



# 令和4年 6月 区民ひろば千早「いきいき」予定表

URL : <http://hiroba-chihaya.org/>

NPO法人はばたけ千早 豊島区要町3-7-10 いきいき(1階) ☎3959-2281 FAX3959-2282

区民ひろば千早

【開館時間】9時～17時

【休館日】祝日、年末年始

	日	月	火	水	木	金	土
	SDGs 未来都市としま			1	2	3	4
午前	 豊島区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。			貸室受付 楽しく筋トレ			<b>文化祭</b> (サークル発表会) 作品展示と舞台発表 9時～16時30分
午後				う～んと運動	う～んと運動	文化祭作品展準備 13時～16時30分	
	5	6	7	8	9	10	11
午前	<b>文化祭</b> サークル作品展示 9時～16時30分	ミーティング 作品展示9時～13時	フィットネス要	書道を楽しむ会		コーラス・FCK	輪投げ
午後		文化祭片付け 13時30分～	悠千会 マウスの会	フレイル歩行チェック 要町吟詠会	う～んと運動 絵手紙	かな書道 つくしの会	フレンドシップ
	12	13	14	15	16	17	18
午前	百代会(総会)	笑寿会	フラ・カトレア	回遊音楽キャラバン 出張相談	NPO理事会	太極拳&ストレッチ 出張めだかサロン	輪投げ
午後	百代会(総会) ゆうこサロン	呉式太極拳	あじさい 区集貸出	う～んと運動 語り部部会 まちの相談室	う～んと運動	どれみんので歌おう マウスの会 出張相談	フレンドシップ ライسنイスP(ロビー)
	19	20	21	22	23	24	25
午前	24式太極拳日曜会 区集貸出		スマホ体験教室 区集貸出	楽しく筋トレ 区集貸出		太極拳&ストレッチ	
午後	ミシンの会 区集貸出	呉式太極拳 要町吟詠会	スマホ体験教室 区集貸出	う～んと運動 区集貸出	う～んと運動	輪投げ	フレンドシップ 千早いこいクラブ
	26	27	28	29	30		
午前	24式太極拳日曜会	笑寿会	フィットネス要	楽しく筋トレ		表中文字の説明 太字:事業 細字:サークル 赤字:記事有り	
午後	ゆうこサロン	ミシンの会	悠千会	う～んと運動 CSW何でも相談	出前講座 (転倒予防講座)		



4日(土)～6日(月)  
今年度は一般の方の募集はありません  
4日(土)  
作品展示 9時～16時30分  
舞台発表 10時～15時  
5日(日)  
作品展示 9時～16時30分  
6日(月)  
作品展示 13時終了  
皆様のご来館をお待ちしています  
感染防止対策にご協力をお願いいたします

**<フレイル歩行チェック>**  
8日(水)13時30分～15時  
申込:5月25日(水)から先着順  
定員:10名

**出張相談**  
15日(水)11時～11時30分  
17日(金)14時30分～16時  
西部高齢者総合相談センター  
**CSW何でも相談**  
29日(水)13時30分～14時30分  
**まちの相談室**  
15日(水)14時～16時  
歯科衛生士による相談です

## ・・・お知らせとお断り・・・

- ※ 5月15日現在の予定ですので 変更する場合があります。
- ※ 卓球 は二階です。利用可能日は裏面をご覧ください。
- ※ 朝の体操は開館日の  
1回目9時20分～ 2回目9時50分～ 各回約12名程度
- ※事業は、**豊島区在住の方が優先**となります。

### スマホ体験教室(無料)

初めてのスマホを楽しもう

21日(火)1回目:9時30分～12時30分  
2回目:13時30分～16時30分  
定員:各回30名  
申込受付:5月31日(水)から先着順



### 出前講座

(転倒予防講座)

30日(木)13時30分～15時  
定員:30名  
申込受付:16日(木)から先着順

