

令和8年9月号

区民ひろば高南だより

開館時間9:00～17:00
休館日：祝日・年末年始・臨時休館日

区民ひろば高南第一

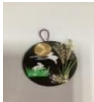
☎3988-8601 豊島区高田2-11-2

高南第一
ホームページ

手作り工房

～コースターで十五夜の壁飾り～

日時：9月3日(木)
13:30～15:00
講師：松井幸子氏
定員：10名(どなたでも)
申込：区内8月19日(水)13時～
他区8月27日(木)13時～
費用：無料
持ち物：おしぼり(ハンドタオルなど
ぬらしてもよいもの)



敬老の集い

～VILA DO SAMBAによる
サンバ公演と体験～

日時：9月19日(土)
13:30～14:30
対象：65歳以上の方
定員：50名
会場：区民ひろば高南第一
申込：区内8月28日(金)13時～
他区9月4日(金)13時～
共催：区民ひろば高南
スマートひろば高南いきいき部会



予告

第13回高南ひろばまつり

日程：10月3日(土)(雨天中止) 対象：どなたでも
時間：13:30～16:30(受付終了16:00)
会場：高南小学校校庭 申込：直接会場へお越しください
内容：高南小ジュニアバンド演奏・ゲーム・福引・バザー他(エコバックご持参下さい)
※駐輪場はありませんのであらかじめご了承ください。
※……………バザーの提供品募集……………※
受付期間：9月14日(月)～18日(金)10:30～12:00
受付場所：区民ひろば高南第一
提供いただけるもの：日用品・雑貨・小物類・衣類
※衣類は新品同様のもの又は洗濯済み、傷のないものでお願いします。
食品はご遠慮ください。 共催：スマートひろば高南 区民ひろば高南



	事業名	日 時	内 容	定員	申込み(電話可)
いきいき事業 (65歳以上)	はつづつ朗読会	14日(月) 13:30～14:30	講師：中富邦子氏 対象：全7回参加できる方 日程：9/14・10/19・11/16・12/21・1/18・2/1・2/15	13名	区内：8/31(月)13時～ 他区：9/7(月)13時～
	リズム体操	7日(月) 10:30～11:30	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：8/24(月)13時～ 他区：9/1(火)13時～
	なごやかタイム (講師)	30日(水)※9月は第5水曜日 10:30～11:15	講師：藤井芳子氏 転倒予防・筋力アップを目的とした体操を行います	15名	区内：9/16(水)13時～ 他区：9/25(金)13時～
	なごやかタイム (としまる体操等)	2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・ 脳トレ体操などを行います	20名	当日先着順
	ワイワイ卓球	1・8・15・29日(火) 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
	歌って脳トレ	7日(月) 13:30～14:30	カラオケ機器を使ってみんなで歌って楽しく 脳トレをしましょう	20名	当日先着順
	脳トレタイム	28日(月) 10:30～11:30	漢字・計算・ぬり絵等で脳を活性化しましょう	15名	区内：9/14(月)13時～ 他区：9/20(日)13時～
	クロッケーゴルフ	3・10・17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(雨天中止)	12名	当日先着順 受付終了10時
	包括出張相談	2日(水)11:00～11:30	高齢者総合相談センター職員による相談	—	当日直接おいでください
※お庭であそべます・太極拳・やさしいフラダンス・わくわくスマホ講習会はお休みです					
交流事業 (どなたでも)	みんなで卓球	5・12・26日(土) 9:30～11:30	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	10名	当日先着順
	みんなでモルック	2・16・30日(水) 15:30～16:15	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)	16名	当日先着順
	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	—	当日直接おいでください 受付終了16時30分
	暮らしの何でも相談会	3日(木)13:30～15:00	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

区民ひろば高南第二

☎3987-6600 豊島区高田3-38-7

高南第二
ホームページ

すこやかタイム

親子で体を動かして遊ぼう

日時：9月8日(火)
10:30～11:00
定員：10組親子
(11か月までのお子さん)
申込：区内8月25日(火)～
他区9月1日(火)～
☆身長体重測定のみのお参加も
出来ます(11:00～11:30)

江崎グリコ赤ちゃん向けセミナー
離乳食
マンネリ化中の会

食ベムラ・遊び食べ対策
講師：江崎グリコ栄養士
日時：9月16日(水)
10:30～11:00
定員：15組親子
申込：区内8月26日(水)～
他区9月2日(水)～

みんななかよし
ミニミニ運動会

& 9月の誕生会
日時：9月18日(金)
10:30～11:00
定員：10組
(1歳のお誕生月のお子さん
～未就学児までと保護者)
申込：区内9月4日(金)～
他区9月11日(金)～

～サンバ公演～
異文化にふれてみよう！

敬老のお祝いに
ボンボン持って踊ろう！
日時：9月19日(土)
13:30～
集合：高南第一
13:20
定員：10組乳幼児親子
募集：9月1日(火)～



パパと一緒に～ママの参加も大歓迎～

親子ふれあい体操を楽しもう！
講師：藤井芳子氏
日時：9月27日(日)10:30～11:30
定員：10組
対象：10か月以上の乳幼児と保護者
申込：区内9月13日(日)～
他区9月20日(日)～

	事業名	日 時	内 容	定員	申込み(電話可)
子育て事業	絵本とリトミックの 贈り物	10日(木) 10:30～12:00	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/すめ組(1才から就園前)11:20から	0才・1才以上 各12組	区内：8/27(木)～ 他区：9/3(木)～
	読み聞かせボランティア おはなし会	2日(水) 10:30～11:00	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	乳幼児	当日直接おいでください
	電車であそぼ	土曜・日曜9:30～16:00	プラレールを広げて遊べます	乳幼児	当日直接おいでください
	プチ体操	毎日11:30～	みんなで体操をします	乳幼児	当日直接おいでください
	ミニアスレチック	13・20日(日) 9:30～15:00	平均台、マット等、何が出るかはお楽しみ！	乳幼児	当日直接おいでください
交流	暮らしの何でも相談会	8日(火)10:30～11:30	豊島区民社会福祉協議会CSWによる相談	どなた でも	当日直接おいでください

