



H30年 1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/



新年のつどい

琴演奏と寿獅子舞

10日(水) 10:30 から 12:00

出演：水鼓の会

終了後、おしるこをどうぞ！



いきいき(65歳以上対象)プログラム

☆高齢者くらしの相談

9日(火)午前10:00 から 11:00

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

☆音楽でリラックス

11日(木)午前10:30 から 11:45

指導：仲里 潔子氏

☆プラチナトレーニング

—いつまでも自立した生活をしたいから！—

12日(金)午前10:00から

指導：杉浦 重子氏 東京トリム体操協会理事長

☆高松民謡の日

13日(土)・26日(金)午後1:00から

三味線：相沢氏 尺八：国分氏

☆脳と体のトレーニング

15日・29日(月)午前10:00から

☆達ちゃん健康とツボの話

25日(木)午前10:00から

文寿整骨院副院長：及川 達平氏

☆みんなで体操

26日(金)午前9:30 から 10:15

子育てプログラム *事前申し込み不要

♥乳児身体測定

17日(水)午前10:30 から 12:00

11:30から 高松第二保育園の看護師さんが測定します

♥ママとベビーのほっとタイム

22日(月)午前11:00 から 11:40

親子のふれあい遊びと友だちづくり

対象：0才児親子

♥12・1月生まれの

お誕生会 & おはなしの会

24日(水)午前10:30 から 11:30

・3才までのお友達のお誕生日のお祝いを行います

・中央図書館ボランティアによる

0才から3才向けに読み聞かせ手遊びなど

♥1才のちょこっと遊び

31日(水)午前11:00 から 11:40

親子で自由遊び・「りぶりんとフレンズ・としま」

による読み聞かせ

対象：1才のお子さんと保護者

♥「あそんで相談 ことばとからだ」

(西部子ども支援センター出張相談)

17日(水)午前10:00 から 11:30

*当日直接お越し下さい

募集

*事前申し込み制

♥ベビーマッサージ

*2階窓口にて12/18(月)

15日(月)午前11:00 から 11:50 から受付開始

講師：橋田 静穂氏

対象：3か月から8か月程度の乳児と保護者

定員：15組 先着順

参加費：無料 バスタオルをお持ち下さい

♥2才のうんどう遊び

19日(金)午前11:00 から 11:50 *2階窓口にて

講師：増宮 貴志氏 12/22(金)から受付開始

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

どなたでもプログラム

•ガーデン全体会 9日(火)午前10:00から

ガーデンボランティア募集中!

•庭の日 23日(火)午前10:00から

•高松シネマ

「山桜」23日(火)10:00から 2008年(99分)

監督：篠原哲雄 原作：藤沢周平 出演：田中麗奈、東山紀之

“美しい風景の中 富める者は富み、貧しき者は追い詰められる”

•レコードを聴こう 30日(火)午前10:00から

多彩なジャンルでエンジョイ!!

•うた&喫茶 31日(水)午後 1:30から

ピアノ伴奏：緑川 るみ氏

*CSWのメンバーが参加します

•朝のラジオ体操(テレビ体操) 1階ロビーにて

毎朝 午前9:30 から 9:45

♥ママも運動(テレビ体操) 2階お陽さまひろばにて

毎朝 午前10:00 から

◇ 仲良しグループカラオケ ◇ グループ登録制

♪♪ (健康増進カラオケ) ♪♪

1グループ 1時間30分(予約制)

実施日：毎月 第2、第4日曜日 午後

2月の申し込みは1月5日から受付開始

ポッチャをやるう 28日(日)1:30 から

2018年 区民ひろば高松1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 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7	
午前	教1	元旦 ← 休館日 →						休館日 教1・教養室1 教2・教養室2 区・区民集會室 風・風のひろば プレイルーム	
	教2	 2018年1月 明けましておめでとうございます。 今年もよろしくお願ひいたします。 スタッフ一同				いろは水墨画サークル	パソコンクラブ		
	区				貸室9:00 事業部会		NPO理事会		
	風								
午後	教1				いきいき筋力体操	水彩画同好会			
	教2								
	区								
	風				親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば		
		8	9	10	11	12	13	14	
午前	教1	休館日 成人の日 	ガーデン全体会 10:00～	新年のつどい 10:30～	☆音楽でリラックス 10:30～	☆フラットレーニング 10:00～	オレンジキーボード	高松交友会	
	教2		☆高齢者暮らしの相談 10:00～			こだま会	事務局長会		
	区				親子リトミック	親子体操	英語でリズム		
	風								
午後	教1		事業準備	太極拳さくら会		足つぼストレッチ		高松交友会	
	教2		むつき会～3:00		ひびき会				
	区		親子ひろば	のりものゴーゴー	卓美会	親子ひろば	☆高松民謡の日 1:00～		イングリッシュプレイ
	風								
		15	16	17	18	19	20	21	
午前	教1	さわやかヨガ	静墨会	みのり体操	アカシヤ会カラオケ 同好会	いろは水墨画サークル	パソコンクラブ	休館日 	
	教2	☆脳と体のトレーニング 10:00～			こだま会				
	区	♥ベビーマッサージ 11:00～	ママ美クス	♥あそんで相談10:00～ /♥乳児検測10:30～	親子リトミック	♥2才のうんどう遊び 11:00～			
	風								
午後	教1	パッチワークキルト	芳石会	アロハロケラニ	実用書道	水彩画同好会	成年		
	教2			太極拳さくら会		睦会			
	区			のりものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば			
	風								
		22 魔油	23 庭の日	24	25	26	27	28	
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ	高松シネマ 10:00～	みのり体操	☆達ちゃんの健康と ツボの話10:00～		オレンジキーボード	高一さくら会	
	教2					スクラップブックング	☆みんなで体操9:30 ～		
	区			親子リトミック	親子体操				
	風	♥ママとベビーの ほっとタイム 11:00～	♥お誕生会&おはなしの会 10:30～						
午後	教1	さわやかヨガ	緑の会	アロハロケラニ	いきいき筋力体操	足つぼストレッチ	高一さくら会		
	教2			太極拳さくら会	ひびき会				
	区		芳石会			☆高松民謡の日 1:00～		イングリッシュプレイ	
	風	のりものゴーゴー	親子ひろば	のりものゴーゴー	卓美会	親子ひろば		親子ひろば	
		29	30	31	廃食油回収日【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】 【1月22日(月) 9:00～12:30 玄関前】  2月分貸室申込みは1月4日(木) 9時からです。 年末年始休館日 12月29日(金) ～1月3日(水)				
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ	みのり体操	うた&喫茶 1:30～	主催事業 ♥印は子育て事業 主催事業 ☆印はいきいき事業 主催事業 無印はどなたでも				
	教2	☆脳と体のトレーニング 10:00～						レコードを聴こう 10:00～	
	区		♥1才のちよこっと遊び 11:00～						
	風								
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	のりものゴーゴー					
	教2								
	区								
	風	のりものゴーゴー	親子ひろば						

* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。