

平成30年 1月号 区民ひろば高南だより



高南のこなちゃん

発行 スマートひろば高南（区民ひろば高南運営協議会）・区民ひろば高南

あけまして おめでとう ございます

今月のポイント事業



新春の集い



1月5日(金)10:30~12:00 会場:区民ひろば高南第一

百人一首

お正月あそび

みんなでゲーム

大人も子どもと一緒に日本伝統のお正月あそびを楽しみます。先着100名にささやかな福袋もあります。

共催:スマートひろば高南いきいき部会&区民ひろば高南

いきいきサロン「バザーとお茶会」

1月9日(火)13:30~15:00

会場:区民ひろば高南第一

高南名物のいきいきバザー！
掘り出し物がいっぱいです。



主催:スマートひろば高南いきいき部会

子育てサロン「たんぽぽ」

「祈念写真を撮りましょう」

1月18日(木)10:30~11:30

会場:区民ひろば高南第二

明るい2018年を祈念して、親子で写真を撮りましょう。

主催:高田地区民生委員・児童委員協議会



スマートひろば高南
今月の部会予定

いきいき部会 1月 9日(火)10:00~11:00 会場:区民ひろば高南第一
子ども部会 1月11日(木)14:00~15:00 会場:区民ひろば高南第二

来月の予告

節分寄席 三遊亭吉窓氏の落語、年男・年女による豆まき

2月 2日(金) 13:30~15:00
会場:区民ひろば高南第一

みんななかよし「親子で、節分を楽しむ会」



2月 2日(金) 11:00~11:30
会場:区民ひろば高南第二

● 区民ひろば高南からのお知らせ ●



◎区民ひろばは、赤ちゃんからお年寄りまでどなたでも利用できる施設です。
お一人でも、お気軽にご利用ください。事業内容によって対象年齢がある場合は、事前にお知らせさせていただきます。

※区民ひろば高南第一・第二をご利用の際には、靴下の着用をお願いいたします。

※ひろばへのご意見は「利用者の声」BOXまでお寄せください。



平成30年1月

区民ひろば高南第一

開館時間 9:00~17:00 ☎3988 - 8601

(休館日：第一・第三日曜日 祝日)



お茶の間映画館

※ 映画は都合により、変更になる場合があります。

「カーネギーホール」

1947年 アメリカ
日時：1月12日(金) 13:30~ (136分)
出演：マーシャ・ハント 他

「羅生門」

1950年 日本
日時：1月28日(日) 13:30~ (88分)
原作：芥川 龍之介 出演：三船 敏郎



ら・ら・ら♪ソング

ヴァイオリンの伴奏で
唱歌童謡などを歌います

日時：1月15日(月) 13:30~14:30

※当日直接ご来館ください。



手作り工房 ペーパークラフト

「サンダーソニア」

日時：1月19日(金) 13:30~15:00
費用：100円 持ち物：ハサミ、手拭きタオル
申込み：1月6日(土)~ 電話可 先着12名
※ご本人がお申込みください。



楽ラク 脳トレ

楽しみながらやわらか脳を
育てましょう!

日時：1月30日(火) 13:30~14:20

講師：当館職員 ※当日直接お越しください。

カラオケひろば

毎週のプログラム

~健康増進カラオケ(通信)~

毎週木曜日 13:30~15:30

※受付は13:45までにお済ませください。

※1月4日は「新春の集い」準備のためお休みです。



卓球

毎週火曜日・土曜日 9:00~12:00

※他にも1階集会室が空いているときは卓球ができます。お気軽に受付までお問い合わせください。

※1月9日は「いきいきサロン」のため11:30までとなります。



クローケーゴルフ

毎週木曜日 10:30~11:30

※雨天、気温10℃以下の場合は中止です。



私はロコモ? 40代から始めましょう、

ロコモティブトレーニング体験講座

日時：1月26日(金) 10:00~12:00

講師：TOMOE(介護予防指導士、ルーンダットツインストラクター)

申込み：1月9日(火)より 電話可 先着30名

※ご本人がお申込みください。※飲み物、タオルをご持参ください。

安心安全クラブ

転倒事故を防ぐための
体づくり!