豊島区民社会福祉協議会CSW配置
高南第二にはCSW(コミュニティソーシャルワーカー)が常駐
しています。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
☎6890-2950

※ご利用の際は、靴下の着用をお願いいたします ※水分補給の為、水筒をお持ちください(給水機で補充可)
※全ての事業は変更・中止になる場合があります
※使用済の蛍光灯、小型家電(15×30cm以内)を回収しています ※第二は電池も回収しています
※廃食油回収日：9月28日(月)9:00～12:30(毎月第4月曜日)

第一		9月のカレンダー						貸室予定は8月15日現在のものです	
		日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	4	5	
午前	【お知らせ】 9:30の時点で熱中症警戒アラート発令 または暑さ指数28以上の時は 庭での事業は中止です お庭であそべますは今月はお休みです			貸室抽選(集) ワイワイ卓球(集)	なごやかタイム(集) 包括相談	クローケーゴルフ (庭)		みんなで卓球(集)	
午後				喫茶コーナー(集)	みんなでモルック (庭)	手作り工房(集) 暮らしの何でも相談会	若返り体操サロン (集)	サロンジャスミン (集)	
		6	7	8	9	10	11	12	
午前			リズム体操(集)	ワイワイ卓球(集)	休館日	クローケーゴルフ (庭)	モーリン貯筋(集)	みんなで卓球(集)	
午後			歌って脳トレ(集)	喫茶コーナー(集) 企画会議(区) ひろばまつり実行委員会(集)			区高連第4ブロック (区)	サロンジャスミン (集)	
		13	14	15	16	17	18	19	
午前				ワイワイ卓球(集)		クローケーゴルフ (庭)		敬老の集い準備 (集・教・区)	
午後	KINAMI(区)		はつらつ朗読会 (集)	喫茶コーナー(集) 山吹句会 (教)	みんなでモルック(庭) Kipp!s☆モルック(教)	ハートフル高田 (教)	敬老の集い準備 (集)	敬老の集い (集・教・区))	
		20	21	22	23	24	25	26	
午前			休館日 (敬老の日)	休館日 (国民の休日)	休館日 (秋分の日)	休館日	モーリン貯筋(集) ひろばまつり準備 (区)	みんなで卓球(集) ひろばまつり準備(区)	
午後							ひろばまつり準備 (集・区)	ひろばまつり準備 (区)	
		27	28	29	30	喫茶コーナー ＊火曜 11:30～14:00＊ 淹れたて珈琲 50円 主催:スマートひろば高南 いきいき部会		CSWSポット相談 9月29日(火) 11:30～13:30 豊島区民社会福祉協議会 のCSWがいます	
午前	ひろばまつり準備 (区)		脳トレタイム(集) ひろばまつり準備(区)	ワイワイ卓球(集) いきいき部会 (区・教)	なごやかタイム(集) ひろばまつり準備(区)				
午後	ひろばまつり準備 (区)		ひろばまつり準備 (集・区)	喫茶コーナー(集) CSWSポット ひろばまつり準備(区)	みんなでモルック(庭) Kipp!s☆モルック(教)				

<各部屋の表示> (集)1階集会室 (教)2階教養室 (区)2階区民集会室

第二		日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	4	5	
午前	のりものタイム ホールで幼児さんが 車等で遊べます (9:00～15:30) マークで表示 しています	ランチタイム 11:40～12:40 おやつタイム 15:00～16:00 ☆ご利用の方は受付 にお声がけください		貸室抽選(受付)	おはなし会(多)		くまの子(活)	電車であそぼ(多)	
午後				目白高南吹矢会(ホ)				電車であそぼ(多)	
		6	7	8	9	10	11	12	
午前	電車であそぼ(多)			すこやかタイム (ホ) 暮らしの何でも相談会	休館日	絵本とリトミックの 贈り物(ホ)		電車であそぼ(多)	
午後	電車であそぼ(多)			目白高南吹矢会 (ホ)		子ども部会(活)	幼児体操(ホ)	電車であそぼ(多) 目白高南ホークス(ホ)	
		13	14	15	16	17	18	19	
午前	ミニアスレチック(ホ) 電車であそぼ(多)				江崎グリコ 離乳食マンネリ化中 の会(ホ)(活)		みんななかよし(ホ)	電車であそぼ(多)	
午後	ミニアスレチック(ホ) 電車であそぼ(多)			目白高南吹矢会(ホ)			幼児体操(ホ)	電車であそぼ(多)	
		20	21	22	23	24	25	26	
午前	ミニアスレチック(ホ) 電車であそぼ(多)		休館日 (敬老の日)	休館日 (国民の休日)	休館日 (秋分の日)	休館日	くまの子(活)	電車であそぼ(多)	
午後	ミニアスレチック(ホ) 電車であそぼ(多)						幼児体操(ホ)	電車であそぼ(多)	
		27	28	29	30	小学生以上優先の時間 3階ホール 15:30～16:50 どなたでもご利用になれます 月曜と木曜は卓球が出来ます(受付16:30まで) 事業都合により、ご利用できない場合があります			
午前	電車であそぼ(多) パパと一緒に(ホ)								
午後	電車であそぼ(多)			目白高南吹矢会(ホ)					

<各部屋の表示> (ホ)2階ベビールーム (多)3階多目的室 (活)3階活動室 (ホ)3階ホール