

申込が必要な事業 OK

■申込は8月事業実施日の9時から

◎ グループカラオケ 【定員】3グループ

4 日 (金) 1:30～・2:30～・3:30～

◎ スマホQ&A 学生ボランティア

11 日 (金) 2:30～・3:00～・3:30～

● ベビーマッサージ 講師:古城恵子氏

11 日 (金) 10:30～11:30

● 0歳からの音育 講師:マンマドレ氏

9 日 (水) 10:30～11:00

【対象】2～8ヶ月位のお子さん

30 日 (水) 10:30～11:00

【対象】9ヶ月～1歳半位のお子さん

● 親子リトミック 講師:坂本久美子氏

7 日 (月)

10:00～10:30

【対象】6ヶ月位～よちよち歩きまでのお子さん

10:45～11:15

【対象】あんよ歩き～未就園児まで

● ちびっこお話し 講師:高山和子氏

25 日 (金) 11:00～11:30

申込が不要な事業

◎ 音楽ひろば 講師:末松ちあき氏

7 日 (月) 1:30～2:30

◎ としまる体操

3・10 日 (木) 2:00～2:40

【同時開催】3日 ★まちの相談室(高齢者福祉課)

★ フレイル測定とリフレ 【先着15名程度】

11 日 (金) 2:00～2:40

【同時開催】★アトリエ村出張相談 1:30～3:00

★ 座・としまる+ (ぷらす)

14・28 日 (月) 10:00～11:00

体操 + 14日「輪投げ」、28日「ナンプレ」

● 看護師さんと身体測定 南長崎第一保育園看護師

9 日 (水) 10:00～10:30

● プラレールとおもちゃ

毎週日曜日 9:30～11:50・2:00～4:00

【対象】就学前のお子さんと保護者

◎今日はあなたの誕生日

当日

お待ちしております

今月のイベント (申込不要)

さくら文化祭
～高齢者は幸齢者～

9月18日 (金) 10:00～3:30

【同時開催】◎何でも相談会(CSW) 1:30～3:00
ベーカリーこのは 11:00頃～

19日 (土) 10:00～12:00

【同時開催】★アトリエ村出張相談 9:30～11:00

和太鼓演奏・サークル発表・作品展示
など盛りだくさん!さくらカフェも!※ 詳しくはポスターをご覧ください。
※ 自転車でのご来場はご遠慮ください。
※ 靴を入れるビニール袋をご用意ください。

● 廃食油回収

28日(月) 9:00～12:30

(必ず時間内にお持ちください)

● インクカートリッジ回収 (メーカー限定)

● 古着回収

■ 給水機設置

区民ひろばさくら第一

豊島区南長崎6-20-15 ☎ 3950-8676

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
午前	◎ 朝のラジオ体操 (9:15～) 毎日実施中！ 	【赤字は主催事業】 ★ 65歳以上の方 ◎ どなたでも ● 子育て中の方 (無印は自主サークル) 【開館時間】 9時から5時	貸室/自彊術すずらの会 百寿会輪投げ	体操ひろば	ポッチャ南六 折り紙の会	自彊術長二会 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会 一般貸出
午後			編物研究会	カイラーサヨーガ	◎としまる体操 ★まちの相談室	編み物クラブ百寿会 ◎グループカラオケ	健康お楽しみ会
	6	7	8	9	10	11	12
午前	●プラレールとおもちゃ	●親子リトミック 百寿会輪投げ	ひろばさくら 自彊術すずらの会	●0歳からの音育 ●看護師さんと身体測定	百寿会輪投げ パレット ひろばさくら	自彊術長二会 ●ベビーマッサージ 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会
午後	●プラレールとおもちゃ	◎音楽ひろば		カイラーサヨーガ	◎としまる体操 健康お楽しみ会	★フレイル測定とリフレ ★アトリエ村出張相談 ◎スマホQ&A	南六カラオケ会 健康お楽しみ会
	13	14	15	16	17	18	19
午前	●プラレールとおもちゃ	★座・としまる+	南六さくらクラブ(役員会) 自彊術すずらの会	ひろばさくら 定期休館日	さくら文化祭準備	さくら文化祭 	さくら文化祭 
午後	●プラレールとおもちゃ	区民ミーティング フラサークルレファ	編物研究会		さくら文化祭準備		
	20	21	22	23	24	25	26
午前	●プラレールとおもちゃ	敬老の日	国民の休日	秋分の日	ひろばさくら 定期休館日	●ちびっこお話し 脳イキイキ教室アトリエ会	自彊術南長会 南六輪投げ会
午後	●プラレールとおもちゃ	休館日	休館日	休館日		編み物クラブ百寿会 ひろばさくら	南長崎四丁目福寿会 健康お楽しみ会
	27	28	29	30	なくなり次第終了 ベーカリーこのは 8日(火)・19日(土) 茜パン工房 4・11・25日(金) 19日はさくら 文化祭内で 販売します (11:00頃～)		
午前	南六さくらクラブ(誕生会) ●プラレールとおもちゃ 一般貸出	★座・としまる+	自彊術すずらの会 百寿会輪投げ	●0歳からの音育 体操ひろば	パン販売 11:40頃～ 		
午後	南六さくらクラブ(誕生会) ●プラレールとおもちゃ 一般貸出	フラサークルレファ		カイラーサヨーガ			

