

## 4月から区民ひろばの入館方法が変わります

区民ひろば利用証は新規作成になりますので、利用申請書の記入をお願いします。  
住所明記のものを持参ください。

### ひろばまつり 『フラワーフェスタ』

4月26日(土) 10:30 ~ 14:00

オープンガーデンもお楽しみください

☆着物でご参加の方にはプチプレゼントをご用意しております☆

10:30 オープニングセレモニー

11:15 パン販売

12:30 鉢植え販売

13:00 お楽しみ会

13:30 フラダンス(フィナーレ)

出演：自主サークル アロハロケラニ  
※時間は変更になる場合があります

### 『オープンガーデン』

区民ひろば高松の庭を公開します  
かわいい草花をお楽しみください

4月1日(火)~5月13日(火)

10:00~16:00

(4月26日は14:00まで)

4月29日・5月3日 4日 5日 6日は  
祝日のため休館です

### 『サークル代表者会』

4月1日(火) 貸室終了後9:45~(予定)

サークル代表者の方はご出席下さい

### いきいきプログラム

※お申込みはすべて先着順です

事業名	日程	時間	定員	内容	受付開始
脳トレGO!	14日(月)	10:00~	20名	読み・計算・クイズなど 楽しく脳トレします	当日お越し下さい
Let's! 脳レク	28日(月)	10:00~	20名	レクリエーションゲームで身体機能の向上と 脳の活性化をはかろう!	当日お越し下さい
音楽でリラックス	10日(木)	10:30~11:45	18名	講師：仲里潔子氏	当日お越し下さい
ブラチナトレーニング	11日(金)	10:00~	20名	講師：杉浦重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員	当日お越し下さい
達ちゃんのスッキリ体操	18日(金)	10:00~11:00	20名	講師：及川達平氏 文寿整骨院副院長	当日お越し下さい
ハツラツ民謡	9日(水)	13:30~	10名	講師：相沢和子氏(毎月第2水曜日になりました)	当日お越し下さい
高齢者くらしの相談	今月はお休みです			高齢者総合相談センター	
まちの相談室	今月はお休みです			区の専門職の方が相談にお応えします	

### 子育てプログラム

おめでとう お誕生日	23日(水)	10:30~11:00	7組	誕生日月1、2才のお子さんにお誕生日カードプレゼント (誕生日月ではない方もご参加できます)	4/2(水)
大きくなったかな!	今月はお休みです			高松第二保育園の看護師による身体測定 対象：概ね1才までの乳児と保護者	
ベビーマッサージ	今月はお休みです			対象：3か月から8か月程度の乳児と保護者	
ママのからだメンテナンス	21日(月)	13:30~14:30	10名	子育てママの疲れをとるための体操とお話 講師：藤原祥了氏(柔道整復師)	3/31(月)
親子で音楽あそび	8日(火)	10:30~11:10	10組	講師：下澤明夜氏・対象：3ヶ月から11ヶ月	3/18(火)
わくわくパーク	10日(木)	10:15~10:45	10組	対象：1才のお子さんと保護者	3/21(金)
おはなし会	10日(木)	10:50~11:15	なし	豊島区中央図書館読み聞かせボランティア	当日お越し下さい
ちょこっとタイム	平日午前(事業がない時)		なし	親子で手あそびや体操	当日お越し下さい
のりものタイム	午後随時 土日午前	13:00~15:50 9:30~11:30	なし	三輪車、コンピカーなどで遊べます	当日お越し下さい

### どなたでもプログラム

ガーデンの日	8日(火) 22日(火)	10:00~	なし	お庭の手入れをした後、皆でお庭について話し合います (ボランティア募集中)	当日お越し下さい
折り紙の日	お休みです			季節などの折り紙をなごやかに折ります	
エンジョイ! 音楽	15日(火)	13:30~15:30	なし	色々なジャンルのレコード・CDを楽しく聴きます	当日お越し下さい
ポッチャをやろう	21日(月)	10:00~	なし	楽しくポッチャをやります	当日お越し下さい
うたdeランド	23日(水)	13:30~14:30	26名	ピアノの生演奏で懐かしい歌を皆で歌います	当日お越し下さい

仲良しグループカラオケ  
来月分の申込は4月7日(月)9:30~  
※グループ登録制

CSW  
暮らしの  
何でも相談会  
23日(水)  
13:30~

たけのこクラブ  
(小学生の学習支援)  
毎週火曜日 17:00~  
4月は  
8日、15日、22日

『NPO法人  
おおきな木総会』  
4月12日(土)10:00~



LINEお友達登録  
お願いします★

一部事業は事前申込制です  
募集は豊島区在住優先

テレビ体操  
1階 毎朝 9:30~