日時：1月11日(木) 10:30~11:30

講師：中村 裕美先生(埼玉県立大学保健医療福祉学部)

※動きやすい服装でご参加ください。

※飲み物は必要に応じてお持ちください。



なごやかタイム

筋トレ・脳トレ健康体操

日時：毎週水曜日 10:30~11:30

定員：35名(当日10:00より受付、先着順)

1月10日(水) 豊島区スポーツ推進委員

1月17日(水) 当館職員

1月24日(水) 藤井 芳子先生(健康運動指導士)

1月31日(水) 当館職員

※飲み物、タオルをご持参ください。



リズム体操 1月はお休みです

次回は2月5日(月)

申込み：1月22日(月)~ 電話可 先着20名

※ご本人がお申込みください。※飲み物、タオルをご持参ください。

コーヒーコーナー(1杯50円)



12:00~14:30



1月の開店日：16・23・30日(火)

歯パン販売 12:00~12:30

1月の開店日：9・23日(火)

暮らしの何でも相談会

担当：CSW(コミュニティー ソーシャル ワーカー)

豊島区民社会福祉協議会のCSWがご相談をうかがいます。

1月30日(火) 13:00~14:30

会場：区民ひろば高南第一

ご利用ください

※使用済みの蛍光灯、小型家電を回収しています【高南第一：倉庫入口】

※今月の廃食油回収日は 1月22日【毎月第4日曜日 9:00~12:30 (倉庫入口)】

平成30年1月 区民ひろば高南第二



開館時間 9:00~17:00 ☎3987-6600
(休館日：日曜日・祝日)

すくすくベビータイム

赤ちゃんとママの時間です
日時：1月9日(火)10:30~11:00
内容：福笑いなど



すこやかタイム

子育てひろば(畳のへや)が0歳児と保護者の専用のお部屋になります。
日時：毎週月曜日・木曜日9:00~12:00

子育てサロンたんぽぽ

日時：1月18日(木) 10:30~11:30
内容：親子で記念写真を撮りましょう
主催：高田地区民生委員・児童委員協議会



みんななかよし

日程：1月12日(金) お正月遊びほか
26日(金) 鬼のお面作り、お誕生会
時間：11:00~11:30
*誕生日を迎えるお子さんは事前に受付にお声かけ下さい



西部子ども家庭支援センター あそんで相談 ことばとからだ

お子さんを遊ばせながら相談できます。(予約不要)
日時：1月23日(火) 10:00~11:30
相談スタッフ：臨床心理士・子育てワーカー

池袋保健所 出張育児相談

日程：1月30日(火)
受付時間：10:00~10:30
対象：区内在住の方
*母子手帳をお持ち下さい。



豊島区民社会福祉協議会 CSW配置

区民ひろば高南第二にはCSW(コミュニティーソーシャルワーカー)が配置されています。目白・南池袋・雑司が谷・高田地区にお住まいの方の暮らしの中の不安などの相談窓口となっています。何でもお気軽にご相談ください。訪問活動も行っています。☎ 6890-2950



お正月あそび

~コマや羽根つきで遊ぼう~
日時：1月4日(木)~6日(土) 9:00~16:30



中央図書館ボランティア おはなしよんで 読み聞かせ・スキンシップ遊びで触れ合いましょう

日時：1月4日(木) 11:00~11:30
内容：「ぺーったんこぺったんこ」など

親子リトミック

日時：1月11日(木)11:00~11:30
講師：下平 麻紀氏
対象：1歳以上のお子さんと付き添いの方



ちびっこアスレチック

トランポリン・すべり台・ボールプールなどで遊ぼう!
日時：1月24日(水) 9:30~10:50


りぷりんとフレンズとしまおはなし会


日時：1月24日(水) 11:00~11:30
内容：「とってとって」「たまごこんこん」ほか

トーマスであそぼ

線路をつなげてトーマスで遊ぼう
時間：毎週月・土曜日 9:00~16:30



フキ体操 ポンポン体操・アンパンマン体操
カレンダー4面  マークで表示しています。
時間：11:30~11:35

のりものタイム コンビカー・三輪車等で遊ぼう
カレンダー4面  マークで表示しています
時間：AM9:00~11:20/PM12:00~15:30

当ひろばは、自転車を置くスペースが限られていますので、駐輪の際はご協力をお願いします。



ご利用ください

※使用済みのプリンター インクカートリッジ【2階受付】電池・蛍光管【1階入口】を回収しています
※今月の廃食油回収日は 1月22日【毎月第4月曜日 9:00~12:30〔1階入口前〕】

