

# 区民ひろばさくら第一

令和3年 9月 のカレンダー



NPO法人ひろばさくら  
豊島区南長崎6-20-15 ☎3950-8676

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前	お知らせ さくらの祭典は10月に延期します			◎貸室/体操ひろば	百寿会(輪投げ) 折り紙の会	★元気になる体操 脳イキイキ教室アリエ会	自彊術南長会
午後	★65歳以上の方対象 ◎どなたでも ♥子育て中の方対象			赤い字は当ひろば事業 黒い字は自主サークル活動	トリム体操さくら		
	5	6	7	8	9	10	11
午前	♥プラレールタイム	◎体幹エクササイズ	自彊術すずらんの会	体操ひろば ひろばさくら	パレット	◎落語でオホホ ◎出張相談	
午後	♥プラレールタイム	ブラサークルレファ	編物研究会	カイラーサヨガ トリム体操さくら		◎落語でウフフ ◎なんでも相談	
	12	13	14	15	16	17	18
午前	♥プラレールタイム		★姿勢講座 自彊術すずらんの会	体操ひろば	♥0歳からの音育 百寿会(輪投げ)	★元気になる体操 脳イキイキ教室アリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	◎映画会 南長崎四丁目福寿会 一般貸出		★としまる体操 ★「まちの相談室」 (撮影予定日)	カイラーサヨガ トリム体操さくら			
	19	20	21	22	23	24	25
午前	♥プラレールタイム	敬老の日 休館日	◎体幹エクササイズ・避難訓練 自彊術すずらんの会	百寿会(輪投げ)	秋分の日 休館日	脳イキイキ教室アリエ会 自彊術長二会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	♥プラレールタイム		編物研究会	カイラーサヨガ		南長崎四丁目福寿会	
	26	27	28	29	30		
午前	♥プラレールタイム	【廃食油回収】 9時~12時30分 ブラサークルレファ	自彊術すずらんの会		♥0歳からの音育 百寿会(輪投げ)	・検温、手指の消毒、靴下・マスクを 着用してください。 ・水分補給以外の飲食はできません。	
午後	◎映画会		★としまる体操	カイラーサヨガ	さくらポイントを集めると プレゼントがあります!		



**★元気になる体操**

3日・17日(金)  
10:00~10:50 講師:小俣淳子氏

**◎体幹エクササイズ**

6日(月)・21日(火)  
10:00~10:50 講師:須藤浩代氏

- ・区内在住の方...8月26日(木)
- ・2回目の申込:9月7日(火)9時~

\*\*\*\*\*  
高齢者福祉課

**★姿勢講座 14日(火)10:00~**

しなやかな体、バランス作りについて

- ・申込:9月2日(木)9時~電話可
- ・定員:15名

**♥0歳からの音育**

16日・30日(木) 10:30~11:00  
講師:マンマードレさん

- ・申込:8月27日(金)9時~電話可

**◎音楽ひろば(中止)**



**★としまる体操**

14日・28日(火) 1:30~2:10

**◎落語でオホホ 落語でウフフ**

10日(金)10:00~/1:30~  
同日開催「出張相談会」10:00~  
「何でも相談会」1:30~

高齢者福祉課

**★「まちの相談室」**

14日(火) 2:00~3:30

【新型コロナウイルス感染拡大防止】  
皆様が安全に安心してご利用になれるよう  
ご協力をお願い致します。  
体調不良の方は利用をご遠慮ください。  
事業等は変更、中止することがあります。  
部屋、活動状況によって人数を制限します。  
ご了承ください。

◎朝のラジオ体操 毎朝9:15~

♥プラレールタイム 毎週日曜日 ※時間を確認してください

◎今日は私の誕生日 詳細は受付へ

◎映画会 12日・26日(日) 1:30~

