

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、踊って楽しめよう♪～
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しましょう！～
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
直接申し込んでください

※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
どなたでも	ぼん太先生の 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 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)
	みんなカラ♪	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	ピンふたオープナー作り&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	今月はお休み	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 リミックを通し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みましょう	バスタオル・ベビーオ イル(必要な方)
	ブラレールひろば	11(日)24(土)	9:00～11:45			ブ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 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グループ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	



※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)

◆ピアッ
はじめました
区民ひろばから
情報を発信します
ダウンロード
はこちら

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			
フラナホク	☆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
		☆ババママとあそぼう 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		☆としまる体操 & 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			
フラナホク			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

ひろ
ば
HP



区民ひろば X SDGs