



H29年 11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/

オータムジャズライブin高松

15日(水)午後1時30分から

出演:高浜 和英氏 (歌うジャズピアニスト)

秋だ ジャズを満喫しよう

昭和の洋楽や映画「漢字邦題」の妙と

名曲の数々をお楽しみ下さい *終了後、喫茶タイムあり(有料)



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
6日・20日(月)午前10:00から
- ☆高齢者くらしの相談
7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
9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! -
10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
11日(土)・24日(金)午後1:00から
三味線:相沢氏 尺八:国分氏
- ☆みんなで体操
24日(金)午前9:30 から 10:15
- ☆達ちゃん健康とツボの話
30日(木)午前10:00から
文寿整骨院副院長:及川 達平氏

子育てプログラム *事前申し込み不要

- ♥乳児身体測定
1日(水)午前10:30 から 12:00
今回、高松第二保育園の看護師さんはお休みです
- ♥1才のちよこっと遊び
8日(水)午前11:00 から 11:40
親子で自由遊び・「りぷりんとフレンズ・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
20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
- ♥10・11月生まれのお誕生会 & おはなしの会
22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します
・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

- ♥ベビーマッサージ *事前申し込み制 *2階窓口にて 10/23(月) 13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 *2階窓口にて 10/27(金)から受付開始
17日(金)午前11:00 から 11:50
講師:増宮 貴志氏
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
- 四季の手作り
「キラキラボール X 'mas リース」
28日(火)午前10:00 から
対象:高齢者 定員:10名◇
材料費:700円
*11月2日(木)より1階窓口にて受付開始

※ 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

- レコードを聴こう 13日(月)午前10:00から
多彩なジャンルでエンジョイ!!
- ガーデン全体会 14日(火)午前10:00から
ガーデンボランティア募集中!
- 高松シネマ 21日(火)午前9:45から
「美女と野獣」 2017年 (129分)
監督:ビル・コンドン 出演:エマ・ワトソン
“ディズニー映画の実写版”今年4月に封切られた作品です!
- 庭の日 28日(火)午前10:00から
- うた & 喫茶 29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)
毎朝 午前9:30 から 9:45

◇ 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
12月の申し込みは11月6日から受付開始

ポッチャをやろう 26日(日)1:30から

2017年 区民ひろば高松 11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	2	3	4	5			
午前	教1				アカシヤ会カラオケ同好会	休館日 文化の日	パソコンクラブ	休館日			
	教2				こだま会				英語でリズム		
	区			貸室9:00 事業部会							
	風			♥乳児身測10:30～							
午後	教1			アロハロケラニ	いきいき筋力体操		親子ひろば				
	教2				ひびき会						
	区			太極拳さくら会							
	風			のりものゴーゴー	親子ひろば						
		6	7	8	9	10	11	12			
午前	教1		静墨会	みのり体操	☆音楽でリラックス 10:30～	☆フラットトレーニング 10:00～	オレンジキーボード				
	教2		☆高齢者暮らしの相談 10:00～								
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～	いろは水墨画サークル		スクラップブックング						
	風		ママ美クス		♥1才のちよこつと遊び 11:00～				親子リトミック	親子体操	
午後	教1		芳石会	太極拳さくら会	句楽会	足つぼストレッチ	NPO理事会	仲良しグループカラオケ 1:30～			
	教2	さわやかヨガ				水彩画同好会		☆高松民謡の日 1:00～	イングリッシュプレイ		
	区	パッチワークキルト				睦会		親子ひろば			
	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			
		13	14	15	16	17	18	19			
午前	教1			事業準備	アカシヤ会カラオケ同好会		パソコンクラブ	休館日			
	教2				こだま会						
	区	レコードを聴こう 10:00～	★ガーデン全体会 10:00～						親子リトミック	♥2才のうんどう遊び 11:00～	英語でリズム
	風	♥ベビーマッサージ 11:00～									
午後	教1		緑の会	オータムジャズライブ in 高松 1:30～	いきいき筋力体操			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		むつき会		ひびき会				睦会		
	区		親子ひろば		親子ひろば				親子ひろば	親子ひろば	
	風	のりものゴーゴー	親子ひろば		親子ひろば				親子ひろば	親子ひろば	
		20	21	22	23	24	25	26			
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ	高松シネマ 9:45～	みのり体操	休館日 勤労感謝の日		オレンジキーボード	高松交友会			
	教2									いろは水墨画サークル	
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～								☆みんなで体操9:30～	親子体操
	風	♥ママとベビーのほっとタイム 11:00～							ママ美クス	♥お誕生会&おはなしの会 10:30～	
午後	教1		芳石会	太極拳さくら会		水彩画同好会	高松交友会～2:30 仲良しグループカラオケ 3:00～				
	教2	さわやかヨガ				☆高松民謡の日 1:00～		イングリッシュプレイ			
	区		睦会	アロハロケラニ		足つぼストレッチ		親子ひろば			
	風	のりものゴーゴー	親子ひろば	のりものゴーゴー				ポッチャをやろう 1:30～			
		☎ 27 廃油	☀ 28 庭の日	29	30	廃食油回収日【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】 【11月27日(月) 9:00～12:30 玄関前】					
午前	教1	エテルナ・ヴォーチェ	四季の手作り 10:00～	みのり体操			主催事業 ♥印は子育て事業				
	教2								☆達ちゃん健康とツボの話 10:00～	親子リトミック	主催事業 ☆印はいきいき事業
	区							事業で使用			主催事業 無印はどなたでも
	風									実用書道	
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	うた&喫茶 1:30～			☆図書は貸出しています、月刊誌【サライ】は、【婦人画報】に 替わりました。ご利用下さい。				
	教2										
	区										
	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		

* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。