

令和6年 4月号 区民ひろば高南だより

発行 スマートひろば高南(区民ひろば高南運営協議会)・区民ひろば高南

SDGs 未来都市としま



豊島区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



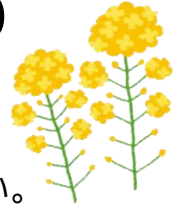
スマートひろば高南(区民ひろば高南運営協議会)

定時総会 4月17日(水)14:00~15:30

会場:区民ひろば高南第一



スマートひろば高南ではいろいろな事業を企画運営しています。
定時総会はどこでもご参加いただけますので、ぜひお気軽にご来館ください。



新講座

やさしいフラダンス

4月25日(木)13:30~14:15



フラダンスを楽しみながら
心身ともに健康に!
初めての方、大歓迎です!



講師:小山とも子氏
対象:65歳以上の方
定員:15名



会場:区民ひろば高南第一
申込:区民の方 4月4日(木)13:00から
他区の方 4月18日(木)13:00から
*電話申込可(高南第一 03-3988-8601へ)

子育てサロンたんぽぽ

~折り紙でお節句飾り~



4月18日(木)10:30~11:30

色紙に折り紙こいのぼりを貼って作ります

対象:乳幼児と保護者 15組

会場:区民ひろば高南第二

申込:区民の方 4月4日(木)から

他区の方 4月11日(木)から

*電話申込可(高南第二 03-3987-6600へ)

主催:高田地区民生委員児童委員協議会



第11回 高南ひろばまつり

今年は高南第二の大規模改修工事のため
例年の9月開催から日程が変更になります



5月25日(土)

高南小学校 校庭



詳細は5月の高南だよりでお知らせします

高南ガーデニングだより



高南第一の庭の花壇では、運営協議会いきいき部会の皆さんが育ててくださったストック・ビオラ・プリムラ・菜の花など、たくさんの花が咲き誇っています。

ぜひ、お花見にお立ち寄りください。
お待ちしております。



スマートひろば高南
今月の部会予定

いきいき部会 4月23日(火)10:00~11:00 会場:区民ひろば高南第一
子ども部会 4月13日(土)10:30~11:30 会場:区民ひろば高南第二

ご理解・ご協力をお願いします。

※ご利用の際には、靴下の着用をお願いいたします。
※定期的に館内の消毒、換気を行っています。
※すべての事業は変更または中止になる場合があります。

区民ひろば高南ホームページ



高南第一



高南第二

令和6年4月 区民ひろば高南第一

開館時間 9:00~17:00 ☎3988-8601
(休館日:祝日・年末年始) 豊島区高田 2-11-2



手作り工房

【和紙で作る利用証入れ】

オリジナル利用証入れを作ります

日時:4月19日(金)13:30~14:30
対象:どなたでも(保育はありません)
定員:10名
申込:区内4月 5日(金)13:00~
他区4月12日(金)13:00~

クロッケー大会

芝生のお庭で身体を動かしましょう

日時:4月25日(木)10:00~11:00
対象:65歳以上の方
定員:15名
申込:区内4月 5日(金)13:00~
他区4月12日(金)13:00~
*雨天時はモルック大会になります

你好! 太極拳

初心者大歓迎

太極拳で心も身体もスッキリ!

