



H30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/

いきいき(65歳以上対象)プログラム

☆高齢者くらしの相談

3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

☆脳と体のトレーニング

9日・23日(月)午前10:00から

☆音楽でリラックス

12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!—

13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

子育てプログラム *事前申し込み不要

♥乳児身体測定

4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

対象:0才児親子

♥1才のちょこっと遊び

11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

♥ママとベビーのほっとタイム

16日(月)午前11:00 から 11:40

ふれあい遊び、お友達作りの場に...

対象:0才児と保護者

♥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)

25日(水)午前10:00 から 11:30

*当日直接お越しください

♥おはなしの会

25日(水)午前11:00 から11:30

・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

どなたでもプログラム

●ガーデン全体会 10日(火)午前10:00から

ガーデンボランティア募集中!

●庭の日 24日(火)午前10:00から

●レコードを聴こう 午前10:00から

①17日(火) 多彩なジャンルでエンジョイ!!

②24日(火) クラシックを聴こう!!

●高松シネマ「ハスラー」

18日(水)午前9:45から 1961年(134分)

監督:ロバート・ロッセン 出演:ポール・ニューマン

ピリヤードを題材に、人間にとっての勝利とは、敗北とは何か...

●うた&喫茶

25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

4月3日(火)より **個人登録の更新、**

団体登録の申請を始めます

(団体登録の場合、代表者又は申請者の本人確認証が必要になります)

◇仲良しグループカラオケ◇ *グループ登録制

1グループ1時間30分(予約制)【健康増進カラオケ】

毎月:第2、第4日曜日 午後(原則)

5月の申込みは4月5日 9時から受付開始

NPO法人 おおきな木 総会

4月21日(土) 10:00から

募集

*事前申し込み制

♥2才のうんどう遊び

20日(金)午前11:00 から 11:50 *2階窓口にて

講師:増宮 貴志氏

3/30(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

♥パパとベビーマッサージ

28日(土)午前11:00 から 11:50 *2階窓口にて

講師:橋田 静穂氏

4/2(月)から受付開始

対象:3カ月から8カ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

♥親子体操体験会

4月27日(金)午前10:45 から11:30

対象:1才10カ月頃 から 未就園のお子さん

講師:志尾 佳津子氏

参加費:無料 25組(先着順) 受付中

※ 募集は豊島区在住の方が優先になります

◆区民ひろば高松 サークル代表者会◆

日時:4月2日(月) 9:45から

サークル代表者の方はご出席下さい

ポッチャをやるう

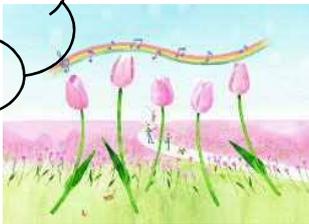
22日(日)午後1:30から

2018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	
		30						1	
午前	教1	<div style="border: 2px solid red; padding: 5px; display: inline-block;"> 休館日 振替休日 </div>	<div style="border: 1px solid gray; padding: 10px;"> <p>区民ひろば高松のガーデンは、宿根草が多いので、冬場を除いて多種の花が咲いています。ご自由に、ご覧ください。</p>  </div>				廃食油回収日 【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】 【4月23日(月) 9:00～12:30 玄関前】		休館日 教1・教養室1 教2・教養室2 区・区民集会室 風・風のひろば プレイルーム
	教2						本・月刊誌【今日の料理】・【今日の健康】・【婦人画報】は貸出しています。是非、ご利用ください。		
	区						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		
午後	教1	昔のパン屋さん が、毎週月曜日 のお昼頃に来ま すので、ご利用 下さい。	個人登録の更新・ 団体登録の申請開始						
	教2								
	区								
		2	3	4	5	6	7	8	
午前	教1	貸室9:00～ サークル代表者会議9:45～ 事業部会		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	NPO理事会		
	教2		☆高齢者暮らしの相談 10:00～		こだま会		パソコンクラブ		
	区			♡乳児身測 10:30～			コージコート千川	ストーク千川	
午後	教1	さわやかヨーガ		太極拳さくら会	いきいき筋力体操	水彩画同好会		仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2			アロハロケラニ	ひびき会				
	区	のりものゴーゴー	親子ひろば	のりものゴーゴー	親子ひろば	睦会	親子ひろば	親子ひろば	
		9	10	11	12	13	14	15	
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～	☆フラチナトレーニング 10:00～	オレンジキーボード	休館日 	
	教2		☆脳と体のトレーニング 10:00～	♡ガーデン全体会 10:00～	スクラップブック				
	区			♡1才のちよこつと遊び 11:00～	親子リトミック				
午後	教1	パッチワークキルト		太極拳さくら会	句楽会	足つぼストレッチ			
	教2		むつき会						
	区	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		
		16	17	18	19	20	21	22	
午前	教1		静墨会	高松シネマ 9:45～	アカシヤ会カラオケ 同好会	いろは水墨画サークル	NPO法人・ おおきな木 総会 10:00～	高一さくら会	
	教2		レコードを聴こう 10:00～		こだま会				
	区	♡ママとベビーのほっとタイム 11:00～	ママ美クス		親子リトミック	♡2才のうんどう遊び 11:00～			
午後	教1	さわやかヨーガ	芳石会	アロハロケラニ	いきいき筋力体操	水彩画同好会 ～3:00		高一さくら会	
	教2			太極拳さくら会	ひびき会			イングリッシュプレイ	
	区	のりものゴーゴー	親子ひろば	のりものゴーゴー	親子ひろば	睦会	親子ひろば	ポッチャをやろう 1:30～	
		☎ 23 廃油	☀ 24 庭の日	25	26	27	28	29	
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ		みのり体操			オレンジキーボード		
	教2		レコードを聴こう 10:00～				パソコンクラブ		
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～		♡あそんで相談 10:00～ ♡おはなしの会 11:00～	親子リトミック	親子体操・体験会	♡パパとベビーマッサージ 11:00～		
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	足つぼストレッチ		仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2								
	区	のりものゴーゴー	親子ひろば	のりものゴーゴー	睦会	親子ひろば	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。