

区民ひろば目白 1月のお知らせ



住所 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

「新年お楽しみ会～三線演奏会～
15日(木)10:30~11:15

出演:三刀屋 美鈴氏
対象:どなたでも
定員:80名
申込:現在受付中 電話可

「パパママとあそぼう！ キッズ体操」
~親子で身体を動かして遊びます！~
18日(日)10:15~11:15

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:12月22日(月)~電話可

「節分わくわくコンサート」
~みんなと一緒に歌って、踊って楽しめましょう♪~
31日(土)10:30~11:00

講師:森菜々子氏
対象:どなたでも 定員:80名
申込:16(金)~ 電話可
<主催>区民ひろば目白運営協議会

**いきいき世代の特別プログラム
「おぶせ先生のリフレッシュ体操」**
~楽しく身体を動かして若返りましょう！~
17日(土)10:30~11:30

講師:小布施 由恵氏
対象:65歳以上の方
定員:25名
持ち物:浴用タオル・水分補給
申込:7日(水)~電話可

「保育園タイム」
~目白第二保育園職員による
ふれあい遊びと育児相談等~
21日(水)10:30~11:00

対象:乳幼児親子
定員:20組
申込:7日(水)~電話可
日頃気になっていることを
保育園の先生に聞いてみませんか？

**「認知症サポーター
養成講座」**
29日(木)10:00~11:30

講師:豊島区キャラバン・メイト
対象:豊島区内在住・在勤・在学の方
定員:10名
申込:5日(月)~
高齢者福祉課介護予防・認知症グループ
電話(4566)2433へ
直接申し込みください

*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	ぽん太先生のパワーアップ体操	14(水)	10:00~11:00	28名	区内12/24(水)区外12/26(金)	講師 国本幸太氏 楽しく体を動かし心身と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♪	16(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	
	卓球タイム	10(土)25(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)	
高 齢 者	としまる体操&ミニゲーム	26(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	6(火)	14:00~15:00		申込不要	ピンのふたオーブナー作り&ニギニギ体操	飲料水
	おげんきひろば	20(火)	10:30~11:30		申込不要	ラジオ体操 & モルック	飲料水
	シャイニーシニア	7(水)	10:30~11:30	28名	区内12/19(金)区外12/21(日) 2/4(水)の申込 区内1/21(水)区外1/23(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)
	いきいき体操	5月はお休み	10:30~11:30	25名	次回は2/28(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
子 育 て	ひよこタイム (0歳児から未就学児親子)	16(金)	10:30~11:00	20組	12/19(金)	「節分工作」 1月生まれの1歳のお誕生会(手形をとります)	
	身体測定	16(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)	23(金)	10:30~11:00	20組	1/9(金)	「まめまきごっこであそぼう」 12月・1月生まれの2歳以上のお誕生会(手形をとります)	
	おはなしエンジョイ	23(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	
	たのしくリトミック (6ヵ月から3歳)	8(木)	10:30~11:00	25組	区内12/22(月)区外12/23(火)	講師 野沢絵美氏 リトミックを通じ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)	今月はお休み	10:30~11:00	20組	次回は3/13(金)	講師 丸山充世氏 親子のふれあいの時間を楽しめます	バスタオル・ベビーオイル (必要な方)
	プラレールひろば	11(日)24(土)	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・コンピカー・押し車で 遊べます	
	小学生タイム	土・日 冬休みの平日	15:00~16:30 15:00~16:50		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グレード30分) 最終受付:16:00(冬休み平日は16:20) ※中・高校生はご相談ください	
相 談	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	
	ふくろうの杜 高齢者出張相談	15(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】	14(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ーサーチルワー 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	暮らしのなんでも 相談会	21(水)	10:30~11:30		申込不要		

*1月の廃食油回収日は 26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。



1月の臨時休館日
4(日) 19(月)



はじめました！

区民ひろばからの
情報発信します

QRコードは
こちらから

区民ひろば目白 令和8年1月のカレンダー

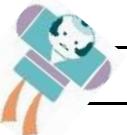
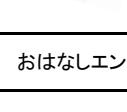
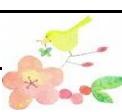
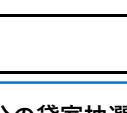
* カレンダーは令和8年12月15日現在の予定です。変更の場合もあります。

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
	元旦		1	木		元旦	
	休館日		2	金		休館日	
	休館日		3	土		休館日	
	(臨時休館日)		4	日		(臨時休館日)	
	おひさまキッズ		5	月			サロンリズム体操会
	目白卓球サークル		6	火			☆脳トレひろば
おはなしエンジョイ		☆シャイニーシニア	7	水			サンサンキッズ
サンシャインママ		☆たのしくリトミック	8	木			キッズチアAEROSMILE
			9	金		目白うろうろ会	
		☆卓球タイム	10	土			☆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	11	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
成人の日(休館日)			12	月	成人の日(休館日)		
	目白卓球サークル		13	火			
フナホク	☆CSW巡回デー (いきいきひろば)	☆ぼん太先生の パワーアップ体操	14	水	サンサンキッズ	新年お楽しみ会準備	新年お楽しみ会準備
サロン・デザミ ☆ふくろうの杜出張相談	控室	☆新年お楽しみ会 三線演奏会	15	木		としま家落語会	西池袋太極拳 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	16	金	目白うろうろ会		☆みんカラ
	控室	☆おぶせ先生の リフレッシュ体操	17	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
		☆パパママとあそぼう キッズ体操	18	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
(臨時休館日)			19	月	(臨時休館日)		
	☆おげんきひろば		20	火	運営協議会広報部会		目白ボッチャ
		☆保育園タイム ☆暮らしのなんでも相談会	21	水			サンサンキッズ
	サンシャインママ		22	木			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)	☆サロンコアラ	23	金	目白うろうろ会	おはなしエンジョイ	
☆プラレールひろば		☆のりものタイム	24	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム
		☆卓球タイム	25	日			☆のりものタイム ☆小学生タイム
おひさまキッズ		☆どしまる体操 &ミニゲーム	26	月	運営協議会役員会		サロンリズム体操会
		目白卓球サークル	27	火			
フナホク			28	水	サンサンキッズ		チアれん
サンシャインママ	控室	☆認知症サポーター 養成講座	29	木			キッズチアAEROSMILE
		シニアヨガ目白	30	金		控室	節分わくわくコンサート 準備
	控室	☆節分わくわく コンサート	31	土			☆のりものタイム ☆小学生タイム

☆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。)

3月分の貸室抽選日は 2月2日(月)です



区民ひろば × SDGs