日程:4・5・6・7・11・12・1・2月
第4水曜日 13:30~14:30

講師:江川 園江氏
対象:65歳以上の方
定員:15名
申込:区内4月 3日(水)13:00~
他区4月17日(水)13:00~

	事業名	日時	内容	定員 (先着順)	申込み(電話可) 受付は13時から	SDGs ゴール
いきいき事業 (65歳以上の方対象)	リズム体操	4月はお休みです	講師:福島誠一氏 音楽に合わせてリズムよく踊ります	15名		3
	やさしいフラダンス	25日(木) 13:30~14:15	講師:小山とも子氏 楽しくフラダンスを踊りましょう	15名	区内:4/4(木)から 他区:4/18(木)から	3
	なごやかタイム (藤井先生)	24日(水) 10:30~11:15	講師:藤井芳子氏(健康運動指導士) 楽しく介護予防体操に取り組みます	15名	区内:4/10(水)から 他区:4/11(木)から	3
	なごやかタイム としまる体操等	3・10日(水) 10:30~11:15	当館職員と一緒に、としまる体操・ストレッチ・ 脳トレ体操などをします(先着順)	20名	当日10:00から 先着順	3
	クロッケーゴルフ	4・11・18日(木) 10:00~11:00	芝生の庭でクロッケーゴルフを楽しみます 初心者の方、大歓迎です(雨天室内でモルック)	12名	当日先着順 受付終了10:00	3
	你好! 太極拳	24日(水) 13:30~14:30	講師:江川園江氏 全8回 4・5・6・7・11・12・1・2月の第4水曜日 全8回参加できる方	15名	R6年度申込み 区内:4/3(水)から 他区:4/17(水)から	3
	お元気卓球	2・9・16・23・30日(火) 6・13・20・27日(土) 9:30~11:30	卓球で元気に体を動かしましょう ラケット・ボールは貸出できます	10名	当日先着順	3
	はつらつ朗読会	15日(月) 13:30~14:30	講師:中富邦子氏(マザーグース所属) R6年度前期日程:4/15・5/13・6/3・7/1	13名	R6年度前期申込み 受付中	4
	ら・ら・らソング	22日(月) 13:30~14:30	講師:加瀬淳子氏 ヴァイオリンとピアノの演奏で楽しく歌います	25名	当日13時から先着順	4
	脳トレタイム	22日(月)10:30~11:15	4月より月1回になります 漢字・計算・ぬり絵をします	10名	区内:4/8(月)から 他区:4/9(火)から	3
	カラオケひろば 健康増進カラオケ(通信)	18日(木) 13:30~14:30	みなさんでカラオケを楽しみましょう	10名	当日先着順 受付終了13:45	4
	まちの相談室	3日(水) 10:30~11:15	高齢者福祉課の専門相談員による相談	—	当日直接おいで下さい	11
包括出張相談	4月はありません	高齢者総合相談センター職員による相談	—		11	
交流事業 (どなたでも)	みんなでモルック	5・19日(金) 10:00~11:00 3・10・24日(水) 15:30~16:15	芝生の庭でモルックを楽しみます 子どもから大人までどなたでも参加できます 初心者の方大歓迎です (雨天室内)	各日 16名	当日先着順 (金)受付終了10:00	3
	芝生でラジオ体操	毎日 9:00~	雨天時や暑い時、体調に自信のない方は 室内でも行います	—	当日直接おいで下さい	3
	フリー卓球	1階集会所が空いている時 (水曜日を除く)	1回20分・お二人以上でご参加ください ラケット・ボールは貸出できます	—	当日直接おいで下さい 受付終了16:30	3
	囲碁の日	2・9・16・23・30日(火) 9:00~11:30	皆さんで囲碁を楽しみましょう	10名	当日先着順	4
	暮らしの 何でも相談会	9日(火) 13:00~14:00	豊島区民社会福祉協議会 CSW による相談	—	当日直接おいで下さい	11

※使用済みの蛍光灯、小型家電を回収しています【倉庫入口】

※廃食油回収日 4月22日(月) 9:00~12:30 【倉庫入口】(毎月第4月曜日)

令和6年 4月

区民ひろば高南第二

開館時間 9:00~17:00 ☎3987-6600
 (休館日:祝日・年末年始) 豊島区高田3-38-7



西部子ども家庭支援センター あそんで相談

～ことばとからだ～

日 時:4月25日(木)
10:00~11:30

いつものようにお子さんを遊ばせながら、心理職や子ども家庭支援ワーカーに相談ができます。
*予約はいりません



すこやかタイム

第2火曜日、第3金曜日に開催します。1歳ぐらまでの赤ちゃんのプログラムです。昼のお部屋でゆったりと過ごしましょう。



みんななかよし

第4木曜日にお誕生会とあわせて開催します。お誕生日を迎えるお子さんはカードをお作りいたします。受付にお声がけください。
*1歳以上が対象です。



	事業名	日時	内容	対象定員	申込み(電話可)	SDGs
子育て事業	ちびっこアスレチック	6日(土)、21日(日) 14:30~16:00	トランポリン、いっぽん橋、マットのお山、カラフルケンパー、滑り台で遊びましょう。	乳幼児	当日直接おいでください	3
	みんななかよし「新聞あそびと誕生会」	25日(木) 11:00~11:30	新聞紙をビリビリやぶいて遊びましょう。お誕生日を迎えるお子さんは受付にお声がけください。手形をとってカードを作ります。	1歳以上 14組	区内:4/11(木)から 他区:4/18(木)から	3
	すこやかタイム	9日(火)・19(金) 11:00~11:30 11:30~12:00	お子さんと保護者のふれあいタイム。「木育あそび」木のおもちやで遊びましょう。身長体重の測定だけでも参加できます。	0歳児 各8組	区内:3/26(火)から 他区:4/2(火)から 測定だけは直接来館	3
	親子リトミック～予告～	5月9日(木) 11:00~11:30	講師:下平麻紀氏 音楽に合わせて一緒に楽しく体を動かしましょう。	おおむね 1歳6ヶ月以上12組	区内:4/25(木)から 他区:5/1(水)から 回ごとに募集	3
	りぷりんと・としまおはなし会	16日(火) 11:00~11:20	りぷりんと・としまによる絵本の読み聞かせです。申し込みはいりません。	乳幼児	当日直接おいでください	4
	子育てサロン たんぽぽ	18日(木) 10:30~11:30	高田地区 民生委員児童委員協議会「折り紙でお節飾り」色紙に折り紙こいのぼりを貼って作ります。	乳幼児 15組	区内:4/4(木)から 他区:4/11(木)から	4
	プチ体操	毎日 11:30 から	ポンポン体操、アンパンマン体操をします。	—	当日直接おいでください	3
事業交流	暮らしの何でも相談会	25日(木) 11:00~12:00	豊島区民社会福祉協議会 CSW による相談	—	当日直接おいでください	11

