



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

11月の区民ひろば南池袋

豊島区南池袋3-5-12

TEL 03-3984-5896

9:00~17:00(開館)

ひろばホームページ



みみずくフェスタ

11月14日(土)

10:30から13:00(受付12:30まで)

オープニング:子どもスキップダンス ~申込不要~

:スティールパンバンドpangie 出演

カラオケのど自慢大会 ※事前申込:10月31日(土)から

①シニアの部 11:15から 定員:10名

②ファミリーの部 12:15から 定員:6組

ゲームコーナー、おやつコーナー(ポップコーン・わたあめ)

みみずくマルシェ(野菜など)、脳トレコーナー、体組成測定

お花の寄せ植え

(プリコラージュフラワー)

11月21日(土)10:30から

~お花の苗を土に植え付け

春まで 楽しめます~

講師:玉井美枝氏

材料費:2500円

定員:24名

対象:おとな

申込:11月1日(日)から

材料費を添えて窓口のみ



フラワーアレンジメント

「クリスマスリース作り」

12月6日(日)

14:00から15:30

講師:水野 エイジ氏

材料費:2500円 定員:28名

対象:小学4年生からどなたでも

※乳幼児連れ 不可

申込:11月15日(日)から

材料費を添えて窓口のみ



子育てWEB予約システム(ジモイク)をご利用ください
QRコードより登録、検索して予約できます



みんなでリトミック

11月15日(日)

講師:大豆生田 美穂氏

対象:乳幼児 定員:各回15組

申込:10月28日(水)から

①10:30から11:00

6か月くらいから1歳半くらいまで

②11:10から11:40

1歳半くらいから3歳くらいまで

水道キャラバン2026

11月20日(金)10:30から11:10

水滴くんと一緒に学ぼう! ×いいいいないばあ!

対象:乳幼児と保護者 定員:15組 申込:11月5日(木)から



おひさまタイム&交通安全教室

11月25日(水)10:30から11:20

対象:乳幼児と保護者 申込:11月5日(木)から

おひさまタイムは手あそび歌やパネルシアター、季節のせいさく

交通安全教室は交通ルールなどのお話。お土産あり

交通安全教室



ミニコンサート&誕生会

11月28日(土) 10:30から

申込:11月5日(木)から 11月生まれの方は申込時お申し出ください

出演:山崎拓実と音の仲間たち 定員:30組

あそんで相談:西部子ども家庭支援センター

11月19日(木) 10:00から11:30

子育て

事業名	日時	定員	申込日
ベビータイム (0歳から1歳半) ふれあい遊びと季節のせいさく	11日(水) 10:30	25組	10月 28日(水)
おおきくなったね (身体測定)	11日(水) 11:00	申込不要 受付11:15まで	
ベビーマッサージ 講師:丸山充世氏 (3か月から10か月くらいまで) 持ち物:バスタオル	4日(水) 10:30	20組	10月 21日(水)
楽器であそぼう 講師:井上勢津氏 (3か月から10か月くらいまで)	5日(木) 10:30	8組	10月 21日(水)
えいごであそぼう 講師:大崎弘子氏 (6か月から3歳くらいまで)	17日(火) 10:30	18組	11月 5日(木)
おはなし会& ボールプール 豊島区立中央図書館ボランティア	6日(金) 10:30	申込不要	
民生児童委員プログラム たんぼぼ 「乳幼児のための救急法」	19日(木) 10:30	15組	11月 5日(木)
わくわく紙芝居	21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 ※予約不要 ※利用出来ない場合もあります		

いきいき

※体操は、動きやすい服装で水分をお持ちください

事業名	日時	定員	申込日
南池ポッチャ	10日(火) 10:30	18名	10月 26日(月)
みんなで歌いましょう	12日(木) 14:00	申込不要	
レッツ音楽 講師:木内愛弓氏	16日(月) 10:30	30名	10月 26日(月)
楽しく俳句 お題「秋」 講師:菅野孝夫氏	16日(月) 13:30	10名	10月 26日(月)
としまる体操&脳トレ 持ち物:筆記用具	19日(木) 10:30	申込不要	
健康柔力球 講師:大西 久美子氏	24日(火) 10:30	12名	11月 10日(火)
スマイル体操 講師:木津美佳氏 持ち物:浴用タオル	27日(金) 10:30	25名	11月 10日(火)
りらっくす気功 講師:武内フク氏	30日(月) 10:30	25名	区内 11月16日(月) 区外 11月24日(火)

足腰筋力アップで

転倒予防に取り組もう! 講座

11月5日(木)10:00から11:30

対象:区内 65歳以上

申込:高齢者福祉課介護予防グループ

電話:03-4566-2434

持ち物:筆記用具・水分補給



姿勢腰痛講座

姿勢を整え腰痛を予防しましょう!

11月9日(月)10:30から11:30

豊島区リハビリテーション従事者連絡会

申込:10月26日(月)から

定員:25名

持ち物:筆記用具



ザ・リッツ(体組成計)

無料で測定できます

対象:65歳以上の方

11月から3月 平日10時~16時

窓口でお申し出ください(予約不要)



※子育てランチルーム・2階交流ひろばでの食事は

16時30分まで利用可

※給水スポットを利用できます。水筒などはご持参ください

※感染予防のため、大人の方は必ず靴下を着用ください

相談室

★包括出張相談★

11月10日(火)

11:20から11:50

ふくろうの杜

★まちの相談室★

11月19日(木)

10:20から11:00

高齢者福祉課

★暮らしの何でも相談会★

11月27日(金)

10:30から11:30

豊島区民社会福祉協議会

パンの販売

11月19日(木)

11:30頃から

NPO法人このは

2026

つながる・つながる・ひろばのね!
スタンプラリー
ひろばをめぐるスタンプラリー

11月1日(日)~12月27日(日)

すべての区民ひろばでスタンプラリー
を開催! スタンプを押して
景品をもらおう!