



令和7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(区民ひろば千早)

豊島区要町3-7-10

いきいき(1階) ☎3959-2281 FAX3959-2282

【開館時間】9時～17時

	日	月	火	水	木	金	土
	SDGs 未来都市としま		...お知らせとお断り...			1	2
午前	TOSHIMA International City of Arts & Culture 豊島区は持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。	SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS	※ 7月18日現在の予定ですので 変更する事もあります。 ※ 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分から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。 パンの販売日(12時前後)			貸室受付 太極拳&ストレッチ	要町カラオケ同好会
午後						マウスの会	フレンドシップ ごらく会②
	3	4	5	6	7	8	9
午前	24式太極拳日曜会		音楽で脳トレ体操	楽しく筋トレ 児童発達支援C	児童発達支援C		ギターCコモエスタ
午後	ゆうこサロン	ミシンの会	カラオケもみじ会	う〜んと運動 児童発達支援C	おなか元気教室 まなびすたーり 児童発達支援C	音楽& アフタヌーンティー つくしの会	悠千会 大黒連 ごらく会②
	10	11	12	13	14	15	16
午前	休館日	休館日 (山の日)	フィットネス要	書道を楽しむ会 児童発達支援C	フリーマージャン ギターCコモエスタ	太極拳&ストレッチ アメリカンキルト会	要町カラオケ同好会
午後			ポッチャ CSW何でも相談 (13時30分～14時30分)	う〜んと運動 児童発達支援C	う〜んと運動 絵手紙	どれみんなで歌おう マウスの会	フレンドシップ 第七ブロック役員会 (千早いこいクラブ)
	17	18	19	20	21	22	23
午前		コール・アダージョ 千早パステル会	フィットネス要	楽しく筋トレ 児童発達支援C	児童発達支援C	コーラス・FCK	準備
午後	ミシンの会 ゆうこサロン 百代会役員会		おたのしみ会	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	納涼盆踊り大会 & 和太鼓演奏
	24	25	26	27	28	29	30
午前	24式太極拳日曜会	コール・アダージョ	輪投げ	楽しく筋トレ 児童発達支援C	フリーマージャン 英語おもしろ倶楽部 児童発達支援C	コーラス・FCK アメリカンキルト会	ギターCコモエスタ
午後	フレンドシップ	ライオン・キングス	悠千会	栄養講座 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	大黒連 ごらく会②
	31	音楽 & アフタヌーンティー			100P 栄養講座		どれみんなで歌おう
午前		懐かしい音楽を聴きながらアフタヌーンティーをお楽しみください！ 8日(金)13時30分～ 申込受付：7月25日(金)～ 定員：30名			～ひとりでも簡単！クッキング～ (健康チャレンジ100P対象講座) 27日(水)13時30分～14時30分 講師：あぜりあ歯科(管理栄養士) 申込受付：8月13日(水)～ 定員：30名		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
午後	おもてなし英会話						



納涼盆踊り大会 & 和太鼓演奏

23日(土)13時30分～

千早高校の生徒による
和太鼓の演奏

縁日もあります！
詳しくは、館内のポスターをご覧ください。

* 景品はなくなり次第終了とさせていただきます



おなか元気教室

7日(木)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：7月22日(火)～



おたのしみ会

19日(火)13時30分～

講師：緑川るみ氏

どなたでも
ご参加ください！



音楽で脳トレ体操

5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。

