



「つながるマーケット」 5月16日(土)9時から

個数制限をする場合もあります
品物を入れる袋をお持ちください



品物を集めています！ご協力ください
期間：4月18日(土)から5月12日(火)

- ・子ども服 80センチから150センチくらい
- ・おもちゃなどの子ども用品・・・大きなサイズはお問い合わせください
- ・服は洗濯してください
- ・おもちゃなどは壊れてないか部品が揃っているか確認してください
- ・ぬいぐるみはご遠慮ください

次の方が気持ちよく使用できる状態でお持ち込みください

※17日(日)以降も品物があればどうぞお持ち帰りください

みんなでリトミック 5月10日(日)

- ①10:30から11:00
対象：6ヶ月くらいから1歳半くらいまで
- ②11:10から11:40
対象：1歳半くらいから3歳くらいまで
- 講師：大豆生田 美穂氏
定員：各回15組
申込：4月26日(日)から



出前講座 人生100年時代！ フレイル予防のためにできること 5月29日(金) 13:30から14:30

今日から始める「元気のコツ」

フレイルのセルフチェック、頭の体操、低栄養予防など

講師：MY講座担当講師

対象：65歳くらいから 定員：20名

申込：5月14日(木)から



楽器であそぼう

5月14日(木) 定員：各回10組

楽器にふれながら音を楽しみます

講師：井上勢津氏

①10:00から10:50

②11:00から11:50

対象：3か月から10か月くらいまで

持ち物：必要な方は床に敷くものバスタオルなど

申込：4月28日(火)から



スタディールーム&スマホQ&A

5月9日(土) 9:30から11:30

スタディールーム 対象：小学生・中学生・高校生

持ち物：自分の勉強道具

筆記用具

スマホQ&A 対象：大人の方

持ち物：スマホ

*申込不要 出入り自由

協力：学習院大学児童文化研究会



えいごであそぼう

楽しく英語であそびましょう！
どちらか1回にご参加できます

5月12日(火)

①10:30から11:00 ②11:05から11:35

講師：大崎弘子氏 定員：各回18組

対象：6か月から3歳くらいまで

申込：4月28日(火)から



ベビーマッサージ

5月26日(火) 10:30から11:00

講師：丸山充世氏 定員：20組

対象：3か月くらいから10か月くらいまで

持ち物：バスタオル、水分補給

使っているオイルがあればお持ちください 申込：5月7日(木)から



ミニコンサート&誕生会

5月23日(土) 10:30から

出演：山崎拓未と音の仲間たち

子どもと保護者 定員：30組

申込時に5月生まれのお子さんはお申し出ください

申込：5月7日(木)から



子育て

事業名	日時	定員	申込日
ベビータ임 (0歳から1歳半) ふれあい遊びと季節のせいさく	20日(水) 10:30	25組	4月 28日(火)
おおきくなったね (身体測定)	20日(水) 11:00	申込不要 受付11:15まで	
おひさまタイム (1歳半から未就学児) ふれあい遊びと季節のせいさく	27日(水) 10:30	25組	5月 7日(木)
民生児童委員プログラム たんぼぼ 「ミニミニ運動会」	28日(木) 10:30	20組	5月 7日(木)
おはなし会 豊島区立中央図書館ボランティア	1日(金) 10:30	申込不要	
わくわく紙芝居	9日(土) 11:00	申込不要	
のりものランド 対象：乳幼児	土・日 9:00から16:45	*利用出来ない場合もあります	



いきいき

事業名	日時	定員	申込日
レッツ音楽 講師：木内愛弓氏	11日(月) 10:30	30名	4月 27日(月)
南池ポッチャ	12日(火) 10:30	18名	4月 27日(月)
楽しく俳句 講師：立本 美知代氏 お題「晩春」「初夏」	12日(火) 13:30	10名	4月 27日(月)
りらくす気功 講師：武内フク氏	18日(月) 10:30	25名	豊島区在住 5月8日(金) 区外5月15日(金)
健康柔力球 講師：大西 久美子氏	19日(火) 10:30	12名	5月 8日(金)
スマイル体操 講師：木津美佳氏 持ち物：浴用タオル	22日(金) 10:30	25名	5月 8日(金)

※体操は、動きやすい服装と上履きで水分をお持ちください

みんなで歌いましょう

5月7日(木)14:00から15:00

童謡・唱歌、歌謡曲をみんなで歌います
※申込不要



ヒアリングフレイルチェック

5月14日(木)10:00から12:00

☆耳の聞こえの大事なサイン

気になる方は是非チェックしましょう

持ち物：筆記用具

申込：高田介護予防センター TEL03-3590-8116



としまる体操&脳トレ

今月は理学療法士による体操指導

5月14日(木)10:30から11:30

持ち物：筆記用具 ※申込不要



相談室

☆包括出張相談☆

12日(火)
11:20から

☆暮らしの

何でも相談会☆

19日(火)

10:30から11:30

豊島区民

社会福祉協議会

パンの販売

5月14日(木)
11:30頃から



NPO法人このは

予告 「みんなの防災」6月13日(土)
10:30から13:00

