

		日	月	火	水	木	金	土
		* 使用済みのプリンター・インクカートリッジ・電池・蛍光灯・小型家電(携帯電話可)の回収箱を玄関に設置しています。 * 車いすの短期貸出をしています。 * 廃食油回収…27日(月)9:00から12:30 * 安全と衛生上、館内では靴下の着用をお願い致します。 * マイボトルをご持参ください。			1	2	3	4
2F	午前				◆貸室受付 男性ストレッチ		休館日 (憲法記念日)	休館日 (みどりの日)
2F	午後				版画サークル			
3F	午前				◆貯筋運動	絵手紙和の会		
3F	午後					◆アコーディオンDE歌おう		
		5	6	7	8	9	10	11
2F	午前	◆小・中学生 スペース	休館日 (振替休日)	東部クラブ	◆おぶせ先生と 脳トレタイム	マウナレオヨシコ	クラフトバンドの会	
2F	午後				すがも児童合唱団	ヒアリングフレイルチェック (お申込み: 東池袋フレイル対策センター)		すがも児童合唱団
3F	午前			アトリエゆうこ	男性ストレッチ	中仙道サロン		
3F	午後	基友会		◆声の出し方 トレーニング	◆元気はつらつ 男性カラオケ	◆としまる チャレンジ!	末広会	アゼリア
		12	13	14	15	16	17	18
2F	午前		愛信会	東部クラブ	版画サークル	やよい会	区高連 第一ブロック	
2F	午後	悠々会				巣鴨朋友会		すがも児童合唱団
3F	午前		◆音楽で脳トレ 体操	レクダンス清和	◆貯筋運動	◆せいわモルック	ヨーガの会	
3F	午後	基友会		花泉歌謡会	すがも児童合唱団	サークルカラオケ	◆としまる チャレンジ!	ペリーの会
		19	20	21	22	23	24	25
2F	午前		愛信会	東部クラブ	◆おぶせ先生と 脳トレタイム	中仙道サロン	クラフトバンドの会	
2F	午後	悠々会		輪おどりの会	巣鴨朗読の会	川柳サークル		すがも児童合唱団
3F	午前		シニアエアロ清和	アトリエゆうこ	男性ストレッチ	マウナレオヨシコ	◆音トレ リフレッシュ	
3F	午後	基友会		花泉歌謡会	すがも児童合唱団	サークルカラオケ	末広会	アゼリア
		26	27	28	29	30	31	
2F	午前		愛信会	ひいらぎ会				
2F	午後	巣鴨朋友会	◆せいわポッチャ		民生巣鴨			
3F	午前	巣鴨三四丁目 清和町会	シニアエアロ清和	レクダンス清和			ヨーガの会	
3F	午後	巣鴨三四丁目 清和町会		◆としまる チャレンジ!	すがも児童合唱団			

高齢者出張相談

28日(火)14:30~

高齢者総合相談センター／菊かおる園

CSW暮らしの何でも相談会

28日(火)14:30~

主催: 豊島区民社会福祉協議会

利用証の更新にご協力いただきありがとうございます。
引き続きよろしくお願い致します。

SDGs推進事業



せいわモルック

16日(木) 10:30~11:30

定員: 先着15名

申込: 4/25(木)~

初めての方も大歓迎!



5月は、音トレ♪リフレッシュ

あります。登録者のみ

24日(金) 10:30~11:30

講師: 木内愛弓氏

水分補給ご持参ください。



5月ひろば主催事業

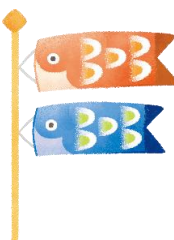
申込不要

おぶせ先生と脳トレタイム 講師: 小布施由恵氏
8日(水)、22日(水)10:30~11:30

音楽で脳トレ体操
13日(月) 10:30~11:15

アコーディオンDE歌おう 講師: 鈴木節子氏
2日(木) 13:30~14:30

としまるチャレンジ!
9日(木)、17日(金)、28日(火) 13:30~14:15



◆…主催事業
無印…サークル
4月18日現在

III

✿直接ひろばへお越しください✿