



令和8年

2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。



## 舞台発表

7日(土) 13時30分から15時50分

オープニングは巣鴨小学校放課後子ども教室の皆さんのダンスです。  
区民ひろば南大塚で活動している皆さんの日頃の成果をみんなで楽しみ  
ましょう。お楽しみ抽選会もあります。

- ※ どなたでもどうぞ 開催の日時に直接ご来館ください
- ※ 当日、1階は一般利用できません

## 親子体操

日 時：15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  
定 員：15組(先着順)  
申 込：1月25日(日)から



## レッツミュージック

リズムに乗って歌や楽器を楽しみます！

日 時：13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 申込受付中



## 数独をやってみよう

日 時：19日(木) 13時30分から14時30分  
定 員：10名(先着順)  
申 込：2日(月)から  
どなたでもどうぞ 初心者歓迎



## 《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。

## フォークソング&オールディーズ

日 時：21日(土) 13時30分から15時  
出 演：都電沿線


※60から80年代のフォークソング、ペ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



## 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		申込不要 開催の日時に直接ご来館ください
絵本読み聞かせ	1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	4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	4・18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	6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		
こども紙芝居	8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		
ミニミニアスレチック	13・27日(金)	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	19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		
うきうきタイム	24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	要事前申込	
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	17日(火)	10時から11時	問い合わせは池袋保健所まで 03-3987-4174		
子育てサロンさくらんぼ	今月はお休みです				

## 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
歌のひろば	25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
脳トレタイム	27日(金)	10時30分から11時30分	クイズ、おひな様作り	先着20名 申込不要

## 交流プログラム

どなたでも

カーレット	1・15日(日)	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	6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	
ポッチャを楽しもう	12日(木)	10時から11時30分	ポッチャを楽しみましょう		
吟詠教室	14日(土) 17日(火)	10時30分から11時30分	講師：竹野岳游氏		
吹矢教室	20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		
リズムでGo！	18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	締め切りました



令和8年

2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 ☎ 03-5976-4399

子育て ☎ 03-3946-7665

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	午前	午後
1 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	○絵本読み聞かせ ○上記控室	♥乗り物タイム
2 月		ひばり会	《貸室抽選》			mocm	平松寿クラブ	大塚延寿会
3 火			《貸室抽選》	大塚百齢会		●囲碁・将棋	南大塚卓球部	♥乗り物タイム タイガーキッズ
4 水	伝Den	サロンリズム体操会		フラ・ブルメリア	キーボードの会	健康マージャン	♥親子deリズム	♥小学生タイム
5 木		はつらつ会			オカリナ会	●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	大塚健康ダンス
6 金	事務局長会	◆モルック					南大塚卓球部	♥乗り物タイム
7 土	●舞 台 発 表 午後1時30分から3時50分 (午前:準備)						大塚延寿会	大塚池袋太極拳クラブ
8 日		第2ブロック				エヌツークラブ	○こども紙芝居 ○上記控室	♥乗り物タイム
9 月		ひばり会			キーボードの会	mocm		
10 火	YGクラブ	大塚百齢会		ヨーガ健康教室		●囲碁・将棋	♥乗り物タイム	♥乗り物タイム
11 水	休 館 日 ( 建 国 記 念 の 日 )							
12 木	ヨーガ木曜会	はつらつ会				●囲碁・将棋	●ポッチャを楽しむ 地域文化創造館	大塚健康ダンス
13 金	●レッツミュージック	らくらく健康大学		フラ・ブルメリア		MM	♥ミニミニアスレチック	♥乗り物タイム
14 土	スマートエイジング		自彊縁結び	平松寿クラブ	◆吟詠教室	新日本婦人の会 豊島支部	大塚延寿会	大塚池袋太極拳クラブ
15 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	♥親子体操	スペース space kid's 大塚
16 月		ニューソング			第2ブロック	mocm		大塚延寿会
17 火				ぷらっと	◆吟詠教室	●囲碁・将棋	☆出張育児相談	大塚百齢会 タイガーキッズ
18 水	◆リズムでGo!	サロンリズム体操会			楽しいコーラス	健康マージャン	伝Den	♥小学生タイム
19 木	ヨーガ木曜会	高総相		◆数独をやってみよう	オカリナ会	●囲碁・将棋	♥乗り物タイム 地域文化創造館	♥乗り物タイム
20 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
21 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		♥乗り物タイム	豊島区ラジオ体操連盟
22 日	臨 時 休 館 日							
23 月	休 館 日 ( 天 皇 誕 生 日 )							
24 火	YGクラブ			ヨーガ健康教室		●囲碁・将棋	♥うきうきタイム	大塚百齢会 タイガーキッズ
25 水	●歌のひろば	サロンリズム体操会		理事長懇談会	楽しいコーラス	mocm	南大塚卓球部	エミーズ
26 木		はつらつ会				●囲碁・将棋	♥乗り物タイム 地域文化創造館	大塚健康ダンス
27 金	●脳トレタイム	らくらく健康大学		フラ・ブルメリア		健康マージャン	♥ミニミニアスレチック	♥乗り物タイム
28 土		理事連絡会	自彊縁結び	平松寿クラブ		MM	♥乗り物タイム サマディヨーガセラピー	卓クラブ

● 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

※ 1月16日現在の使用予定です。変更になる場合もあります。

※ 3月分の貸室抽選は2月2日(月)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 25日(水) 10時30分から11時30分

