



H30年 9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/

いつまでもハツラツとお元気で
地域で祝う

敬老のつどい

7日(金)午前10:00

- 第1部 地域の90歳以上の方のご紹介
子育てひろば乳幼児によるダンス
せんかわみんなの家 園児によるダンス
高松小学校3年生による歌 他

第2部 『講談』 出演:田辺 凌鶴 師匠

【協力】高松小学校、せんかわみんなの家
長崎第二地区民生委員・児童委員協議会

★終了後、軽食会あり(無料) 高齢者の方優先

いきいき(65歳以上対象)プログラム

- ☆高齢者くらしの相談
14日(金)午前11:00 から11:45
高齢者総合相談センター(西部包括支援センター)
- ☆脳と体のトレーニング
10日(月)午前10:00から
- ☆音楽でリラックス
13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
-筋カトレーニングとストレッチインナー-
14日(金)午前10:00から
指導:杉浦 重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員
- ☆達ちゃんのスツキリ体操
28日(金)午前10:00 から 11:00
指導:及川 達平氏 文寿整骨院副院長
- ☆ハツラツ民謡
28日(金)午後1:30から
指導:相沢氏

どなたでものプログラム

- ガーデン全体会 11日(火)午前10:00から
ガーデンボランティア募集中!
- 庭の日 25日(火)午前10:00から
- レコードを聴こう 4日(火)午前10:00から
多彩なジャンルでエンジョイ!!
- 高松シネマ 18日(火)午後1:30から
「泥棒成金」 1955年(106分)
監督:アルフレッド・ヒッチコック
出演:ケーリー・グラント、グレイス・ケリー
- うた & 喫茶 26日(水)午後1:30から
ピアノ伴奏:緑川 るみ氏
*最初に交通安全のお話があります
- 朝のラジオ体操(テレビ体操)
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

◆区民ひろば高松 文化祭サークル代表者会◆
日時:9月3日(月)9:45から(貸室終了後)
サークル代表者の方はご出席下さい

ポッチャをやろう 16日(日)午後1:30から

アート夏まつり 2018

9月2日(日)午前10:30から11:15
小さな子どもからシニアまで楽しめる「よみしばい」
〈星の王子さま〉
場所:2階、風のひろば 入場無料
当日直接、当ひろばへ

募 集 子育て応援 フリーマーケット出店者募集

実施日時:10月14日(日) 11:00から14:30
場所:区民ひろば高松 2階「風のひろば」
募集:10店舗(先着順) 出店料:500円
*9月3日(月)から、2階窓口にて受付開始

子育てプログラム *事前申し込み不要

- ♥乳児身体測定
5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
- ♥1才のちょこっと遊び
12日(水)午前11:00 から 11:40
対象:1才児のお子さんと保護者
- ♥8・9月生まれの
お誕生会 & おはなしの会
26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

募 集

♥0才のびのびタイム *事前申し込み制
*2階窓口にて8/20(月)
“ベビーマッサージ” から受付開始

- 10日(月)午前11:00 から 11:50
講師:橋田 静穂氏
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
- ♥2才のうんどう遊び
21日(金)午前11:00 から 11:50 *2階窓口にて
講師:増宮 貴志氏 8/31(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
*1階窓口にて受付中
- 大人の教養「京都あれこれ」
19日(水)午前10:00 から 11:00
講師:虎溪 久良氏
「京町家友の会」「日本民家再生協会友の会」会員
募集は豊島区在住の方が優先です。

いきいき筋力体操 体験会 (全4回) 募集中

木曜日 13:45 から 15:00 ①9/27②10/11③10/18④11/8
参加費:1000円(4回分)

指導:高橋 美羽氏(健康運動指導士、介護予防運動指導員)
体のバランスを整える運動です
体操の後には、とても楽に体が動くようになります

◇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)

10月の申込みは9月5日9時30分から受付開始

2018年 区民ひろば高松9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】 祝日・年末年始

		月	火	水	木	金	土	日	
							1	2	
午前	教1	廃食油回収日 【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】 【9月25日(火)9:00～12:30玄関前】					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	パソコンクラブ NPO理事会 英語でリズム	アート夏まつり 10:30～
	教2	  							
	区								
風						♡印は子育て事業 ☆印はいきいき事業 無印はどなたでも			
午後	教1							親子ひろば	親子ひろば
	教2								
	区								
風									
		3	4	5	6	7	8	9	
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ			アカンヤ会カラオケ 同好会	敬老のつとめ 10:00～	オレンジキーボード		
	教2			みのり体操					
	区	賞金・事業部会・ 文化祭サークル代表者会	レコードを聴こう 10:00～		こだま会			コージコート千川	
風		ママ美クス	♡乳児身測10:30～						
午後	教1	さわやかヨーガ		アロハロケラニ	事業準備	水彩画同好会		仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2			太極拳さくら会	ひびき会				
	区				事業準備				イングリッシュプレイ
風	のいものゴーゴー	親子ひろば	のいものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	
		10	11	12	13	14	15	16	
午前	教1	さわやかヨーガ	いろは水墨画サークル		☆音楽でリラックス 10:30～	☆フラダンストレーニング 10:00～	オレンジキーボード		
	教2			みのり体操			パソコンクラブ		
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～	むつき会		スクラップブックング	☆高齢者暮らしの相談 11:00～			
風	♡0才のびのびタイム ベビーマッサージ11:00～	☀️ガーデン全体会10:00 (いきいき広場)	♡1才のちよこっこと遊び 11:00～	親子リトミック		親子体操			
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	太極拳さくら会	いきいき筋力体操	足つぼステップ& ストレッチ			
	教2						高二町会		
	区			理事長会	句楽会				
風	のいものゴーゴー	親子ひろば	のいものゴーゴー	卓美会	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	ポッチャをやろう 1:30～	
		17	18	19	20	21	22	23	
午前	教1	休館日 敬老の日	静墨会	大人の教養 10:00～	アカンヤ会カラオケ 同好会	いろは水墨画サークル	高一さくら会		
	教2		芳石会						
	区						こだま会		
風				親子リトミック	♡2才のうんどう遊び 11:00～	英語でリズム			
午後	教1		高松シネマ 1:30～	アロハロケラニ	実用書道	水彩画同好会	高一さくら会	仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2			パッチワークキルト	ひびき会				
	区				太極拳さくら会			睦会	
風		親子ひろば	のいものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	
		24	☀️25 廃油・庭の日	26	27	28	29	30	
午前	教1	休館日 振替休日	エテルナ・ヴォーチェ						
	教2			みのり体操					
	区						☆達ちゃんのスッキリ体操 10:00～		
風			♡お誕生会&おはなしの会 10:30～	親子リトミック	親子体操	英語でリズム			
午後	教1		緑の会	うた&喫茶 1:30～	いきいき筋力体操 体験会①	足つぼステップ& ストレッチ			
	教2								
	区					睦会	☆ハツラツ民謡 1:30～		
風	親子ひろば	のいものゴーゴー	卓美会	親子ひろば	親子ひろば	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。