

令和7年6月 区民ひろば高南だより

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



高南HP



☆高南第二は改修工事のため、休館中です。すべての事業を、高南第一で実施しています。

第12回 高南ひろばまつり
～芝生のお庭で高南ひろばまつり～
6月7日(土)13:00から15:30
(受付開始:12:30)
※会場は区民ひろば高南第一です。
※「かえっこ」と「プラスバンド演奏」はありません。
※子ども用無料クーポン券、福引券は先着各300枚です。
※自転車置き場、ペーパークーラー置き場はありません。
※エコバックをお持ちください。
主催:高南ひろばまつり実行委員会

わくわくスマホ講座
～初級編:ボタンの確認・画面操作・文字の入力など～
10月までの5回コースでスマートフォンの基本操作を学びます。
日時:6月23日(月) 13:30から15:30
定員:15名(65歳以上の方) 講師:(株)ソフマップ社員
申込:区内6月2日(月)13:00から/他区6月11日(水)13:00から

みんななかよし
スタンプあそび&6月の誕生会
スタンプでオリジナルマイバックを作ろう!
交通安全教室もあります。
日時:6月20日(金) 11:00から12:00
定員:10組(1歳児以上と保護者)
申込:区内6月4日(水)9:00から
他区6月13日(金)9:00から

子育てサロンたんぽぽ
～親子であそぼうパラバルーン～
日時:6月19日(木)
10:30から11:30
定員:12組(乳幼児と保護者)
申込:区内6月5日(木)9:00から
他区6月12日(木)9:00から
主催:高田地区民生委員
児童委員協議会

いきいきサロン 講座「TOKYO熱中症ゼロへ！」
気象予報士から熱中症について学びます。
日時:6月24日(火) 13:30から14:30
定員:20名(65歳以上の方)
申込:区内6月10日(火)13:00から
他区6月17日(火)13:00から
主催:スマートひろば高南いきいき部会

すこやかタイム 足形アート
足形をとって、かわいく飾りましょう。
日時:6月10日(火) 11:00から11:30
(11:30から12:00身長・体重測定)
定員:10組(0歳児と保護者)
申込:区内5月26日(月)9:00から
他区6月3日(火)9:00から
*身長・体重測定だけでも参加できます。

消費生活講座「終活」
ライフ&ライフエンディングノートを活用しよう。
日時:6月30日(月) 13:30から14:30
定員:20名(65歳以上の方)
申込:区内6月16日(月)13:00から
他区6月23日(月)13:00から

予告
「けん玉講座」 けん玉を通して介護予防に役立てます。
日時:7月2日(水) 10:30から11:30
定員:10名(65歳以上の方)
申込:区内6月18日(水)13:00から/他区6月25日(水)13:00から

わくわくひろば「もうすぐ七夕音楽ファンタジー」
みんなの大好きな歌や曲によってステキな音楽ファンタジーを楽しみましょう。
日時:6月23日(月)10:30から11:00
出演:劇団ほけっと
定員:25組(乳幼児と保護者)
申込:区内6月9日(月)9:00から
他区6月16日(月)9:00から
主催:スマートひろば高南子ども部会

パパと一緒に ～ママの参加も大歓迎～
親子でふれあいながら体操をしましょう
日時:6月29日(日)10:30から11:30
講師:藤井芳子氏
対象:10ヶ月以上のお子さんと保護者
定員:10組
申込:区内6月15日(日)9:00から
他区6月21日(土)9:00から
持ち物:水分補給用飲み物

異文化交流事業 高南七夕コンサート
日時:7月5日(土) 13:30から14:30
出演:王 霄峰氏(二胡)
定員:45名(どなたでも)
会場:区民ひろば高南第一
申込:区内6月14日(土)13:00から
他区6月23日(月)13:00から
共催:スマートひろば高南いきいき部会

事業名	日時	内容	定員	申込み(電話可)
リズム体操	2日(月) 10:30から11:30	講師:福島誠一氏 音楽に合わせてリズムよく体を動かします	15名	区内:5/19(月)13時から 他区:5/26(月)13時から
やさしい フラダンス	26日(木) 13:30から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:6/12(木)13時から 他区:6/19(木)13時から
你好!太極拳	25日(水) 13:30から14:30	講師:江川園江氏(全回参加できる方) 4/23・5/28・6/25・7/23・1/28・2/25・3/25	15名	募集中
なごやかタイム (藤井先生)	今月はお休みです	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	
なごやかタイム (としまる体操等)	4・11・18・25日(水) 10:30から11:15	当館職員と一緒に、としまる体操・ストレッチ・ 脳トレ体操などを行います	20名	当日直接おいでください
はつらつ朗読会	16日(月) 13:30から14:30	講師:中富邦子氏(マザーグース所属) 第3月曜日(前期4回)4/21・5/19・6/16・7/14	13名	申込み終了
脳トレタイム	16日(月) 10:30から11:15	漢字・計算・ぬり絵で脳を活性化しましょう	15名	区内:6/2(月)13時から 他区:6/9(月)13時から
クローカーゴルフ	5・12・26日(木) 10:00から11:00	芝生の庭でクローカーゴルフを楽しみます 初心者の方、大歓迎です(雨天中止)	12名	当日先着順 受付終了10時
歌って脳トレ	2日(月) 13:30から14:30	カラオケ機器を使ってみんなで歌って楽しい 脳トレをします	20名	当日直接おいでください
囲碁の日	3・10・17・24日(火) 9:00から11:30	みなさんと囲碁を楽しみましょう	10名	当日先着順
包括出張相談	今月はお休みです	高齢者総合相談センター職員による相談	—	
絵本とリトミックの 贈り物	12日(木) 10:30から12:00	講師:伊庭まゆみ氏・阿部寿子氏 つぼみ組(1才未満)10:30から/すみれ組(1才から就園前)11:20から	0才・1才以上 各12組	区内:5/28(水)9時から 他区:6/5(木)9時から
読み聞かせボランティア おはなし会	5日(木) 11:00から11:30	豊島区立図書館ボランティアによる 乳幼児親子対象の絵本の読み聞かせ	—	当日直接おいでください
りぱりんと・としま おはなし会	17日(火) 11:00から11:20	りぱりんと・としまによる 乳幼児親子対象の絵本の読み聞かせ	—	当日直接おいでください
みんなで卓球	3・10・17・24日(火) 14・21・28(土)	年齢に関係なく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 9:30から11:30	10名	当日先着順
みんなでモルック	4・11・18・25日(水) 15:30から16:15	年齢に関係なく芝生の庭でモルックを楽しみます (雨天中止) モルックは水曜日だけになりました	16名	当日先着順
フリー卓球	1階集会室が空いている時 (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	—	当日直接おいでください 受付終了16時30分
暮らしの何でも相談会	10日(火)11:00から12:00 16日(月)10:30から11:30	豊島区民社会福祉協議会CSWIによる相談	—	当日直接おいでください

