2025 3月 区民ひろば清和第一

NPO法人ひろば清和
巣鴨3-15-20　TEL 5974-5464

開館時間　9：00から17：00　　休館日：祝日・年末年始

*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(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。

◆…主催事業
無印…サークル
2月20日現在

SDGｓ推進事業

ピアッザ はじめました！ 区民ひろばからの情報を発信します ダウンロードはこちらから

清和文化祭　～舞台発表～
16日(日) 13:15～15:30
ひろばで活動しているサークル団体が日頃の練習成果を発揮します。
どなたでも気軽に見に来てね♪

		日	月	火	水	木	金	土
								1
2F	午前							
	午後							すがも児童合唱団
3F	午前							
	午後							ベリーの会
		2	3	4	5	6	7	8
2F	午前		◆貸室受付 愛信会	東部クラブ		マウナレオヨシコ		巣鴨朋友会
	午後	悠々会	美文字		版画サークル		末広会	◆午後のひととき
3F	午前	◆小・中学生スペース	シニアエアロ清和	アトリエゆうこ	◆貯筋運動	マダム恵子の絵手紙教室	ヨーガの会	
	午後			花泉歌謡会	すがも児童合唱団	◆アコーディオンDE歌おう	◆としまるﾁｬﾚﾝｼﾞ！	アゼリア(体操)
		9	10	11	12	13	14	15
2F	午前	◆小・中学生スペース	シニアエアロ清和	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	区高連第一	
	午後			輪おどりの会			WAKUWAKUネットワーク	WAKUWAKUネットワーク
3F	午前	◆小・中学生スペース	◆音楽で脳トレ	ﾚｸﾀﾞﾝｽ清和	男性ストレッチ	中仙道サロン	クラフトバンドの会	
	午後		サークルカラオケ	花泉歌謡会	◆元気はつらつ男性カラオケ	◆としまるﾁｬﾚﾝｼﾞ！(まちの相談室)	巣鴨朋友会	◆声の出し方トレーニング
		16	17	18	19	20	21	22
2F	午前	清和文化祭 舞台発表	愛信会	東部クラブ	やよい会	休館日 春分の日		
	午後				版画サークル			巣鴨朋友会
3F	午前			アトリエゆうこ	◆貯筋運動		ヨーガの会	
	午後				すがも児童合唱団			アゼリア(紙)
		23	24	25	26	27	28	29
2F	午前			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	◆小・中学生スペース
	午後	巣鴨朋友会	せいわボッチャ大会		巣鴨朗読の会	川柳サークル		
3F	午前	◆小・中学生スペース		ﾚｸﾀﾞﾝｽ清和	男性ストレッチ		◆音トレ♪ﾘﾌﾚｯｼｭ	すがも児童合唱団
	午後			◆としまるﾁｬﾚﾝｼﾞ！	◆元気はつらつ巣鴨朗読の会	サークルカラオケ	末広会	
		30	31					
2F	午前		愛信会					
	午後	悠々会						
3F	午前	◆小・中学生スペース						
	午後							

申込不要

3月ひろば主催事業

おぶせ先生と脳トレタイム
小布施由恵氏
12日(水)、26日(水)　10:30～11:30

音楽で脳トレ
10日(月)　10:30～11:15

アコーディオンDE歌おう
鈴木節子氏
6日(木)　13:30～14:30

としまるチャレンジ！
7日(金)、13日(木)、25日(火)
13:30～14:15

令和7年度 事業募集（登録制）

◆貯筋運動　定員25名
第1・3水曜日　10:30～11:30
申込期間：3日(月)～21日(金)
⚠年間を通してのご登録です
詳細はﾁﾗｼをご覧ください。

音トレ♪リフレッシュ
あります。
講師:木内愛弓氏
28日(金)10:30～11:30

午後のひととき
縫わないポーチ＆カード入れ
8日(土) 13:30～14:30
材料費：1000円
申込：受付中
定員：10名
材料費を添えて窓口まで

せいわボッチャ大会　景品あり！
日時:24日(月)　申込:4日(火)～
①13:30～14:30(レギュラー)
②14:30～15:30(体験)

