



令和7年 11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
午前	お知らせとお断り	※ 10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。 ※ 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。 ※ 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 輪投げ
午後		【表中文字の説明】 太字:事業 細字:サークル 赤字:記事有り 					フレンドシップ ごらく会②
午前	2	3	4	5	6	7	8
午後	休館日	休館日 (文化の日)	貸室受付 区集貸出 カラオケもみじ会	楽しく筋トレ 呉式太極拳(11時～) 児童発達支援C う～んと運動 児童発達支援C	児童発達支援C スマホ個別相談 児童発達支援C	コーラス・FCK めだかサロン ライオン・キングス マウスの会	千早いきいクラブ (誕生会)
午前	9	10	11	12	13	14	15
午後	24式太極拳日曜会	笑寿会 職場会議	音楽で脳トレ体操 CSW何でも相談会 (9時50分～)	書道を楽しむ会 児童発達支援C	フリーマージャン う～んと運動 出張相談 絵手紙	コーラス・FCK アメリカンキルト会 カラオケもみじ会 つくしの会	要町カラオケ同好会 悠千会 第七ブロック役員会
午前	16	17	18	19	20	21	22
午後	イベント準備	コール・アダージョ 千早パステル会②	フィットネス要	楽しく筋トレ 児童発達支援C	NPO理事会 児童発達支援C	太極拳&ストレッチ アメリカンキルト会	百代会 (誕生会)
午前	23	24	25	26	27	28	29
午後	収穫祭	呉式太極拳 要町吟詠会	ミシンの会 ミーティングルーム (14時～)	う～んと運動 語り部部会 児童発達支援C	う～んと運動 まなびすたーり 児童発達支援C	どれみみんなで歌おう マウスの会	要町カラオケ同好会 ギターCコモエスタ
午前	30	振替休館日 (勤労感謝の日)	休館日	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	コーラス・FCK	日本の歴史を学ぼう ごらく会②
午後	フレンドシップ ゆうこサロン 要町吟詠会			姿勢・腰痛講座 児童発達支援C	う～んと運動 児童発達支援C	悠千会	
午前	ミシンの会 おもてなし英会話	2025 つなぐ・つながる・ひろばのWA! スタンプラリー ひろばを巡ってスタンプポン! 11月1日(土)～12月26日(金) すべての区民ひろばでスタンプラリーを 開催! スタンプを押して景品をもらおう!					6日(木) ①13時30分～ ②14時00分～ ③14時30分～ ④15時00分～ どなたでも ご参加ください! 講師:(株)ソフマップ スタッフ

収穫祭

16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 13時30分～15時

「落語」 広場亭芸太

「一人歌舞伎」

～与話情浮名横櫛～

定員: 70名

申込受付: 10月29日(水)～

(他区の方: 11月5日(水)～)

大根引換券を
差し上げます



日本の歴史を学ぼう

29日(土) 13時30分～

「明治時代を創った 西郷隆盛」

講師: 榊原金市氏

どなたでもご参加
いただけます!



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〉

26日(水) 13時30分～14時30分

申込受付: 12日(水)～

定員: 40名

講師: 豊島区リハビリテーション

/ 理学療法士



【スマホ個別相談】

申込受付: 豊島区民 10月22日(水)～
(他区民 10月29日(水)～)



どなたでも ご参加ください!

6日(木)

①13時30分～ ②14時00分～
③14時30分～ ④15時00分～

講師: (株)ソフマップ スタッフ