



令和6年12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
	1	2	3	4	5	6	7
午前	千川算盤サークル	貸室受付 笑寿会	フィットネス要	楽しく筋トレ	児童発達支援C	コーラス・FCK めだかサロン	要町カラオケ同好会 ギターC コモエスタ
午後	フレンドシップ 千川算盤サークル	呉式太極拳 要町吟詠会	フレイルしっかりチェック	う〜んと運動	う〜んと運動 児童発達支援C	カラオケもみじ会 金曜基礎絵画	日本の歴史を学ぼう ごらく会②
	8	9	10	11	12	13	14
午前	24式太極拳日曜会 選挙管理委員会	ミーティング 千早パステル会	音楽で脳トレ体操	書道を楽しむ会 児童発達支援C	フリーマージャン	コーラス・FCK アメリカンキルト会	
午後	ゆうこサロン おもてなし英会話	ミシンの会	フレイルしっかりチェック フォローアップ	う〜んと運動 児童発達支援C	う〜んと運動 絵手紙 出張相談	悠千会 マウスの会 つくしの会	フレンドシップ フードサポートP ごらく会②
	15	16	17	18	19	20	21
午前	24式太極拳日曜会 ギターC コモエスタ	笑寿会	フィットネス要 児童発達支援C	楽しく筋トレ 呉式太極拳(11時〜) 児童発達支援C	NPO理事会 児童発達支援C	クリスマス音楽会 CSWなんでも相談	要町カラオケ同好会 草上会B
午後	ミシンの会 ギターC コモエスタ	CSW 向日葵	教育委員会 懇談会(14時〜) 児童発達支援C	う〜んと運動 児童発達支援C 語り部部会	う〜んと運動 児童発達支援C	どれみんなで歌おう マウスの会	豊島高校吹奏楽演奏会
	23	24	25	26	27	28	
午前	24式太極拳日曜会 千川算盤サークル	コールアダージョ	児童発達支援C	楽しく筋トレ 児童発達支援C	フリーマージャン 児童発達支援C	ポッチャ	輪投げ
午後	悠千会 ゆうこサロン 千川算盤サークル	ライオンキングス 要町吟詠会	カラオケもみじ会 児童発達支援C	う〜んと運動 児童発達支援C	う〜んと運動 児童発達支援C	カラオケもみじ会	フレンドシップ ごらく会②

日本の歴史を学ぼう

7日(土) 13時30分〜
「べらぼう 蔦重栄華乃夢噺」2
日本の歴史を学び、日本人の
生き方と心を学びましょう。
講師：榊原金市氏
どなたでも！

豊島高校吹奏楽演奏会

21日(土)14時〜14時30分
豊島高校吹奏楽部の演奏
クリスマスソングを初め、なじみの
ある吹奏楽でお楽しみ下さい。
どなたでも！

クリスマス音楽会

20日(金) 10時30分〜
みんなでクリスマスソングを
楽しみましょう！
どなたでも！
出演：コーラス・FCK

3日・10日フレイルしっかりチェック
予約連絡先→介護予防・認知症対策G
☎ 03-4566-2434

年末・年始休館日
12月29日(日)〜1月3日(金)
今年も色々ご協力頂きありがとうございました。
皆様、どうぞ良いお年をお迎えください。

出張相談
12日(木)14時30分〜15時
CSWなんでも相談
20日(金)10時〜11時

予告 新春の集い
1月12日(日)13時30分〜
新春に琴と三味線の演奏を
お楽しみください。
どなたでも！

ポッチャ
27日(金)10時〜
初心者歓迎
どなたでも！

表中文字の説明
太字：事業
細字：サークル
赤字：記事有り

・・・お知らせとお断り・・・



※ 11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。
※ 朝の体操は開館日の9時30分〜30分間です。
※ 事業は、豊島区在住の方が優先となります。
※ 入館時は幼児以外は靴下の着用をお願いします。
※ パンの販売日(12時前後)

1月フリーマージャン
登録制：4人1組・5卓
1月分受付：〜12月25日
抽選日：12月28日(土)
抽選は代表者が行います。

音楽で脳トレ体操
10日(火) 10時〜
見て、考えて、思い出して音楽
に合わせて手拍子、ステップスト
レッチ体操などを行います。

どれみんなで歌おう
20日(金) 13時30分〜
講師：仲里潔子(音楽療法士)
ピアノにあわせて歌ったり
楽器を演奏したりします。