6月のカレンダー

貸室予定は5月15日現在のものです。

		日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	6	7	
午前	1F集会室		貸室抽選/リズム体操	みんなで卓球	なごやかタイム	すこやかライフ	ひろばまつり準備	第12回 高南 ひろばまつり	
	2F教養室			囲碁の日	親子体操	おはなし会			
	2F娛樂室								
	庭	お庭であそべます				クローケー			
午後	1F集会室		歌って脳トレ	喫茶コーナー					
	2F教養室			CSWスポット					
	2F娛樂室								
	庭	お庭であそべます			みんなでモルック				
		8	9	10	11	12	13	14	
午前	1F集会室	休館日	ひろばまつり片付け	みんなで卓球	なごやかタイム	絵本とトミックの贈り物	モーリン貯筋	みんなで卓球	
	2F教養室			囲碁の日					
	2F娛樂室			すこやかタイム	暮らしの何でも相談会	クローケー			
	庭								
午後	1F集会室				喫茶コーナー			若返り体操サロン	サロンジャスミン
	2F教養室				企画会議	Kippls☆モルック	子ども部会	区高連第4ブロック	
	2F娛樂室								電車であそぼ
	庭				みんなでモルック		幼児体操		
		15	16	17	18	19	20	21	
午前	1F集会室		脳トレタイム	みんなで卓球	なごやかタイム			みんなで卓球	
	2F教養室		暮らしの何でも相談会	囲碁の日		子育てサロンたんぽぽ	みんななかよし交通安全教室	いこいクラブ	
	2F娛樂室			いぶりんと・としま				電車であそぼ	
	庭	お庭であそべます							
午後	1F集会室		はつらつ朗読会	喫茶コーナー			幼児体操	電車であそぼ	
	2F教養室			山吹句会					
	2F娛樂室								
	庭	お庭であそべます			みんなでモルック				
		22	23	24	25	26	27	28	
午前	1F集会室	休館日 都議会議員選挙投票所	わくわくひろば	みんなで卓球	なごやかタイム		モーリン貯筋	みんなで卓球	
	2F教養室			いきいき部会	親子体操				
	2F娛樂室			囲碁の日				電車であそぼ	
	庭					クローケー			
午後	1F集会室				いきいきサロン	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
	2F教養室				控室	Kippls☆モルック		幼児体操	電車であそぼ
	2F娛樂室			わくわくスマホ講座					
	庭				みんなでモルック				
		29	30						
午前	1F集会室	パパと一緒に					お庭であそべます *毎週日曜日9:30から15:00 *乳幼児と付き添いの方 *コンビカー・トンネル・すべり台・フラフープ・ボールなどで遊べます。 *8・22日は休みです。	CSW巡回ター CSWスポット 3日(火) 11:30から13:30 豊島区民 社会福祉協議会の CSWがいます。	
	2F教養室								
	2F娛樂室								
庭	お庭であそべます								
午後	1F集会室		終活講座						
	2F教養室								
	2F娛樂室								
庭	お庭であそべます								

芝生でラジオ体操

- *毎日9:00から前庭で
- *どなたでもご参加いただけます
- *雨天時は室内で行います



フキ体操

- *毎日11:30から
- *乳幼児と付き添いの方
- *アンパンマン体操とポンポン体操を行います



電車であそぼ

- *毎週土曜日
- *9:30から16:00
- *乳幼児と付き添いの方
- *娛樂室でプラレールを広げて遊べます。
- *7日は休みです。

喫茶コーナー

- *火曜日11:30から14:00
- *淹れたて珈琲 50円
- *どなたでもどうぞ
- *24日は休みです



主催:スマートひろば高南

回収しています【玄関横倉庫入口】

- *使用済みの蛍光灯、小型家電を回収しています (回収ボックスに入れてください)
- *廃食油回収日 6月23日(月) 9:00から12:30

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。