

かみたかだ

地域ニュース



発行:上高田区民活動センター運営委員会
 住所 中野区上高田2-11-1
 TEL 3389-1325 FAX 3389-1326
 E-mail: kamitakada@almond.ocn.ne.jp
<http://www.nakano-kamitakada.gr.jp/>



令和6年度 上高田区民活動センター運営委員会



委員構成

◇役員◇

会長:川野辺 次男 会 計:矢田 和雄 地域事業部会部長:近藤 志郎
 副会長:高橋 佐智子 会 計:酒井 邦裕 広報部会部長:五十嵐 克明
 副会長:武田 吉正 監 事:佐藤 攻 地域防災部会部長:菅野喜博
 副会長:岡見 初音 監 事:田中 恵子

高橋 俊彦 藤田 喬 高山 圭一 本田 弘 野田 早苗
 甲田 晃二 三木 由美子 土屋 幸一 板村 祐子 鴨下 弘子
 伊東 伸治 入澤 恵一 下澤 武文 長嶋 親治 田中 匠

令和6年度 上高田区民活動センター運営委員会 地域事業計画

No.	日程	事業名	実施内容
1	4月1日(月) ～ 令和7年3月31日(月)	地域事業 『ほっこりルーム』 (主催)	年間を通して、毎週月曜日の9時～16時まで1階和室1・2号を乳幼児とその保護者のためのひと休みスペースとして開放。5月、6月、7月の第2月曜日午前中にママたちの情報交換を兼ねたお茶会を開催し好評でした。
2	12月24日(火)	『サンタの宅配便』 (主催:上高田盛年会)	クリスマスイブの夜に、サンタクロースが事前に預かったXmasプレゼントを地域の子も達へ届けます。
3	3月8日(土)	第2回 上高田ロビーコンサート(春) (上赤田ロビーコンサート実行委員会)	アットホームなコンサート。小学生から高齢者までの幅広い年齢層の方々が、ロビーで開催できる規模で日頃の練習の成果を披露。
4	3月下旬	地域事業 『上高田かがやきマップ』 (共催:社会福祉協議会、 上高田アウトリーチチーム)	令和4年に上高田地域居場所マップ「上高田かがやきマップVol.1」を発行。毎年マップを更新、今年度はVol.3を発行予定。年に1～2回程度、掲載団体の情報交換の場として、交流会も開催

◇上高田地区 夏休みラジオ体操のお知らせ◇

団体名	実施日	場所
上高田共和会	—	中止(白桜小学校校庭改修工事のため)
上高田二丁目町会	7月21日(日)～30日(火) 午前6時30分～	上高田二丁目公園
上高田隣人協力会	7月22日(月)～27日(土) 午前6時30分～	第五中学校
上高田高層団地町会	7月22日(月)～26日(金) 午前6時30分～	高層団地中央広場
上高田北町会	7月22日(月)～26日(金) 午前6時30分～	(旧)上高田小学校 【令和小学校旧校舎】

第74回 “社会を明るくする運動” 上高田地区推進委員会 22th ANNIVERSARY

ひまわりコンサート 入場無料
7月15日(月・海の日) 13:00 開演
 会場:大妻中野中学校・高等学校 ホール (駐車場、駐輪場はありません)
 ※ 自転車でのご来場はご遠慮ください。

出演団体紹介(予定)

- ◇大妻中野中学校・高等学校 吹奏楽部・ダンス部・合唱部
 - ◇東亜学園高等学校 チアリーダー部・吹奏楽部
 - ◇中野区立第五中学校 吹奏楽部
 - ◇中野区立白桜小学校 和太鼓クラブ&どんどこ会
 - ◇中野区立令和小学校 れいわフレンズコーラス隊 with ウクレレサポーターズ
 - ◇アーサー・シンフォニック・ウィンズ・トーキョー
- ◇司会◇ 中野区立第五中学校 生徒会
 ◇協力◇ 大妻中野中学校・高等学校生徒有志
 中野区立第五中学校 ボランティア部

「ひまわりコンサートの歩み」を
 YouTubeでチェック!



赤十字奉仕団 上高田分団 分団研修 『災害への備え』

6月12日(水) 9:30～
 上高田区民活動センター洋室1・2号にて

講師として日本赤十字社東京都支部の方2名派遣で実施。災害から身を守る術として、自分自身の身を守る自助。地域や近隣の人々が互いに助け合う共助。国、都道府県、区市町村の行政や消防機関による救助、援助などの公助。自助、共助は災害から命を守る基盤です。その後、日常生活に戻る様に公助が必要になります。

次に災害時で気を付けなくてはならないのが、台所や暖房器具からではなく、地震で傷んだ配線などで起こる通電火災です。もう一つ覚えてほしいのが災害ダイヤル171の活用方法【あいたいよ】と思い出して下さい。【あ】:貴方の名前、【い】:居場所、【た】:誰か一緒か、【い】:痛いところは無いか、【よ】:これからの予定です。

本日の分団研修、講師から「皆様の明るさやチームワークの良さを感じられました」と感想をいただきました。



女性講師の講習、ほんわかして楽しい♡



研修の後はしっかり反省会、始終和やかムード



プロジェクターでの講義、みんな真剣です

二人で組んでの応急処置、皆慣れたものです



三角巾の講義はお手の物!

