

令和7年 区民ひろば豊成 10月のプログラム



豊島区上池袋1-28-7
 電話 03-5961-3494
 開館時間 9時から17時
 休館日 祝日と年末年始
 臨時休館日あり

ハロウィンに集まろう！

18日(土)
 ①10時30分から11時10分(受付11時まで)
 ②11時20分から12時(受付11時45分まで)
 ★①②どちらかの回にお申込みください

入替え制です

対象 乳幼児と保護者
 定員 各回 乳幼児30名
 申込 区内の方 9/25(木)
 区外の方 10/2(木)
 主催 区民ひろば豊成運営協議会

はじめてのピラティス

19日(日) 10時30分
 講師 大塚知美氏
 対象 区内在住のどなたでも
 定員 20名 申込 10/6(月)

SDGs工作「ゴーヤのつるでリース作り」

28日(火) 10時
 対象 区内在住のどなたでも
 定員 10名 申込 10/15(水)
 持ち物 リボンや毛糸など飾りたいもの

プチ折り紙タイム

職員による簡単な折り紙です
30日(木) 10時
 「ダリア」
 対象 区内在住の65才以上の方
 定員 10名 申込 10/17(金)

豊成カルチャー講座「革細工」

A 10月29日(水)・30日(木)
 ①コースター2枚 ②名刺入れ
 B 11月4日(火)・5日(水)
 ③キーケース ④眼鏡入れ
 いずれも13時30分から15時30分
 ★A、Bどちらかの回にお申込みください
 講師 中島育子氏
 対象 区内在住の方(お子様連れはご遠慮ください)
 定員 各回10名 申込 10/6(月)
 材料費 ①②③ 500円 ④1,000円
 主催 区民ひろば豊成運営協議会

東部子ども家庭支援センター 育児相談(おでかけ相談)

3日(金) 11時から12時
 子育てや発達の悩みを一人で抱えていませんか

予告 水道キャラバン
11月4日(火) 10時30分
 対象 乳幼児親子 20組
 申込 10/22(水)

※午前中に時間を変更した事業があります
 高齢者向き(65才以上の方)

予告 作品展 11月13日(木)から15日(土) 作品を募集します♪
 サークルや地域の皆さまの作品を展示します！作品受付11月4日(火)より

事業名	日程	時間	内容
シニアエアロ	1(水)	13時30分	講師 篠原あや子氏 転倒防止のために楽しく体を動かしましょう 持ち物 上履き
ゆったりエクササイズ	10(金)		講師 佐々木 玲子氏 椅子に座ってしなやかな体づくりをしましょう 持ち物 タオルと上履き
ポッチャにトライ!	6・20(月)	10時	定員18名 申込 6日 区内の方 9/24(水) 区外の方 9/30(火) 20日 区内の方 10/7(火) 区外の方 10/14(火) 持ち物 上履き
脳トレ・あたま&からだ	8・22(水)		定員18名 申込 8日 区内の方 9/25(木) 区外の方 10/2(木) 22日 区内の方 10/10(金) 区外の方 10/16(木)

どなたでも

歌いましょう	3(金)	13時30分	講師 水谷桂子氏 季節の歌や唱歌などを楽しみます
わいわいモルック	27(月)		定員 14名 申込 区内の方 10/14(火) 区外の方 10/21(火)
音楽で脳トレ体操	16(木)	10時	定員 8名 申込 区内・区外ともに10/3(金)
カラオケタイム 健康増進カラオケ(通信)	23(木)		定員 8名 申込 区内の方 10/10(金) 区外の方 10/17(金) ※1人2曲まで