豊島区民社会福祉協議会 CSW配置

区民ひろば高南第二には CSW(コミュニティソーシャルワーカー)が配置されています。目白・南池袋・雑司が谷・高田地区にお住まいの方の暮らしの中の不安などの相談窓口となっています。何でもお気軽にご相談ください。訪問活動も行っています。

☎ 6890-2950

のいものタイム～コンビカー・三輪車で遊ぼう～

9:00~11:20/12:00~15:30

カレンダー4面の マークで表示しています。

フリータイム 15:30~16:50

どなたでもあそびのひろばをご利用になれます。

*卓球もできます。受付にお声かけください。

(受付時間16:30まで)



ご利用ください

※使用済みの電池・蛍光管・小型家電を回収しています【1階入口】

※廃食油回収日4月22日(月)9:00~12:30【1階入口前】※毎月第4月曜日



4月のカレンダー



区民ひろば高南第一 Tel 3988-8601
 区民ひろば高南第二 Tel 3987-6600

貸室予定は3月17日現在のものです。

第一		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
午前	集会		貸室抽選	お元気卓球	なごやかタイム	すこやかライフ		お元気卓球
	教養			囲碁の日	まちな相談室		高田囲碁会	
午後	区集			施設整備課		クロッケー		
	集会				暮らしの何でも相談会		若返り体操サロン	松栄会
午後	教養							高田将棋教室
	区集							
		7	8	9	10	11	12	13
午前	集会			お元気卓球	なごやかタイム	クロッケー	モーリン貯筋	お元気卓球
	教養			囲碁の日			高田囲碁会	
午後	区集			予約有				
	集会		予約有	役員会	Kippls☆モルック			サロンジャスミン
午後	教養							松栄会
	区集			企画会議			区高連第4ブロック	高田将棋教室
		14	15	16	17	18	19	20
午前	集会			お元気卓球	総会準備	クロッケー		お元気卓球
	教養			囲碁の日	予約有		高田囲碁会	
午後	区集			施設整備課	予約有			いこいクラブ絵画
	集会		はつらつ朗読会		総会	カラオケひろば	手作り工房	
午後	教養			山吹句会	予約有		ハートフル高田	松栄会
	区集		予約有		予約有			
		21	22	23	24	25	26	27
午前	集会		脳トレタイム	お元気卓球	なごやかタイム	クロッケー大会	モーリン貯筋	お元気卓球
	教養			囲碁の日			高田囲碁会	
午後	区集		高田将棋教室	いきいき部会				
	集会		ら・ら・らソング		你好!太極拳	やさしいフラダンス	若返り体操サロン	サロンジャスミン
午後	教養			企画会議			ハートフル高田	松栄会
	区集				Kippls☆モルック			予約有
		28	29	30				
午前	集会		休館日	お元気卓球	50円 淹れたてコーヒー 火曜日 11:30~14:30			水曜日の フリー卓球は ありません
	教養			囲碁の日	お庭であそべます 日曜日 9:30~15:00			
午後	区集			施設整備課	みんなでモルック (水)15:30~16:15 (金)10:00~11:00			
	集会							
午後	教養							

第二		日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5	6
午前	子育て 本 工作室		貸室抽選					
	あそび 工作室							
午後	あそび 工作室			目白高南吹矢会				ちびっこアスレチック
	あそび 工作室							
		7	8	9	10	11	12	13
午前	子育て 本 工作室			すこやかタイム				
	あそび 工作室							子ども部会/電車であそぼ(音)
午後	あそび 工作室			目白高南吹矢会	みゆうみゆう		幼児体操	電車であそぼ(音)
	あそび 工作室							
		14	15	16	17	18	19	20
午前	子育て 本 工作室						すこやかタイム	
	あそび 工作室			りぷりんど・おはなし会(工・音)				電車であそぼ(音)
午後	あそび 工作室				親子体操体験会	子育てサロンたんぽぽ		電車であそぼ(音)
	あそび 工作室				みゆうみゆう		幼児体操	
		21	22	23	24	25	26	27
午前	子育て 本 工作室					あそんで相談		
	あそび 工作室					暮らしの何でも相談会		電車であそぼ(音)
午後	あそび 工作室					みんななかよし		電車であそぼ(音)
	あそび 工作室		ちびっこアスレチック	目白高南吹矢会	みゆうみゆう		幼児体操	
		28	29	30				
午前	子育て 本 工作室		休館日					
	あそび 工作室							
午後	あそび 工作室							
	あそび 工作室				目白高南吹矢会			

マークは、午前(9:00~11:20)で
 午後(12:00~15:30)で遊べます。