものタイム ☆小学生タイム
☆プラレールひろば	どれみリトミック	☆のりものタイム	21 日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
おひさまキッズ		☆としまる体操＆ミニゲーム ☆暮らしのなんでも相談	22 月			サロンリズム体操会
陶芸サークル 紫苑の会		目白卓球サークル	23 火			
			24 水	サンサンキッズ		チアれん
		サンシャインママ	25 木			キッズチアAEROSMILE
		シニアヨガ目白	26 金	目白うろうろ会	控室	☆異文化交流
		☆卓球タイム	27 土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
(臨時休館日)			28 日	(臨時休館日)		
休館日(年末年始)			29 月	新年は1月5日(月)から開館いたします		
			30 火			
			31 水			

☆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。

※カレンダーの空欄のところは、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。)

2月分の貸室抽選日は 1月5日(月)です



区民ひろば × SDGs