ワンマンストレッチャーの乗り心地、運び心地はいかが?

お知らせ

中野区赤十字奉仕団上高田分団の分団長が代わりました



新分団長

こんにちは、鴨下弘子です。
 総会や研修は終わりましたが分団員として講習会、研修会があります。自ら進んで動いてくれる分団員達。私は、この人達を誇りに思います。これから色々な事に挑戦したいと思いますが無理せず楽しく学んでいけたらと思います。先輩達からバトンを頂き、80周年にバトンを繋げられる様、全員で頑張っていきたいと思っておりますので宜しくお願いします。

上高田地区まつり

10月26日(土)・27日(日)

26日(土) 10時～16時 館内まつり(仮):上高田区民活動センターにて
 作品展、上高田ロビーコンサート<秋>、ほっこりルームスペシャル、その他いろいろ企画!
 27日(日) 10時～15時 館内まつり(仮):上高田区民活動センターにて
 作品展、ほっこりルームスペシャル、その他いろいろ企画!
 10時～14時 子どもまつり:上高田二丁目公園にて
 焼きいも、ゲームブース、バザー、模擬店もいろいろ企画



上高田高齢者会館 TEL 3385-3307

熱中症予防講座

ジャズを楽しむ 講師: 可知 日出男先生
8月1日(木) 13時30分~15時
※7月1日(月)より募集開始
区内在住 60歳以上の方
どなたでも参加できます。



生活機能向上プログラム

健康体操 (全3回) 講師: 原 美津子先生
10月2日(水)
11月6日(水)
12月4日(水)
13時30分~15時
※8月19日(月)より募集開始

誤嚥性肺炎予防のために

講師: 竹中 優子先生
9月24日(火) 13時30分~15時
※8月19日(月)より募集開始

体を整えるフィットネス体操 (全2回)

講師: 萩野 博先生
10月22日(火)、10月29日(火)
13時30分~15時
※9月13日(金)より募集開始

生活向上プログラムは65歳以上の方が対象。
定員20名。詳しくは会館までお問い合わせください。

上高田東高齢者会館 TEL 3228-7220

生活機能向上プログラム

認知症 本当のこと、間違っていること
講師: 大熊 由紀子氏
(国際医療福祉大学院教授)
7月29日(月) 13時30分~15時

素麺アレンジ料理

講師: 萩原 悦子氏(料理研究家)
7月30日(火) 10時~12時30分
材料費: 1000円 先着16名

いずれも65歳以上の中野区在住の方対象
7月16日(火)より申込み開始

熱中症予防講座

サマーコンサート
♪チェロ&ピアノの二重奏♪
伊藤 恵以子(チェロ)・佐々木 治子(ピアノ)
9月9日(月) 13時30分~15時
先着40名(60歳以上対象)
8月26日(月)より申込み開始

三療サービス

8/13(火)・9/10(火) 9時30分~15時
会場: 上高田高齢者会館 ☎3385-3307
上高田東高齢者会館 ☎3228-7220
対象: 60歳以上の方 料金: 1回 900円

上高田区民活動センター集会所利用団体
~抽選会のお知らせ~

団体登録証をご持参ください
7/16(火)(9月分)・8/19(月)(10月分)
9/17(火)(11月分)
地元団体: 9時~
一般団体: 11時~
高齢者会館: 14時~
☎ 3389-1311

上高田ふれあいの会

ふれあい食事会 (持ち帰り弁当の配布)

※8月、9月はお休みです。
10月8日(火) 11時30分~
申込み 9月30日(月) 10時~12時
会場: 上高田区民活動センター
参加費: 450円



6月のお弁当

お食事処を設けました。
お弁当をご一緒にいただきませんか!
いままで通りお持ち帰りもできます。

まちなかサロン ふれあい映画会

何を上映するかはお楽しみに!