※ 事業等は変更・中止になることがあります。

※小学生以上の方は靴下着用をお願いします。

【発行】NPO法人ひろばさくら 令和8年 8 月 14 日現在

2026・9月 区民ひろばさくら 第二 カレンダー

NPO法人ひろばさくら
豊島区長崎6-37-11
☎ 03-3958-8453

申込が必要な事業

●産後リフレッシュ

28日(月) 10:00～11:00 対象:ハイハイ期までの母子 12組
ヨガ、ピラティス、ストレッチでリフレッシュ

◎グループ卓球

1グループ2～6名
20日(日) 9:30～、10:20～、11:10～ 2グループずつ

今月のイベント

さくら第二でイベントはありません

今後の予定

◎さくらコンサート

主催:NPO法人ひろばさくら

10月10日(土) 時間は調整中です

申込・参加費:不要

出演: 早稲田大学津軽三味線愛好会「三津巴」

※回収しています

小型家電・蛍光灯

家庭用プリンターインクカートリッジ

※詳しくは区のホームページ等でご確認ください



申込が不要な事業

◎卓球タイム!

3・17日(木) 9:30～ 定員12名

※9時25分の抽選にご参加ください。(上履き持参)

★座・としまる

1・8・29日(火) 10:00～ 約20分間

◎音楽ひろば

14日(月) 1:30～ 2:30 講師:末松ちあき氏

◎体幹エクササイズ

15日(火)・30日(水) 10:00～11:00 講師:須藤浩代氏

※終了したあと、防災訓練を行います。

★元気になる体操

4・25日(金) 10:00～11:00 講師:小俣淳子氏

赤字は主催事業

●子育て中の方対象

◎どなたでも

★65歳以上の方対象

黒字は自主活動

毎日実施中

◎朝のラジオ体操 9時15分～

◎ホールであそぼ 20分交替

◎今日はあなたの誕生日

誕生日当日にお申し出ください。

		日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
午前	H 2 階		ひろばさくら ホームページ	★座・としまる ◎貸室受付	骨盤体操♡	◎卓球タイム!	★元気になる体操 スマイル	ホワイト新体操クラブ
午後	H 2 階						サロンリズム体操会	
		6	7	8	9	10	11	12
午前	H 2 階			★座・としまる	トールペイントの会	ひろばさくら	コーラス・FCK Go!Go!マビヨガ	健康吹矢「チェリー」
午後	H 2 階			ひまわり	トールペイントの会		楽しく絵手紙	
		13	14	15	16	17	18	19
午前	H 2 階		コール・アダージョ	◎体幹エクササイズ &防災訓練	ひろばさくら 定期休館日	◎卓球タイム!	太極拳&ストレッチ スマイル	ホワイト新体操クラブ
午後	H 2 階		◎音楽ひろば	ひろばさくら理事会				
		20	21	22	23	24	25	26
午前	H 2 階	◎グループ卓球	敬老の日 休館日	国民の休日 休館日	秋分の日 休館日	ひろばさくら 定期休館日	★元気になる体操 Go!Go!マビヨガ	ポッチャ南六
午後	H 2 階						サロンリズム体操会	楽しく絵手紙
		27	28	29	30	※事業は変更・中止になることがあります。 ※事業(特に運動系)に参加する際は水分、タオルをお持ちください。 給水機あります。 ※小学生以上の方は靴下の着用をお願いします。 ※乳幼児は保護者が付き添い、目を離さぬようお願いします。		
午前	H 2 階		●産後リフレッシュ	★座・としまる	◎体幹エクササイズ トールペイントの会			
午後	H 2 階			結アロマ	トールペイントの会			