1月のカレンダー



貸室予定は12月16日現在のものです。

		1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)	
第一	午前	元日	休館日	休館日	クローケーゴルフ ☆貸室抽選会 新春の集い準備	新春の集い ☆高田囲碁会	卓球	
	午後				☆ひまわり	☆高田将棋教室		
第二	午前	休館日	休館日	休館日	すこやかタイム おはなしよんで	☆ひまわり	トーマスであそぼ	
	午後				お正月あそび	トーマスであそぼ		
		7(日)	8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)	
第一	午前	休館日	成人の日	卓球 ☆いさいき部会	なごやかタイム ☆高田英会話G	クローケーゴルフ 安心安全クラブ カラオケひろば	☆美寿ロコP.P.P ☆高田囲碁会	卓球 ☆松栄会
	午後			いさいきサロン ☆山吹絵手紙の会		☆弘文会	お茶の間映画館 ☆ひまわり ◎みずくき	☆欣藤会 ◎琉球舞踊冠船流
第二	午前	休館日	成人の日	すくすくベビータイム		すこやかタイム 親子トミック	みんななかよし	トーマスであそぼ
	午後			☆目白高南吹矢会		☆子ども部会	☆幼児体操	トーマスであそぼ
		14(日)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)	
第一	午前	休館日	ら・ら・らソング	卓球	なごやかタイム ☆高田英会話G	クローケーゴルフ ☆すこやかライブ カラオケひろば	☆美寿ロコP.P.P ☆高田囲碁会	卓球 ☆松栄会
	午後			☆初音会 ☆企画会議	☆あじさい会 ☆高田将棋教室	☆弘文会	手作り工房	☆欣藤会 ◎琉球舞踊冠船流
第二	午前	休館日	すこやかタイム トーマスであそぼ		☆親子体操	すこやかタイム 子育てサロンたんぽぽ		トーマスであそぼ
	午後			☆親子でABC トーマスであそぼ	☆目白高南吹矢会		☆幼児体操	トーマスであそぼ
		21(日)	22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	
第一	午前	休館日	廃食用油回収日	卓球 ☆やまぶき ☆喜踊会	なごやかタイム ☆高田英会話G	クローケーゴルフ ☆すこやかライブ カラオケひろば	私はロコモ? ☆高田囲碁会	卓球 ☆松栄会
	午後		☆コーロさくら ☆◎高田将棋教室	☆まつり実行委員会 ☆初音会	☆あじさい会	☆弘文会		☆高田将棋教室 ☆欣藤会 ◎琉球舞踊冠船流
第二	午前	休館日	すこやかタイム トーマスであそぼ 廃食用油回収E ☆りぶりんと	あそんで相談	ちびっこアスレチック りぶりんとおはなし会	すこやかタイム	みんななかよし	トーマスであそぼ
	午後		トーマスであそぼ	☆目白高南吹矢会		☆幼児体操	トーマスであそぼ	
		28(日)	29(月)	30(火)	31(水)			
第一	午前	休館日	お茶の間 映画館	卓球	なごやかタイム ☆高田英会話G			
	午後			☆コーロさくら ☆高田将棋教室	楽ラク脳トレ 暮らしの何でも相談会 ☆初音会	☆あじさい会		
第二	午前	休館日	すこやかタイム トーマスであそぼ	出張育児相談				
	午後			☆親子でABC トーマスであそぼ	☆目白高南吹矢会	☆親子体操		

☆印は午前、★は午後、◎は夜間のサークル活動となります。



マークは12:00~14:30に高南第一で喫茶コーナーが開店します。



マークは12:00~12:30に高南第一に茜の里のパン屋さんが開店します。



マークはAM(9:00~11:20) PM(12:00~15:30)乗り物で遊べます。



マークは11:30~11:35にプチ体操をします。

区民ひろば高南第一
豊島区高田2-11-2
Tel.3988-8601



区民ひろば高南第二
豊島区高田3-38-7
Tel.3987-6600