



令和7年

8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 5976-4399

子育て TEL 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。

**としまアート夏まつり2025**

～よみしばい 「あらしのよるに」～

日 時：2日(土) 10時30分から (上演時間45分程度)  
 対 象：0歳から大人まで (乳幼児の入場は要保護者付添)  
 定 員：60名(先着順)  
 申 込：7月10日(木)から 受付中  
 主 催：としま文化創造プロジェクト実行委員会

**カーレット (卓上カーリング)**

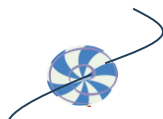
多世代コミュニケーション&amp;頭脳スポーツ

日 時：3・17日(日) 13時30分から15時30分  
 定 員：若干名(先着順)  
 申 込：7月20日(日)から (小学生は保護者申込)  
 小学校3年生以上・中・高・大学生から大人の方まで  
 ひろば初めての方も大歓迎

**作って遊ぼう！**

～ぶんぶんゴマを作ります～

日 時：20日(水) 10時30分から11時30分  
 対 象：小学生  
 ※ 申込不要 どなたでもどうぞ

**フォークソング&オールディーズ**

日 時：16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、ベンチャーズ等の  
 の生演奏を楽しみましょう どなたでもどうぞ

**数独をやってみよう**

日 時：21日(木) 13時30分から14時30分  
 定 員：10名(先着順)  
 申 込：7月25日(金)から 初心者の方歓迎 どなたでもどうぞ

**親子体操**

日 時：31日(日) 10時30分から11時10分  
 講 師：宮崎 紳氏  
 対 象：2歳位から未就学のお子さんと保護者 15組  
 申 込：3日(日)から

**脳トレタイム**

日 時：22日(金) 10時30分から11時30分  
 定 員：65歳以上の方 先着20名  
 内 容：雑学クイズ、さんま飾りのカレンダー  
 申込不要

**《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、電話での申し込みができます。
- ・定員が限られているため、原則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 |
|--------------|-----------------------|---------------|----------------------------|-------|----|
| お昼の体操        | 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         |       |    |
| あかちゃん紙芝居     | 1日(金)                 | 11時から11時20分   | お子さん、ママ、パパも楽しい紙芝居です        |       |    |
| 絵本読み聞かせ      | 3日(日)                 | 11時から11時30分   | 「りぶりんととしま」による絵本の世界         |       |    |
| 親子deリズム      | 6日(水)                 | 10時30分から11時   | 親子で楽しい「音楽遊び」 講師：舟越映子氏      |       |    |
| 小学生タイム       | 6・13・20日(水)<br>17日(日) | 15時から16時30分   | 多目的室1で楽しく遊ぼう！              |       |    |
| ミニミニアスレチック   | 8・22日(金)              | 9時30分から11時20分 | トランポリンや平均台で遊びましょう          |       |    |
| おはなしルーム      | 21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のおはなし会     |       |    |
| こども紙芝居       | 24日(日)                | 11時から11時30分   | みんなでこども紙芝居を楽しみましょう         |       |    |
| うきうきタイム      | 26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       |       |    |
| (出前事業)出張育児相談 | 19日(火)                | 10時から11時15分   | 申込、問い合わせは池袋保健所まで 3987-4174 | 要事前申込 |    |

**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 |
| (出前講座)尿失禁対策講座(3回目) | 6日(水)   | 10時30分から11時30分 | 講師：知脇 希氏 (帝京平成大学 理学療法学科准教授) | 事前申込した方  |
| 歌のひろば              | 27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



|           |              |                |                          |          |                             |
|-----------|--------------|----------------|--------------------------|----------|-----------------------------|
| モルック      | 1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 | 申込不要<br>開催の日時に直接<br>ご来館ください |
| 吟詠教室      | 9日(土) 19日(火) | 10時30分から11時30分 | 講師：竹野岳游氏                 |          |                             |
| 吹矢教室      | 15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     | 新規募集休止中  |                             |
| リズムでGo！   | 20日(水)       | 10時30分から11時30分 | リズムに合わせて楽しくステップ 講師：近藤容子氏 | 登録制      |                             |
| ポッチャを楽しもう | 今月はお休みです     |                |                          |          |                             |



