

区民ひろばさくら第一 令和5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
午前	★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	父の日スペシャル 18日(日) ♥ベビーマッサージ 10:30~11:30 【対象】生後8か月位までの赤ちゃん 【定員】7組 【申込】6月3日(土)~ ♥親子のひろば 2:00~4:00 【対象】子育て中の親子(1年生まで) 「親子のひろば」は先着15名様に限り お父さんにプレゼントがあります。当日直接どうぞ！		SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS ◎パンの販売 第2火曜日 11:45~12:45	◎貸室/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	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後		4	5	6	7	8	9
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	南六さくらクラブ(ポッチャ)	百寿会(輪投げ) ♥0歳からの音育	自彊術長二会 脳イキキ教室アトリエ会	自彊術南長会
午後	♥親子のひろば	フラサークルレブア	★としまるA/交通安全研修会 編物研究会	カイラーサヨガ	★フレイル+(プラス) ★ヒアリングフレイル ★まちの相談室	編み物クラブ(百寿会) ◎グループカラオケ	健康マージャンお楽しみ会
	11	12	13	14	15	16	17
午前	♥プラレールタイム	ひろばさくら ゆる体操歩みの会	自彊術すずらんの会	体操ひろば	南六さくらクラブ(役員会) 百寿会(輪投げ)	★元気になる体操 自彊術長二会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	♥親子のひろば		★としまるB 民謡を楽しむ会	カイラーサヨガ	★モルックの日 健康マージャンお楽しみ会	編み物クラブ(百寿会) ♥図書館おはなし会	南長崎四丁目福寿会 一般貸出
	18	19	20	21	22	23	24
午前	♥プラレールタイム ♥父の日スペシャル		◎体幹エクササイズ 自彊術すずらんの会		折り紙の会 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
午後	♥親子のひろば 百寿会(輪投げ)	フラサークルレブア	★としまるA 編物研究会	◎音楽ひろば カイラーサヨガ	★フレイル+(プラス) 健康マージャンお楽しみ会	★リフレッシュタイム ★アトリエ村出張相談	南長崎四丁目福寿会
	25	26	27	28	29	30	
午前	♥プラレールタイム		自彊術すずらんの会	体操ひろば	パレット ♥0歳からの音育	脳イキキ教室アトリエ会	★フレイル+(プラス) 1・8・22日(木) 2:00~3:00 詳しくはポスターにて
午後	♥親子のひろば	ゆる体操歩みの会 【廃食用油回収】 9時~12時30分	★としまるB 民謡を楽しむ会	カイラーサヨガ ♥ベビーマッサージ	★としまる講座	★けん玉講座	

申込が必要な事業 申込は9時~5時 電話可

★元気になる体操 2日(金)・16日(金)10:00~
講師：小俣淳子氏 【定員】20名 フェイスタオル持参

◎体幹エクササイズ 5日(月)・20日(火)10:00~
講師：須藤浩代氏 【定員】20名 フェイスタオル持参
元気・体幹は、それぞれ1回ずつの参加となります
【申込】区内：5月27日(土)~ 区外：28日(日)~

◎音楽ひろば 講師：講師：末松ちあき氏
21日(水) 1:40~2:40
【定員】20名 【申込】6日(火)~

★としまる講座
29日(木) 2:00~3:00 【定員】15名
【申込】5月26日(金)~ 講師：高齢者福祉課

★けん玉講座
30日(金) 2:00~3:00 【定員】10名
【申込】5月26日(金)~ 講師：高齢者福祉課

【以下5事業の申込について】
第1回目実施日(音育はそれぞれのクラスの9時から
翌月の申込を受付けています。日程は受付でご確認ください)

◎グループカラオケ 2日(金) 1:30~
【申込】3名以上のグループでお申し込み下さい。

★リフレッシュタイム 23日(金) 2:00~3:00
~音楽で脳トレ体操~
【定員】15名 【申込】5月26日(金)~

★モルックの日 15日(木) 2:00~3:00
【定員】12名 【申込】5月25日(木)~

♥0歳からの音育 講師：マンマードレ氏
8日(木)・29日(木)10:30~11:00
8日：生後2~8か月位の赤ちゃん対象 【申込】受付中
29日：生後9か月~1才半位の赤ちゃん対象 【申込】受付中
【定員】各10組

♥ベビーマッサージ 講師：古城恵子氏
28日(水) 1:30~2:30 【定員】7組
【対象】生後8か月位までの赤ちゃん
【申込】5月24日(水)~ 【持ち物】バスタオル

★としまる【登録制】2:00~2:40
A 6・20日(火)・B 13・27日(火)

※6日(火)2:40~3:10 高齢者交通安全研修会

※事業へご参加の際は水分をお持ち下さい

※事業等は変更、中止することがあります。

令和5年5月14日現在

毎日やっています♪

◎朝のラジオ体操
◎今日はあなたの誕生日

♥フラレールタイム
日曜日 9:30~11:50

♥親子のひろば
日曜日2:00~4:00

♥図書館おはなし会 中央図書館ボランティアによる読み聞かせ
16日(金) 3:00~3:30 【対象】赤ちゃん~未就園児対象
当日、直接どうぞ！

★アトリエ村出張相談 23日(金)1:30~2:30

★まちの相談室 8日(木)2:00~3:30