乳幼児親子向き

らんらんランド 1才以上の親子対象	7・21(火)	10時30分	7日 手遊びとビッグブック 21日 誕生会とハロウィン工作
ばぶばぶランド 0才親子対象	3・17(金)		3日 おおきくなったかな。身長・体重測定 17日 ハーフバースデー・6ヵ月のお子さん集まれ！ねんねでパチリ！ハロウィン編
ベビーマッサージ	2(木)		講師 横田千春氏 対象 2ヵ月からハイハイ頃まで 持ち物 バスタオル・ベビーオイル等
としま子育てサロン つくしんぼ	14(火)	10時30分	「ベビーエクササイズ」 対象 マタニティママ、0歳から3歳までの親子 主催 池袋東地区民生委員児童委員協議会
リトミック	16(木)		講師 野沢絵美氏 定員 20組 対象 8ヵ月から2歳くらいまで 申込 区内の方 10/3(金) 区外の方 10/10(金)
おはなし会	21(火)		中央図書館 読み聞かせボランティアによるおはなし会です
電車であそぼう	12(日)	9時30分から14時30分	トイレールを自由につなげて、親子で電車あそびを楽しみましょう

- ☆ひろばでは安全面と衛生面を考慮し、靴下の着用をお願いしています。
- ☆給水機を設置しています。マイボトルをご持参ください
- ☆ホール(2階)の利用は16時(長期休業期間は15時)から小学生優先となります。
- <お知らせ>
- ◇古着回収BOXを設置しています。
- ◇使用済み蛍光灯・小型家電(30cm×15cm以内)・乾電池(ボタン電池・充電式を除く)・携帯電話等回収しています。
- ◇車椅子の短期貸出しを行っています。ご希望の方はお問い合わせください。
- ◇廃食油リサイクル事業 27日(月) 9時から12時30分 当館玄関前で回収します。

10月の休館日
9日(木)
13日(月)
26日(日)

みんなの区民ひろばフェス
10月18日(土) 10時~16時
 @イケサンパーク、サンシャインシティ高架下
 青空コンサートとコラボ！音楽×アートのワークショップ、ダンスのワークショップを開催！その他、マルシェも出店予定。

*この予定は9月12日現在のものです。

令和7年

区民ひろば豊成 10月のカレンダー



豊島区上池袋1-28-7
 電話 03-5961-3494
 開館時間 9時から17時
 休館日 祝日と年末年始
 臨時休館日あり

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前	*細字はサークル活動等です *太字はひろばまたは運営協議会の主催事業です 			貸室抽選会及び予約(11月分)	ベビーマッサージ(サ)	ほぶほぶランド(サ) おでかけ相談	
午後	<お部屋の表示について> (ホ)ホール (子)子育てひろば (サ)サークル室 (い)いきいきひろば (多)多目的ホール (集)区民集会室 			シニアエアロ(ホ)	ヒアリングフレイルチェック(サ) 申込・問い合わせ: 東池袋フレイル対策センター 03-5924-6212	歌いましょう(ホ)	
	5	6	7	8	9	10	11
午前		ポッチャにトライ!(ホ) 	らんらんランド(サ)	脳トレ・あたま&からだ(集)	臨時休館日	ヨーガカトリア(ホ)	
午後			どんぐり班(い)			ゆったいエクササイズ(ホ)	くまの子(集)
	12	13	14	15	16	17	18
午前	電車であそぼう(サ) 9時30分~14時30分	スポーツの日 休館日	つくしんぼ(ホ・サ)		音楽で脳トレ体操(サ) リトミック(ホ)	ほぶほぶランド(サ) ヨーガカトリア(ホ)	ハロウィンに集まろう!(ホ・サ) 
午後			昭寿会わなげ(ホ)	しなやか尿失禁講座(集)②		事業準備(ホ・サ)	
	19	20	21	22	23	24	25
午前	はじめてのピラティス(ホ)	ポッチャにトライ!(ホ) 	らんらんランド(サ) おはなし会(サ) 中央図書館読み聞かせボランティア	脳トレ・あたま&からだ(集)	カラオケタイム(サ) 豊成としまる会(ホ)		
午後		サロンひばり(サ)	どんぐり班(い)				大塚池袋太極拳クラブ(ホ)
	26	27	28	29	30	31	10月休館日 9日(木) 13日(月) 26日(日) 
午前	臨時休館日	豊成サロン(集)	ゴーヤのつるでリース作り(い)		フキ折り紙タイム(い) 豊成としまる会(ホ)		
午後		わいわいモルック(集)	昭寿会わなげ(ホ)	豊成カルチャー講座A(集)	豊成カルチャー講座A(集) サロンひばり(サ)		

*この予定は9月12日現在のものです