令和7年

8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 5976-4399

子育て TEL 3946-7665



開館時間 9:00から17:00

|    |   | 1 階                  |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | 2 階       |                                    |
|----|---|----------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------|
|    |   | 集会室                  |                    | 教養室 1                                                                             |                                                                                     | 教養室 2                                                                             | 上段:多目的室 1 |                                    |
|    |   |                      |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | 下段:多目的室 2 |                                    |
| 日  | 曜 | 午前                   | 午後                 | 午前                                                                                | 午後                                                                                  | 午前                                                                                | 午後        |                                    |
| 1  | 金 |                      | ◆モルック              | 《貸室抽選》                                                                            | フラ・ブルメリア                                                                            |                                                                                   |           | 南大塚卓球部 space kid's 大塚              |
| 2  | 土 | 自彊縁結び                | 平松寿クラブ             | 《貸室抽選》                                                                            |                                                                                     |                                                                                   |           | ☆アート夏まつり 大塚池袋太極拳クラブ                |
| 3  | 日 |                      | カラオケサロン ラベンダー      |                                                                                   | ◆カーレット                                                                              |  | エヌツークラブ   | ☆上記控室 音輪会                          |
| 4  | 月 |                      | ひばり会               |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | mocm      | ○絵本読み聞かせ 大塚延寿会                     |
| 5  | 火 | YGクラブ                |                    |                                                                                   | 大塚百齡会                                                                               |                                                                                   | ●囲碁・将棋    | 南大塚卓球部 タイガーキッズ                     |
| 6  | 水 | ☆尿失禁対策講座             | サロンリズム体操会          |                                                                                   |                                                                                     | キーボードの会                                                                           | 健康マーじゃん   | ♥親子deリズム ♥小学生タイム                   |
| 7  | 木 |                      | はつらつ会              |                                                                                   |                                                                                     | オカリナ会                                                                             | ●囲碁・将棋    | space kid's 大塚 大塚健康ダンス             |
| 8  | 金 |                      | らくらく健康大学           |                                                                                   | フラ・ブルメリア                                                                            |                                                                                   |           | ♥ミニミニアスレチック ♥乗り物タイム                |
| 9  | 土 | スマートエイジング            |                    | 自彊縁結び                                                                             |                                                                                     | ◆吟詠教室                                                                             |           | 平松寿クラブ 大塚延寿会                       |
| 10 | 日 | 臨時休館日                |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   |           |                                    |
| 11 | 月 | 休館日(山の日)             |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   |           |                                    |
| 12 | 火 |                      |                    |  | ヨガ健康教室                                                                              |                                                                                   | ●囲碁・将棋    | 南大塚卓球部 space kid's 大塚              |
| 13 | 水 |                      | サロンリズム体操会          |                                                                                   | 大塚百齡会                                                                               |                                                                                   | mocm      | ♥乗り物タイム ♥小学生タイム                    |
| 14 | 木 | 臨時休館日                |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   |           |                                    |
| 15 | 金 |                      | おおつかサロン            |                                                                                   | フラ・ブルメリア                                                                            |                                                                                   |           | ♥乗り物タイム ◆吹矢教室                      |
| 16 | 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 | 第2ブロック                                                                            |                                                                                     | ◆フォークソング & オールディーズ控室                                                              |           | ♥乗り物タイム 大塚池袋太極拳クラブ                 |
| 17 | 日 |                      | カラオケサロン ラベンダー      |                                                                                   | ◆カーレット                                                                              |                                                                                   | エヌツークラブ   | ♥乗り物タイム ♥小学生タイム                    |
| 18 | 月 |                      |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | mocm      | ♥乗り物タイム ストーンケトル                    |
| 19 | 火 | YGクラブ                |                    |                                                                                   |                                                                                     | ◆吟詠教室                                                                             | ●囲碁・将棋    | ☆出張育児相談 タイガーキッズ                    |
| 20 | 水 | ◆リズムでGo!             | ニューソング             |                                                                                   |                                                                                     | キーボードの会                                                                           | 健康マーじゃん   | ♥作って遊ぼう ♥小学生タイム                    |
| 21 | 木 |                      | はつらつ会              |                                                                                   | ◆数独をやってみよう                                                                          | オカリナ会                                                                             | ●囲碁・将棋    | ♥乗り物タイム 大塚百齡会                      |
| 22 | 金 | ●脳トレタイム              | らくらく健康大学           |                                                                                   | フラ・ブルメリア                                                                            |                                                                                   |           | space kid's 大塚 ♥ミニミニアスレチック ♥乗り物タイム |
| 23 | 土 | 自彊縁結び                |                    |                                                                                   | 平松寿クラブ                                                                              |                                                                                   |           | サマディヨーガセラピー 卓クラブ                   |
| 24 | 日 |                      | ひばり会               |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | エヌツークラブ   | ○こども紙芝居 大塚延寿会                      |
| 25 | 月 |                      | 高総相                |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   |           | ○上記控室                              |
| 26 | 火 |                      |                    |                                                                                   | ヨガ健康教室                                                                              |                                                                                   | ●囲碁・将棋    | ♥うきうきタイム 大塚百齡会                     |
| 27 | 水 | ●歌のひろば               | サロンリズム体操会          |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | mocm      | 南大塚卓球部 タイガーキッズ                     |
| 28 | 木 |                      | はつらつ会              |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | ●囲碁・将棋    | エミーズ 大塚健康ダンス                       |
| 29 | 金 | 臨時休館日                |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   |           |                                    |
| 30 | 土 | 自彊縁結び                | ニューソング             |                                                                                   |  |                                                                                   |           | ♥乗り物タイム 大塚池袋太極拳クラブ                 |
| 31 | 日 |                      |                    |                                                                                   |                                                                                     |                                                                                   | エヌツークラブ   | ♥親子体操 大塚延寿会                        |

●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

※ 7月18日現在の使用予定です。変更になる場合もあります。

※ 9月分の貸室抽選は8月1日(金)になります。

【豊島区民社会福祉協議会 CSW配置】(☎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 22日(金) 10時30分から11時30分

