

		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
2F	午前	小・中学生 スペース	◆貸室受付 愛信会	東部クラブ	男性ストレッチ	やよい会		小・中学生 スペース
	午後				版画サークル			
3F	午前		シニアエアロ清和	アトリエゆうこ	◆貯筋運動	絵手紙和の会	ヨーガの会	巣鴨朋友会
	午後	碁友会		◆声の出し方 トレーニング		高齢者福祉課	◆としまる チャレンジ！	ベリーの会
		8	9	10	11	12	13	14
2F	午前		愛信会	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		小・中学生 スペース
	午後	悠々会	美文字		すがも児童合唱団			
3F	午前		◆音楽で脳トレ	レクダンス清和	男性ストレッチ	中仙道サロン	敬老の集い	
	午後	碁友会		花泉歌謡会	◆元気はつらつ 男性カラオケ	◆としまる チャレンジ！		
		15	16	17	18	19	20	21
2F	午前	小・中学生 スペース	 休館日 (敬老の日)	東部クラブ	区高連第一ブロック	マウナレオヨシコ	巣鴨朋友会	小・中学生 スペース
	午後			輪おどりの会	版画サークル			
3F	午前			アトリエゆうこ	貯筋運動	◆せいわモルック	ヨーガの会	すがも児童合唱団
	午後	碁友会		花泉歌謡会	すがも児童合唱団	サークルカラオケ		
		22	23	24	25	26	27	28
2F	午前		 休館日 (秋分の日 振替休日)	ひいらぎ会	◆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	
	午後	巣鴨朋友会			巣鴨朗読の会	川柳サークル	◆午後のひととき	
3F	午前	小・中学生 スペース		レクダンス清和	男性ストレッチ		◆音トレ♪ リフレッシュ	
	午後			◆としまる チャレンジ！	◆元気はつらつ	サークルカラオケ	末広会	アゼリア
		29	30	 涼みどころ ◆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…24日(火)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。 ◆…主催事業 無印…サークル 8月20日現在				
2F	午前		愛信会					
	午後	悠々会						
3F	午前	すがも児童合唱団	シニアエアロ清和					
	午後							

高齢者出張相談 (高齢者総合相談
センター/菊かおる園)
27日(金) 11:30~
CSW暮らしの何でも相談会 (CSW)
19日(木)10:30~ / 27日(金) 11:30~
まちの相談室 (高齢者福祉課)
12日(木) 14:00~

敬老の集い

9月13日(金) 10:30~11:30
音楽ユニット『あどはだり』による
「懐かしい曲をハ・シャルレンジで」を
お楽しみください。
定員: 先着50名
対象: 65歳以上
申込: 8/23(金)9:00~ 窓口又は電話

9月 ひろば主催事業

申込不要

おぶせ先生と脳トレタイム 小布施由恵氏
11日(水)、25日(水)10:30~
音楽で脳トレ体操
9日(月) 10:30~11:15
アコーディオンDE歌おう 鈴木節子氏
お休み
としまるチャレンジ!
6日(金)、12日(木)、24日(火)
13:30~14:15

音トレ♪リフレッシュ
あります。
講師: 木内愛弓氏
27日(金)10:30~
登録者のみ

10月予定 申込制
フレイルしっかりチェック
10月11日(金)
13:30~15:30
申込: 高齢者福祉課
03-4566-2434

せいわモルック

19日(木) 10:30~11:30
定員: 先着15名
申込: 8/28(水)~
初めての方も大歓迎!



