



H28年

4月

# 区民ひろば高松

発行NPO法人おおきな木

豊島区高松 2-25-9

1階 3973-0032

2階 3973-7420



[http://www.toshima.ne.jp/~01\\_takam/](http://www.toshima.ne.jp/~01_takam/)

## いきいき(65歳以上対象)プログラム

### ☆脳と体のトレーニング

4日・18日(月)午前10:00~

### ☆高齢者くらしの相談

5日(火)午前10:00~

高齢者総合相談センター(西部包括支援センター)

どんな事でも、気になることを相談できます

### ☆おしゃべりタイム午前10:00~

5日・19日(火)

- みんなで楽しくおしゃべりしましょう -



### ☆ **ブラチナトレーニング**

(SACHI エクササイズより

トリム体操へ)

—いつまでも自立した生活をしたいから!—

8日(金)午前10:00~11:00

講師:杉浦 重子氏

東京トリム体操協会理事長

### ☆高松民謡の日

9日(土)・15日(金)午後1:00~

三味線:相沢氏・中島氏 尺八:国分氏

### ☆音楽でリラックス

14日(木)午前10:30~11:45

指導:仲里 潔子氏

### ☆みんなで体操

22日(金)午前9:30~10:15

## 子育てプログラム \*事前申込み不要

### ♥乳児身体測定

5日(火)午前10:30~12:00

11:30~ 高松第二保育園の看護師さんが測定します

### ♥1才のちょこっと遊び

13日(水)午前11:00~11:40

対象:1才児のお子さんと保護者

### ♥ママとベビーのほっとタイム

ふれあい遊びとお友だち作りをしましょう

18日(月)午前11:00~11:40

対象:1才までのお子さんと保護者

### ♥おはなしの会

27日(水)午前11:00~11:30

中央図書館ボランティアによる

0才~3才向けの読み聞かせ手遊びなど

## 募集 ♥2階窓口にて受付中

### ♥2才のうんどう遊び

15日(金)午前11:00~11:50

講師:増宮 貴志氏 他2名

対象:2才以上のお子さんと保護者

参加費:無料 20組 先着順

募集は豊島区在住の方が優先になります

## どなたでものプログラム

•将棋の日 5・19(火)午後1:30~

•ガーデン全体会 12日(火)午前10:00~

•囲碁講座 20日(水)午後1:30~

•うた&喫茶 27日(水)午後1:30~

ピアノ伴奏:緑川るみ氏

•高松シネマ 28日(木)午前10:00~

「おしゃれ泥棒」

主演:オードリー・ヘップバーン (124分)

•カラオケ広場 **お休み**

•朝のラジオ体操(テレビ体操)

毎朝 午前9:30~9:45

NPO法人 おおきな木 総会

日時:4月23日(土)10:00~

◆区民ひろば高松 サークル代表者会◆

日時:4月1日(金)10:00~11:30

サークル代表者の方はご出席下さい

## 今年も開催!

### ♥子育て応援フリーマーケット

開催日:6月25日(土)10:30~14:00

4/1(金)から出店者募集開始

先着順:10店

詳細は2階窓口までお問い合わせ下さい

## 利用証書き替えのお知らせ

### 個人利用証

平成28年度は5年に1度の利用証書き替えを行います

本人確認ができる、健康保険証・運転免許証・

マイナンバーカード等と、緊急連絡先が必要となります

ご協力をお願いいたします

### 団体登録証

平成28年度の申請をお願い致します

団体代表者又は、申請者の本人確認証が必要ですので、お持ちください

# 2016年 区民ひろば高松4月のカレンダー

〒171-0042 豊島区高松2-25-9

☎1階(3973)0032 ☎2階(3973)7420

【開館時間】 午前9時～午後5時

【休館日】 1階は第1、第3日曜日 / 2階は、毎週日曜日 / 祝日・年末年始

		月	火	水	木	金	土	日		
							1 貸室	2	3	
午前	教1	今月の廃食油回収は、【4月25日(月)9:00～12:30】 (玄関前)					サークル代表者会 10:00～11:30	貸室9:00/ サークル代表者会議 事業部会	パソコンクラブ NPO理事会	休館日
	教2									
	区									
午後	教1	教1..教養室1 教2..教養室2 区..区民集会所 風..風のひろば プレイルーム					主催事業 ♡は子育て事業 主催事業 ☆印はいきいき事業 主催事業 無印はどなたでも		水彩画同好会 睦会 親子ひろば	第1日曜日
	教2									
	区									
		4	5	6	7	8	9	10		
午前	教1		☆おしゃべりタイム 10:00～	みのり体操	アガシヤ会カラオケ 同好会	☆フラジナレーニング 10:00～11:00	オレンジキーボード			
	教2				高一さくら会					
	区	☆脳と体のトレーニング 7:10:00～	高齢者暮らしの相談 10:00～		こだま会					
午後	教1	さわやかヨーガ	芳石会	太極拳さくら会	いきいき筋力体操	足つぼ&ストレッチ				
	教2				ひびき会					
	区					睦会	☆高松民謡の日 1:00～			
		のりものゴーゴー	将棋の日(いきいき) 1:30～	のりものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば				
		11	12	13	14	15	16	17		
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ		みのり体操	☆音楽でリラックス 10:30～	いろは水墨画サークル		休館日		
	教2				スクラップブック		パソコンクラブ			
	区		☀ガーデン全体会 10:00～		親子リトミック	♡2オのうんどう遊び 11:00～			ストック千川	
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	アロハ・ロケラニ	句楽会	水彩画同好会		4月		
	教2									
	区		むつき会	太極拳さくら会		☆高松民謡の日 1:00～				
		のりものゴーゴー	親子ひろば	囲碁クラブ(いきいき)	卓美会	親子ひろば		第3日曜日		
		18	19	20	21	22	23	24		
午前	教1		静墨会		アガシヤ会カラオケ 同好会		NPO総会 10:00～	高一さくら会		
	教2				高一さくら会					
	区	☆脳と体のトレーニング 7:10:00～	☆おしゃべりタイム 10:00～		こだま会	☆みんなで体操9:30～				
午後	教1	さわやかヨーガ	芳石会	太極拳さくら会	いきいき筋力体操	足つぼ&ストレッチ		高一さくら会		
	教2				ひびき会					
	区			アロハ・ロケラニ		睦会	要町ローヤルコーポ			
		のりものゴーゴー	将棋の日(いきいき) 1:30～	囲碁講座(いきいき) 1:30～	親子ひろば	親子ひろば				
		25 ☐ 廃油	26 ☀ 庭の日	27	28	29	30			
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ		みのり体操	高松シネマ 10:00～	昭和の日 休館日	オレンジキーボード			
	教2									
	区				♡おはなしの会 10:30～					
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	うた&喫茶 1:30～	実用書道					
	教2									
	区									
		のりものゴーゴー	親子ひろば	囲碁クラブ(いきいき)	卓美会					

\* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。