高齢者出張相談　10日(月)11:15～
(東部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（CSW）
10日(月)11:15～

３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
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

(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(☎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

2月18日現在

		日	月	火	水	木	金	土
								1
2F	午前							
2F	午後							
3F	午前							◆ミニミニアスレ（ホ）
3F	午後							◆ミニミニアスレ（ホ）
		2	3	4	5	6	7	8
2F	午前		貸室受付 アルバム(1)	◆ふわふわぺたーん（交）		2024祝う会(1)		
2F	午後							
3F	午前			おはよう(ホ) 劇団ぽけっと(2)	◆さくらんぼ（ホ）		◆ベビーマッサージ（ホ）	
3F	午後			放課後子ども教室(ホ)	わくわく(ホ)		のびのび(ホ)	すがも児童合唱団(ホ)
		9	10	11	12	13	14	15
2F	午前		アルバム(1)	2024祝う会(1)	アルバム(1)	2024祝う会(1)		
2F	午後			マウスの会(1)	放課後子ども教室(1)			北大塚1丁目 睦町会(1)
3F	午前			おはよう(ホ)	◆えいご（ホ） 劇団ぽけっと(2)	◆ミニミニアスレ（ホ）		事業準備
3F	午後	porepore(ホ)		マウスの会(1) 放課後子ども教室(ホ)	わくわく(ホ) 劇団ぽけっと(2)	◆ミニミニアスレ（ホ）	のびのび(ホ)	◆春のお楽しみ会(ホ)
		16	17	18	19	20	21	22
2F	午前					祝日 春分の日 （休館日）		
2F	午後							
3F	午前			おはよう(ホ)	◆フィットリトミック(ホ)		◆よちよちランド(ホ)	
3F	午後				わくわく(ホ)		のびのび(ホ)	
		23	24	25	26	27	28	29
2F	午前						◆りぷりんと（交）	
2F	午後			マウスの会(1)				
3F	午前			おはよう(ホ)		◆読み聞かせ（ホ）		
3F	午後			マウスの会(1)	わくわく(ホ)			
		30	31					
2F	午前							
2F	午後							
3F	午前							
3F	午後							

ふわふわぺたーん
4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
28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
直接ひろばへ来てください。

ミニミニアスレチック
1日(土)・13(木)
9:30から16:50
ホールにトランポリン、滑り台、ウエイブバランスなどが出ています。

のりものもあります

🚗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

さくらんぼ
5日(水)
10：50～11:40
民生児童委員のプログラム
「絵本の読み聞かせ」
対象：乳幼児と保護者
申込み：2月19日(水)
先着18名

ベビーマッサージ
7日(金)
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：2月21日(金)から
先着 10組

よちよちランド
21日(金)
11:00から11:30
「大きくなったね！
記念カード作り」
対象：0才と保護者
申込み：3月7日(金)から
先着15組

えいごでえほん
12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：2月26日(水)から
先着 15組

おぷちゃん先生とフィットリトミック
19日(水)10:30から11:30
講師：小布施 由恵 氏
対象：8か月から
未就園の乳幼児と保護者
申込み：3月5日(水)から
先着 15 組

春のお楽しみ会
15日(土)13:30から14:30
南米の楽器の音色に酔いしれよう！
名曲「コンドルは飛んでいく」の演奏もあります。お楽しみに！
出演：下町ケーナ同好会
対象：乳幼児親子から高齢者まで
どなたでも(ファミリー参加大歓迎)
申込み：2月28日(金)から先着60名

中央図書館の読み聞かせ ～お誕生日カード作り
27日(木)10:30から11:30
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
(3月生まれとハーフBD令和6年9月生まれ)
申込み：3月13日(木)から