7月17日(水)
9月18日(水)
13時30分~
上高田区民活動センター2階 洋1・2
※無料・申込みは不要/飲み物はご持参ください。
問合せ先: 中野社協 上高田地区担当 松尾
03-5380-0134

上高田児童館 TEL 3388-6148

乳幼児親子対象

すくすくフェスタ

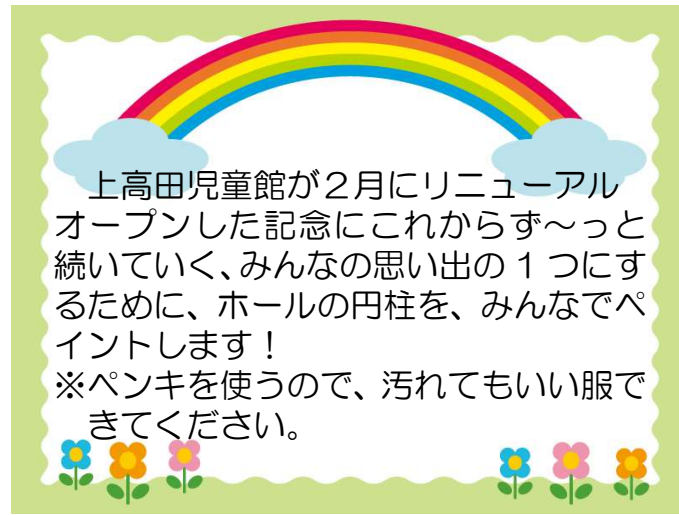
7月27日(土) 雨天実施
10時30分~12時30分
地域の乳幼児親子のみなさん、夏の午前のひとときを、児童館で一緒に過ごしませんか?親子で楽しめるイベントやコーナーでお待ちしています♪
主催: すくすくフェスタ実行委員会



小学生以上対象

みんなでペイント 児童館シンボルアート

8月31日(土)
小学生 14時~14時30分
星、風船、ハート、リボン、鳥、花、雲...
いろんな「かたち」の中から好きな形をえらんでステンシルでペイントしちゃおう♪
中学生 14時45分~15時30分
メインの「虹」を7色にペイント!
みんなのアイディアで、楽しくペイントしてみよう!
ステンシルでのペイントもできます!!



上高田児童館が2月にリニューアルオープンした記念にこれからずっと続いていく、みんなの思い出の1つにするために、ホールの円柱を、みんなでペイントします!
※ペンキを使うので、汚れてもいい服できてください。

キッズ・プラザ白桜 TEL 5380-2710

夏休みの利用について

◇夏休み期間◇
7/20(土)~8/30(金)
◇開室時間◇
月曜日~土曜日(日曜と祝日はお休み)
8時30分~18時
持ち物: 利用証・水筒(水、お茶)・帽子・タオル
ハンカチ・ティッシュ



お願い

- 帰宅時間や帰宅方法(1人帰り、お迎えなど)をお子さんと一緒に確認してからご利用下さい。
12時~13時は昼食時間のため遊ぶことが出来ません。お昼を挟んで、キッズ・プラザをご利用する場合は、お弁当を持ってきて下さい。
おもちゃ、お菓子を持って来ることはできません。
自転車で遊びに来ることはできません。キッズ・プラザに遊びに来る時は、歩いてきましょう。
安全のため、サンダル・クロックスでは遊べません。キッズ・プラザへは、運動靴で来て下さい。

上高田図書館 TEL 3319-5411

夏休みの子ども学習支援

- 宿題おうえん隊 8月3日(土) 13時~17時
上高田区民活動センターで活動する無料塾「薬師たきび塾」の先生たちが一緒に勉強してくれます。
夏休み中は、「子どもの学習スペース」の開設日・開設時間を拡大します。
図書館休館日(7/26、8/8、8/30)と毎週火曜日を除く毎日 9時~19時
※詳しくは上高田図書館にお問い合わせください

工作会「折って作ろう! ティラノサウルス」

大きな紙でティラノサウルスを折ろう!
7月23日(火) ①13時~14時
②14時30分~15時30分
参加申込み: 7月9日(火)9時より、図書館カウンターまたは電話で受付開始

かがくあそびの会「光と色であそぼう」

カラフルな「光の箱」を作って、光の反射を楽しもう!
8月6日(火) ①13時~14時
②14時30分~15時30分
参加申込み: 7月23日(火)9時より、図書館カウンターまたは電話で受付開始

えいごのおはなし会

「英語ソムリエアカデミー」のみなさんによる英語のおはなし会。
8月20日(火) 14時~14時40分
参加申し込み: 8月6日(火)9時より
図書館カウンターまたは電話で受付開始

おしえて! みんなのおすすめ本

7月20日(土)~8月25日(日)
面白かった本をみんなにおしえてあげよう!
夏のおたのしみラッピングブック
7月20日(土)~7月28日(日)
本のタイトルがわからないようにラッピングしてあります。お話のはじまりの一行で選んでみてね。

