



令和8年

4月 区民ひろば南大塚

NPO 法人南大塚おひさまひろば
豊島区南大塚2-36-1
いきいき TEL 03-5976-4399
子育て TEL 03-3946-7665

区民ひろばの事業は、持続可能な開発目標(SDGs)の実現を目指しています。



レッツミュージック

音楽に合わせてストレッチをしたり、歌や楽器を楽しみます！

日時：10日(金) 10時30分から11時30分
講師：音楽療法士 木内愛弓氏
対象：65歳以上の方 ※登録制
申込：3月25日(水)から



《お知らせ》

☆令和8年度団体登録の受付をします。名簿、本人確認証をお持ちの上、手続きをお願いします。

リズムでGo!

リズムに合わせて楽しく身体を動かしましょう!!

日時：15日(水) 10時30分から11時30分
講師：インストラクター 近藤容子氏
定員：25名(先着順 登録制)
(4月から9月まで毎月第3水曜日 6回分の登録)
大人の方どなたでもどうぞ(保育なし)
申込：3月31日(火)から



趣味のひろば「フェルトでフーケ」

日時：8日(水) 13時30分から15時
講師：富澤美幸氏
材料費：500円 定員：15名(先着順)
申込：3月23日(月)から材料費を添えて窓口まで

数独をやってみよう

日時：16日(木) 13時30分から14時30分
定員：10名(先着順)
申込：2日(木)から
どなたでもどうぞ 初心者歓迎



リトルストーリータイム

多様な国の絵本にふれて子どもたちの世界をひろげる読み聞かせ

日時：28日(火) 11時から11時20分
協力：NPO法人子育てビレッジ
対象：乳幼児とその保護者

※ 申込み不要 開催の日時に直接ご来館下さい

フォークソング&オールティース

日時：18日(土) 13時30分から15時
出演：都電沿線&赤羽フォークソング倶楽部

※60から80年代のフォークソング、バンチャーズ等の生演奏を楽しみましょう どなたでもどうぞ



《事業の申込みについて》

- ・定員制の事業は豊島区民の方が優先です。
- ・区外の方は申込み開始日から1週間後の受付開始となります。
- ・特記のないものは、窓口・電話での申込みができます。
- ・定員が限られているためご本人からの申込みとさせていただきます。

子育てプログラム

主に乳幼児親子対象 (一部小学生参加可)

事業名	日程	時間	内容	定員	申込
お風の体操	毎日	11時50分から12時	みんなでアンパンマン体操をしましょう		申込不要 開催の日時に直接ご来館ください
小学生タイム	1・15日(水)	15時から16時30分	多目的室1で体を動かして楽しく遊ぼう!		
あかちゃん紙芝居	3日(金)	11時から11時30分	0歳児から楽しめる紙芝居です		
絵本読み聞かせ	5日(日)	11時から11時30分	「りぶりんととしま」による絵本読み聞かせ		
※ミニミニアスレチック	6・20日(月)	9時30分から11時20分	トランポリンや平均台、風船などで遊びましょう		
おはなしルーム	16日(木)	10時30分から11時	中央図書館読み聞かせボランティアによるおはなし会		
こども紙芝居	26日(日)	11時から11時30分	「Toshimaわくわく紙芝居」による紙芝居の実演		
うきうきタイム	28日(火)	10時30分から11時	親子でふれあい遊び、手がた・足がたもとれます		
ホームスタート	毎週木曜日	11時から12時	地域の先輩ママと気軽にお話してみませんか		

いきいきプログラム

65歳以上の方対象



囲碁・将棋	毎週火・木曜日	13時から16時	囲碁・将棋を楽しめます	どなたでもどうぞ	
※脳トレタイム	14日(火)	10時30分から11時30分	「名前を知らない物」クイズ あやめ飾りのカレンダー	先着20名	申込不要
歌のひろば	22日(水)	10時30分から11時20分	ピアノに合わせて歌いましょう 講師：舟越映子氏	どなたでもどうぞ	

交流プログラム

どなたでも



※カーレット	4日(土)	13時30分から15時30分	多世代コミュニケーション&頭脳スポーツ 卓上カーリングを楽しみましょう	小学生以上 どなたでも	申込不要 開催の日時に直接 ご来館ください
モルック	3日(金)	13時30分から15時	モルックを楽しみましょう	どなたでも どうぞ	
※吹矢教室	10・17日(金)	13時30分から15時	指導はスポーツ吹矢振興協会が行っています		
吟詠教室	11日(土) 21日(火)	10時30分から11時30分	講師：竹野岳游氏		
※ポッチャを楽しもう	16日(木)	10時から11時30分	ポッチャを楽しみましょう		

