



令和6年 11月 区民ひろば千早「いきいき」予定表

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

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

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
	…お知らせとお断り…						
午前	※ 10月18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。 ※ 事業は、豊島区在住の方が優先となります。					貸室受付 太極拳&ストレッチ めだかサロン	要町カラオケ同好会 区集貸出
午後	※ 朝の体操は開館日の9時30分～30分間です。 ※ 入館時は幼児以外は靴下の着用をお願いします。					マウスの会	フレンドシップ 区集貸出
	3	4	5	6	7	8	9
午前	24式太極拳日曜会	休館日 (文化の日振休)		楽しく筋トレ	フリーマージャン 区集貸出	コーラス・FCK	
午後	ゆうこサロン 区集貸出		ミシンの会 要町吟詠会	消費生活講座 「大人の電気教室」	う〜んと運動 区集貸出	カラオケもみじ会 つくしの会	社協 勉強会 区集貸出
	10	11	12	13	14	15	16
午前	収穫祭	コーラルアダージョ ミーティング	音楽で脳トレ体操	呉式太極拳 書道を楽しむ会 区集貸出	輪投げ	コーラス・FCK	要町カラオケ同好会 区集貸出
午後		CSW何でも相談 13時30分～15時	ポッチャ	悠千会 あじさい	う〜んと運動 区集貸出	う〜んと運動 絵手紙	どれみんなで歌おう マウスの会
	17	18	19	20	21	22	23
午前	24式太極拳日曜会 区集貸出	笑寿会	フィットネス要 区集貸出	楽しく筋トレ 区集貸出	NPO理事会 区集貸出	太極拳&ストレッチ	休館日 (勤労感謝の日)
午後	ゆうこサロン 区集貸出	ライオンキングス 向日葵	カラオケもみじ会 懇談会(14時～) 区集貸出	う〜んと運動 区集貸出	う〜んと運動 区集貸出	カラオケもみじ会	
	24	25	26	27	28	29	30
午前	24式太極拳日曜会 区集貸出	呉式太極拳 笑寿会	フィットネス要 区集貸出	楽しく筋トレ 区集貸出	フリーマージャン 区集貸出	コーラス・FCK	百代会誕生会
午後	フレンドシップ 区集貸出	悠千会 要町吟詠会	ミシンの会 あじさい 区集貸出	う〜んと運動 区集貸出	姿勢・腰痛講座 区集貸出	おたのしみ会 CSW部会	

表中文字の説明
太字: 事業
細字: サークル
赤字: 記事有り



収穫祭

10日(日)

I部 「楽しいピエロショー」

午前中・子育て(詳細裏面)

II部 「津軽三味線」

～早稲田大学
津軽三味線愛好会 三津巴

13時30分～15時

定員: 70名

申込受付: 10月23日(水)～

(他区の方: 11月1日(金)～)

受付窓口へ

(電話可)

大根引換券を

差し上げます



消費生活講座

大人の電気教室

～製品事故から身を守るために

6日(水) 13時～14時

申込受付: 10月23日(水)～

定員: 30名

講師: 関東電気保安協会

100p

健康チャレンジ100P対象講座

姿勢・腰痛講座

～姿勢を整え、腰痛を予防する講座です

28日(木) 13時30分～14時30分

申込受付: 13日(水)～

定員: 30名

講師: 佐藤俊彦氏

(理学療法士)

パンの販売日(12時前後)

SDGs 未来都市としま



事業の紹介

ポッチャ

11日(月) 13時30分～15時

初心者の方も大歓迎!
当日は動きやすい服装でお越しください。

音楽で脳トレ体操

12日(火) 10時～

音楽に合わせて手拍子、ストレッチ、ステップ体操などを行います。

どれみんなで歌おう

15日(金) 13時30分～

歌詞にまつわる楽しいお話を聞き、簡単な楽器をみんなで演奏しましょう! 講師: 仲里潔子氏