



令和5年 8月 区民ひろば千早「いきいき」予定表

URL : <https://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  SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 豊島区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。		1	2	3	4	5
午前			貸室受付 フィットネス要	楽しく筋トレ	区集貸出	太極拳&ストレッチ 区集貸出	イベント準備
午後			悠千会	う〜んと運動	う〜んと運動 区集貸出	ミシンの会 マウスの会 つくしの会	新作紙芝居と歌
	6	7	8	9	10	11	12
午前	24式太極拳日曜会	ミーティング	音楽で脳トレ体操	書道を楽しむ会 CSW何でも相談14時30分～15時	フリーマージャン	休館日 (山の日)	要町カラオケ同好会 区集貸出
午後	カラオケもみじ会	ライオン・キングス 要町吟詠会	カラオケもみじ会	う〜んと運動	う〜んと運動 絵手紙		フレンドシップ 区集貸出
	13	14	15	16	17	18	19
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	区集貸出	コーラス・FCK	輪投げ
午後	カラオケもみじ会	ミシンの会	悠千会 懇談会(14時～)	う〜んと運動 語り部部会 出張相談	う〜んと運動 区集貸出 まちの相談室	どれみみんなで歌おう 出張相談	フレンドシップ 大黒連 フードサポートP
	20	21	22	23	24	25	26
午前	盆踊り準備	コールアダージョ		楽しく筋トレ	フリーマージャン 区集貸出	コーラス・FCK 区集貸出	要町カラオケ同好会 区集貸出
午後	盆踊り	向日葵	カラオケもみじ会	う〜んと運動	う〜んと運動 区集貸出	かな書道 マウスの会	フレンドシップ 大黒連 区集貸出
	27	28	29	30	31	まちの相談室 (高齢者福祉課) 17日(木)14時～16時 出張相談 (西部高齢者総合相談センター) 16日(水)14時30分～15時 18日(金)14時30分～15時	
午前	24式太極拳日曜会	笑寿会	輪投げ	呉式太極拳	区集貸出		
午後	カラオケもみじ会	ゲートキーパー講座	カラオケもみじ会 区集貸出	おなか元気教室	う〜んと運動 区集貸出		

事業紹介

- ・う〜んと運動……………水曜日・木曜日 13時30分～
簡単な脳トレ、としまる体操
- ・どれみみんなで歌おう…第3金曜日 13時30分～
歌詞にまつわるお話、ピアノに合わせて簡単な楽器演奏・歌
- ・音楽で脳トレ体操……第2火曜日 10時～11時
音楽に合わせて脳トレ・体操・ストレッチ

…お知らせとお断り…

- ※ 7月15日現在の予定ですので 変更する場合もあります。
- ※ 卓球は二階です。利用可能日は裏面をご覧ください。
- ※ 事業は、豊島区在住の方が優先となります。
- 朝の体操は開館日の9時30分～30分間です。

表中文字の説明
太字:事業
細字:サークル
赤字:記事有り



納涼盆踊り大会と 和太鼓演奏

20日(日) 13時30分～
千早高校の生徒による
和太鼓の演奏

申込受付:8月2日(水)～
定員:70名

踊りの練習

15日(火)～19日(土)13時～30分間



【新作紙芝居と歌】

5日(土)13時30分～

紙芝居:別所弘一氏
岡本まゆみ氏
歌:ポニージャックス
大庭照子氏

申込受付:7月22日(土)～
定員:70名

おなか元気教室

30日(水) 13時30分～

ヤクルトおなか健康プロジェクト
『おなかの話』

定員:30名
申込受付:8月16日(水)～

9月フリーマージャン

登録制・4人一組・4卓

月末抽選

申込受付:8月23日(水)～30日(水)
抽選日:8月31日(木)
※代表者が抽選します。