

区民ひろばさくら第一 令和4年6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	集多区	★65歳以上の方対象 ◎どなたでも ♥子育て中の方対象 黒字は自主サークル さくらポイント対象事業			◎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 脳イキキ教室アトリエ会 自彊術長二会	自彊術南長会
午後	集多区	【新型コロナウイルス感染拡大防止】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。			トリム体操さくら カイラーサヨガ	★フレイル① 南六さくらクラブ		
		5	6	7	8	9	10	11
午前	集多区	♥プラレールタイム	ゆる体操歩みの会	◎体幹エクササイズ 自彊術すずらんの会	ひろばさくら 体操ひろば	百寿会(輪投げ) パレット	自彊術長二会 脳イキキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	集多区	♥親子のひろば	フラサークルレリア	★としまるA 民謡を楽しむ会	トリム体操さくら カイラーサヨガ			南長崎四丁目福寿会 一般貸出
		12	13	14	15	16	17	18
午前	集多区	♥プラレールタイム	ゆる体操歩みの会	自彊術すずらんの会	♥0歳からの音育	南六さくらクラブ 折り紙の会	★元気になる体操 脳イキキ教室アトリエ会 自彊術長二会	自彊術南長会
午後	集多区	♥親子のひろば		★としまるB 編物研究会	◎音楽ひろば カイラーサヨガ	★フレイル②③ ★まちの相談室		
		19	20	21	22	23	24	25
午前	集多区	♥プラレールタイム	◎体幹エクササイズ	百寿会(輪投げ) 自彊術すずらんの会		♥0歳からの音育 パレット	自彊術長二会 脳イキキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	集多区	♥親子のひろば	フラサークルレリア	★としまるA 民謡を楽しむ会	♥足育～はじめての靴選び カイラーサヨガ	★フレイル④ ◎アトリエ村出張相談	◎グループカラオケ	南長崎四丁目福寿会
		26	27	28	29	30	毎日やってます	
午前	集多区	♥プラレールタイム	【廃食油回収】 9時～12時30分	自彊術すずらんの会	体操ひろば	百寿会(輪投げ)	◎朝のラジオ体操 ◎今日はあなたの誕生日 第1・3水曜日11:40頃～	
午後	集多区	♥親子のひろば		★としまるB 編物研究会 ★高齢者交通安全研修会	★おなか元気教室 トリム体操さくら	★フレイル機器活用講座	◎パンの販売 ベーカリーこのは (なくなり次第終了)	

申込が必要な事業 申込は9時～電話可
(区外の方は区内申込日の翌日から受付)

★元気になる体操 3日・17日(金) 10:00～
講師：小俣淳子氏 【定員】15名

◎体幹エクササイズ
7日(火)・20日(月) 10:00～
講師：須藤浩代氏 【定員】15名

元気・体幹【申込】区内 … 5月27日(金)～
2回目 … 6月8日(水)～

◎音楽ひろば
15日(水) 2:30～3:10 講師：末松ちあき氏
【申込】区内：3日(金)～

♥0歳からの音育 講師：マンマードレ
10:30～11:00 【定員】各回10組
【対象】・15日(水)：生後2～8か月の赤ちゃん
・23日(木)：生後9か月～1才半の赤ちゃん
【申込】区内：4日(土)～

♥足育～はじめての靴選び～
22日(水) 2:00～3:00
【定員】15組程度 【申込】区内：3日(金)～

◎グループカラオケ 24日(金) 1:30～
各40分、3組まで 【申込】区内：11日(土)～

★おなか元気教室 29日(水) 2:00～3:00
おなかの話と体操(東京ヤクルト販売)
【申込】区内：4日(土)～

★フレイル機器活用講座
30日(木) 2:00～3:30
【申込】高齢者福祉課へ直接お申し込みください

★としまる 【登録制】 1:30～2:10
・A7日・21日(火) ・B14日・28日(火)

★フレイル 【登録制】 木曜日 2:00～3:00
①2日 ②・③16日 ④23日

★高齢者交通安全研修会 28日(火) 2:15～
♥プラレールタイム 日曜日 9:30～11:00

♥親子のひろば 日曜日 2:00～3:30

★まちの相談室 16日(木) 2:00～3:30 ◎アトリエ村出張相談 23日(木) 2:00～3:00