※印の事業は昨年度と実施曜日・回数等が変更になっておりますので、ご注意ください。



令和8年

4月

区民ひろば南大塚

NPO 法人南大塚おひさまひろば

豊島区南大塚2-36-1

いきいき TEL 03-5976-4399

子育て TEL 03-3946-7665



開館時間 9:00から17:00

日	1 階						2 階		
	集会室		教養室 1		教養室 2		上段:多目的室 1		子育てルーム
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1	水	サロンリズム体操会《貸室抽選》				キーボードの会 mocm	南大塚卓球部	♥小学生タイム	
2	木	はつらつ会	《貸室抽選》			オカリナ会 ●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	大塚健康ダンス	○ホームスタート
3	金	◆モルック			フラ・ブルメリア		MM	南大塚卓球部	♥乗り物タイム ○あかちゃん紙芝居
4	土	自彊縁結び			◆カーレット			♥乗り物タイム	大塚池袋太極拳クラブ
5	日	カラオケサロン ラベンダー				エヌソークラブ	○絵本読み聞かせ ○上記控室	♥乗り物タイム	
6	月	ひばり会				mocm	♥ミニミニアスレチック	大塚延寿会	
7	火	YGクラブ			大塚百齢会		●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	♥乗り物タイム タイガーキッズ
8	水	サロンリズム体操会	伝Den	●趣味のひろば	楽しいコーラス	健康マージャン	南大塚卓球部	混声合唱団エミーズ	
9	木	臨時休館日							
10	金	●レッツミュージック	らくらく健康大学	クラフトバンドの会	フラ・ブルメリア	第2ブロック	MM	♥乗り物タイム	●吹矢教室
11	土	スマートエイジング	ニューソング	自彊縁結び	平松寿クラブ	◆吟詠教室		大塚延寿会	大塚池袋太極拳クラブ
12	日		コーラススペース				エヌソークラブ	♥乗り物タイム	♥乗り物タイム
13	月						健康マージャン		♥乗り物タイム
14	火	●脳トレタイム			ヨーガ健康教室		●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	大塚百齢会 タイガーキッズ
15	水	◆リズムでGo!			新日本婦人の会 豊島支部	キーボードの会	mocm	♥乗り物タイム	♥小学生タイム
16	木	ヨーガ木曜会	はつらつ会		◆数独をやってみよう	オカリナ会	●囲碁・将棋	◆ポッチャを楽しもう	大塚健康ダンス ○おはなしルーム ○ホームスタート
17	金		おおつかサロン		フラブルメリア		MM	南大塚卓球部	◆吹矢教室
18	土	◆フォークソング& オールディーズ準備	◆フォークソング& オールディーズ	自彊縁結び		◆フォークソング&オールディーズ控室		平松寿クラブ	大塚延寿会
19	日		カラオケサロン ラベンダー				エヌソークラブ	♥乗り物タイム	space kid's 大塚
20	月		ニューソング				mocm	♥ミニミニアスレチック	大塚延寿会
21	火	YGクラブ				◆吟詠教室	●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	大塚百齢会 タイガーキッズ
22	水	●歌のひろば	サロンリズム体操会	伝Den	フラ・ブルメリア	楽しいコーラス	健康マージャン	♥乗り物タイム	混声合唱団エミーズ フラつばさ
23	木	ヨーガ木曜会	はつらつ会				●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	♥乗り物タイム ○ホームスタート
24	金	臨時休館日							
25	土	自彊縁結び	理事会		平松寿クラブ		MM	♥乗り物タイム サマディヨーガセラピー	大塚池袋太極拳クラブ
26	日		コーラススペース				エヌソークラブ	○こども紙芝居 ○上記控室	♥乗り物タイム
27	月		ひばり会						♥乗り物タイム
28	火	雑司ヶ谷ウォーキングクラブ	らくらく健康大学		ヨーガ健康教室		●囲碁・将棋	♥うきうきタイム ○リトルストーリータイム	大塚百齢会 タイガーキッズ
29	水	休館日(昭和の日)							
30	木						●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	大塚健康ダンス ○ホームスタート

●ひろば主催事業 (いきいき) ♥ひろば主催事業 (子育て) ◆ひろば主催事業 (交流) ☆出前事業 ○自主活動 無印 団体・サークル

※ 3月18日現在の使用予定です。変更になる場合もあります。

※ 5月分の貸室抽選は4月1日(水)になります。

【豊島区民社会福祉協議会 CSW配置】(TEL 03-6861-2930)

CSW(コミュニティーソーシャルワーカー)が配置されています。何でもお気軽にご相談ください。

☆暮らしの何でも相談会 14日(火) 10時30分から11時30分