2024年 9月 区民ひろば清和第二



開館時間: 9:00から17:00

休館日: 祝日・年末年始

HP 巣鴨3-13-12 ☎ 5961-5756

区民ひろばは靴を脱いで利用する施設です靴下の着用をお願いします

		日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	6	7	
2F	午前		貸室受付	◆ふわふわ(交)			◆お出かけ相談(1)		
	午後								
3F	午前			ぽけっと(ホ)	◆さくらんぼ(ホ)	◆ミニアス(ホ)			
	午後				わくわく(ホ)		のびのび(ホ)	すがも児童合唱団(ホ)	
		8	9	10	11	12	13	14	
2F	午前								
	午後			マウスの会(1)	放課後子ども教室(1)		放課後子ども教室(1)		
3F	午前		◆ママヨガ(ホ)	◆ベビーマッサージ(ホ)	◆えいごでえほん(ホ)				
	午後			放課後子ども教室(ホ)	わくわく(ホ)	レクダンス清和(ホ)		スペースキッズ(ホ)	
		15	16	17	18	19	20	21	
2F	午前		敬老の日(祝日)						
	午後							北大塚一丁目睦町会(1)	
3F	午前			おはよう(ホ)	◆フィットリトミック(ホ)ぽけっと(2)	◆読み聞かせ(ホ)	◆おちよちランド(ホ)	◆ミニアス(ホ)	
	午後			放課後子ども教室(ホ)	わくわく(ホ)		のびのび(ホ)		
		22	23	24	25	26	27	28	
2F	午前		秋分の日(振替休日)				◆りぷりんと(交)		
	午後			マウスの会(1)					
3F	午前			おはよう(ホ)					
	午後			放課後子ども教室(ホ)	すがも児童合唱団(ホ)		のびのび(ホ)	すがも児童合唱団(ホ)	
		29	30	* (1)→サークル1 (2)→サークル2 (ホ)→ホール * ◆→ひろば主催 無し→自主 サークル 事業の参加は区民優先 事前申込制です(要可) ※区外の方は 申込開始日より 1週間後から申込可					 SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 8月18日現在
2F	午前								
	午後								
3F	午前								
	午後								



のりものランド 9:00から16:50

マークの時
のりものが出ています
※行事やサークルで中止
になる場合もあります



ミニミニ アスレチック

5(木)・21(土)
9:30から14:00



ふわふわべたーん 3日(火)

11:00から11:30

「ザ・キッズ」による
絵本の読み聞かせ



りぷりんと 27日(金)

11:30から12:00

「りぷりんととしま」による
絵本の読み聞かせ

※上記の事業は
お申込みはいりません
直接ひろばへ来てね



さくらんぼ 4日(水)

10:40受付から12:00

児童民生委員のプログラム
今月は「親子エクササイズ」
対象:乳幼児と保護者
申込み:8月21日(水)
先着18組



リラックスママヨガ

9日(月)10:30から11:00

講師:りさ氏(ヨガインストラクター)
対象:2か月から6か月の赤ちゃん和妈妈
※ママのみ参加も可能
申し込み:8月26日(月)から
先着10名



ベビーマッサージ

10日(火)10:30から11:30

講師:中野 沙織 氏
対象:2か月からハイハイまでの
赤ちゃんと保護者
持ち物:バスタオル・飲み物
申込み:8月27日(火)から
先着10組



えいごでえほん

11日(水)

11:00から11:30

講師:吉村 京花 氏
対象:乳幼児と保護者
申込み:8月28日(水)から
先着15組



お出かけ相談

6日(金)

10:30から11:30

東部子ども家庭支援センター
職員による相談です
予約はいりません
直接ひろばへお越しください



あぶちゃん先生と

フィットリトミック

18日(水)10:30から11:30

講師:小布施 由恵 氏
対象:8か月から未就園までの
乳幼児と保護者
申込み:9月4日(水)から
先着15組

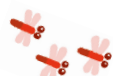


中央図書館の読み聞かせ

～お誕生日カード作成～

19日(木)10:30から11:30

中央図書館の職員による読み聞かせです
お誕生日の方はカードを作成します
対象:乳幼児の親子どなたでも
※お誕生日の方は申込みが必要です
(9月生まれとハーフBD令和6年3月生まれ)
申込み:9月5日(木)から



おちよちランド

20日(金)

11:00から11:30

今月は「安心安全トレーニング」
身近にある危険について
みんなで考えてみましょう
対象:0歳児と保護者
申込み:9月6日(金)から
先着15組

