



上高田高齢者会館 TEL 3385-3307

熱中症対策事業(落語)

7/5(水) 13時30分~15時
講師「春風亭柳若」と申します。

上高田在住です。



第2回介護予防総合講座

7/13(木) 13時30分~15時
講師 久次米 正博先生
「なつかしのメロディーをギターの弾き語りと一緒に歌いましょう」



夏休み将棋教室

7/21・7/28・8/4・8/18

(いずれも金曜日)

10時~12時

昨年の夏休み将棋教室の様子⇒



※ いずれも区内在住・60歳以上の方 無料です。

上高田東高齢者会館 TEL 3228-7220

上高田すみれ会

7月から9月は「熱中症対策」のシーズン。
麦茶や冷菓を用意してお待ちしています。

介護予防総合講座
行政書士による「終活相談」

7/3から隔月第1月曜日
13時30分~15時

相続・遺言・介護保険の事などをざっくばらんに茶話会形式で学びます。 ※無料



「夏を乗り切る体づくり」

7/10(月) 10時~12時
金 貞淑さんの音楽脳トレ教室

「さわやか二重奏」(ピアノとピオラ)

9/13(水) 14時~16時

曲目はエルガー「愛の挨拶」

サン＝サーンス「白鳥」など。 ※無料

☆6/14から「上高田すみれ会のミニディ」が毎週水曜日
10時~13時になりました。ランチ付きで500円。
体操や脳トレーニング、書道などを楽しみましょう。

夢発見! 草っパラダイス

毎月第1・2・3水曜日 13時~16時と、
第4日曜日 11時~16時まで上高田台公園
で外遊びや昔遊び(ベーゴマや弓矢など)で
遊んでいます。

7/23(日)の野外料理は「パエリア」
米や魚介類、チキンなど持ってきてね。

8月は25(金)26(土)27(日)の3連続開催です。特に27(日)は毎夏恒例の「流しソ
ーメン」を行います。

(問合せ)大橋 080-5026-1419

上高田ふれあいの会

ふれあい食事会

7/7(金) 11時~

ゲスト: 中野レファ・カマイナス

申込み: 6/30(金)10時~12時

(上高田区民活動センター 1階ロビーにて)



ゲスト上高田小学校の児童から元気のプレゼント♪

会場: 上高田区民活動センター

参加費: 450円

※別途年会費 300円が必要です。

《問合せ・ボランティアサービス申込み》

第1、3火曜日 10時~12時

TEL 3389-8282

※8月・9月の食事会はお休みです。

中部すこやか福祉センター

TEL 3367-7788

おおきくな〜れ

赤ちゃんの体重と身長を測ります。
お子さんの成長の目安にしませんか?

7/11(火) 14時~15時

8/ 7(月) 10時30分~11時30分

場所: 集団指導室(2階)

みんなの紙芝居

本間 裕子さん・小林 京子さんの紙芝居
ワールドを親子で楽しみましょう!

7/10(月)、8/14(月)

時間: 11時~11時30分

場所: 子育てひろば どんぐり(2階)



上高田児童館 TEL 3388-6148

カプラであそぼう

(共催: NPO 法人 上高田パワーズ)

7/20(木)・8/17(木)

15時30分~17時

魔法の板カプラを積んだり並べたり様々なものが作れます。

「夏休み簡単クッキング」

あら、ふしぎ! ごはんのサラダ

中部すこやか福祉センターの栄養士さんが、
教えてくれます。

8/4(金) 14時~16時

先着20名

7月21日(金)から受付します。

※ 詳しくは児童館のおたよりをご覧ください。

ザ取材!

魔法の板カプラってどんな板? 大小
様々な積み木でしようか?! 松の木片で、厚さ:
横: 縦が1:3:15の究極のワン
サイズ! 右脳と左脳を同時に使う
遊びだそうです。皆、集中して大
作に挑戦していました。



三療サービス

7/11(火)・8/8(火) 9時30分~15時

対象: 60歳以上の方1回900円

会場: 上高田高齢者会館 ☎3385-3307

上高田東高齢者会館 ☎3228-7220

U18プラザ上高田 TEL 3386-1301

中高生のための保育ボランティア養成講座

知ろう! わかろう! やってみよう!

~赤ちゃん・幼児について~

①7/24(月) ②7/25(火) ③8/18(金)

いずれも9時30分~12時

場所: ①②U18 プラザ上高田

③上高田児童館

対象: 中学生、高校生(全日参加できる方)

先着16名

申込み: 7/1(土)~15(土)

U18 プラザ上高田まで

※詳しくは、U18 プラザ上高田へお問い合わせください。

キッズ・プラザ白桜 TEL 5380-2710

夏休みの利用について

・開設時間: 月曜日~土曜日

8時30分~18時

・昼食

12時~13時まで

活動室で昼食をとることができます。

＜持ち物のお願い＞

・利用証・汗ふきタオル・帽子・水筒

上履き(体育館で遊ぶ場合)

※気温の高い日、日差しの強い日などは、

校庭での活動時間を制限することもありますのでご了承ください。校庭で遊びたい子は、必ず運動靴で来てください。サンダルの場合は、怪我防止のため外遊びを控えていただくこともあります。

※夏休みも、工作や遊びのイベントをたくさん予定しています。各イベントの詳細は、7月下旬に発行しますキッズ・プラザ白桜レター8月号をご覧ください。

※予定は変更になることもあります。各イベントの詳細は、キッズ・プラザ白桜までお問い合わせください。

上高田図書館 TEL 3319-5411

定例おはなし会

ちいさいこのおはなし会(絵本読み聞かせ他)

第3火曜日

11時~11時30分

場所: 2階 おはなしのおへや

おはなし会 (絵本読み聞かせ他)

第1・3・5土曜日

13時30分~14時

場所: 児童室

第2・4水曜日

15時30分~16時

子ども会

「戦争と平和」夏の子ども会

7/29(土)

13時30分~14時30分

場所: 2階 おはなしのおへや

いちにちおはなし会

8/23(水)

11時30分~12時

13時30分~14時15分

場所: 2階 おはなしのおへや

♪夏休みの思い出に1冊♪ はぴりす



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~
(※登録証をお忘れなく)
7/18(9月分)・8/21(10月分)
地元団体: 9時~
一般団体: 11時~
高齢者会館: 14時~

