

平成30年 7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

今月のポイント事業

「高南七夕コンサート」

7月7日(土) 出演: 王 霄峰 氏
13:30~14:30 3. 10. Bond 氏

ワン シャオフォン

さと ぼんど

中国の伝統楽器“二胡”の演奏と歌のハーモニー

共催: スマートひろば高南 いきいき部会・区民ひろば高南

会場: 区民ひろば高南第一



★ ★ 7月からすべての日曜日を開館します。 ★ ★

「親子コンサート」

7月1日(日)
10:30~11:10

ご家族で
どうぞ!

出演: 新海 智貴氏(歌)
: 下平 麻紀氏(ピアノ)



会場: 区民ひろば高南第二

「チャック体操」

7月8日(日)
13:30~14:30



講師: チャック・ウィルソン氏
内容: 講演会と体操
定員 50名 参加者募集中
会場: 区民ひろば高南第一

学習院大学「落語会」

学習院大学落語研究会による落語会です!
7月15日(日) 13:00~15:00
会場: 区民ひろば高南第一

スマートひろば高南 今月の部会予定

★いきいき部会 会場: 区民ひろば高南第一
7月31日(火) 10:00~11:00
★子ども部会 会場: 区民ひろば高南第二
7月12日(木) 14:30~15:30

● 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7月

区民ひろば高南第一

開館時間 9:00~17:00 ☎3988 - 8601

(休館日: 祝日) 豊島区高田2-11-2



リズム体操

音楽に合わせて体を動かす
ダンスのような健康体操です!

日時: 7月2日(月) 10:30~11:30

講師: 福島 誠一氏

申込み: 6月18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。



8月はお休みです。

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。

「伊豆の踊子」1963年 日本

日時: 7月6日(金) 13:30~ (87分)

出演: 吉永小百合、高橋英樹 他



「白い巨塔」1966年 日本

日時: 7月22日(日) 13:30~ (150分)

出演: 田宮二郎 他

毎月1・3週 木曜日

カラオケひろば

 ~健康増進カラオケ(通信)~

日時: 7月5・19日(木)

13:30~16:00

※受付は13:45までにお済ませください。



安全安心クラブ

転倒事故を防ぐための体力づくり!

日時: 7月12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)

7月 4日(水) スポーツ推進員

7月11日(水) 当館職員

7月18日(水) 大和田 裕美先生(健康運動指導士)

7月25日(水) 当館職員

※飲み物、タオルをご持参ください。



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: 7月23日(月) 13:30~14:30

※当日直接ご来館ください。



月1回 金曜日

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: 7月27日(金) 13:30~14:20

講師: 当館職員 ※当日直接お越しください。



卓球



毎週のプログラム

毎週火曜日・土曜日 9:00~12:00

※7月7日(土)はお休みです。

他にも1階集会室が空いているときは卓球ができます。

クローケーゴルフ

毎週木曜日 10:30~11:30

※7月12日(木)はお休みです。

※雨天、気温30℃以上の場合は中止です。



コーヒーコーナー(1杯50円)



12:00~14:30

7月の開店日: 3・10・17・24・31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。

7月31日(火) 10:30~12:00

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 7月23日【毎月第4月曜日 9:00~12:30 (倉庫入口)】

平成30年7月 区民ひろば高南第二



開館時間 9:00~17:00 ☎3987-6600
(休館日: 祝日) 豊島区高田3-38-7

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しましょう
日 時: 7月5日(木) 11:00~11:30

みんななかよし

「金魚を作ってあそぼう」
「七夕ペープサート」「7月誕生会」
日 時: 7月 6日(金) 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。



日焼けあとの肌ケア アロマジェル作り

日 時: 7月13日(金) 10:30~11:45
講 師: 水越 朋美氏
対 象: どなたでも 15名 費用: 500円
申 込: 6/25(月)~ 費用を添えて窓口へ。

ちびっこアスレチック

トランポリンやすべり台で遊びましょう
日 時: 7月25日(水) 9:30~11:20



りぷりんとフレンズとしま おはなし会

日 時: 7月25日(水) 10:30~11:00
内 容: 「ちへいせんがみえるところ」
「にじいろのさかな」ほか

にこにこフール

日 程: 7月20日(金) 24日(火)
27日(金) 31日(火)
時 間: 10:30~11:30(受付11時まで)
対 象: 乳幼児と付添の方
※参加する方は下記のいずれかの説明会にご参加ください。
①7月 6日(金)11:40~ ②7月9日(月)11:00~
③7月14日(土)11:00~



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

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・蛍光灯【1階入口】を回収しています
※今月の廃食油回収は 7月23日(月) 9:00~12:30【1階入口前】

親子リトミック

リズムであそぼう 親子であそぼう
日 時: 7月12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保護者
*申し込みはいりません。当日直接おいで下さい。



すこやかタイムスペシャル

0歳の赤ちゃんともママの時間です
日 時: 7月9日(月) 10:30~11:00
内 容: 音あそび



すこやかタイム

子育てひろば(畳のへや)が0歳の赤ちゃんともママ専用のお部屋になります
日 時: 毎週月・木曜日 9:00~12:00

子育てサロンたんぽぽ

「栄養士さんのお話」
~親子で食べる。早起き、早寝、朝ご飯~
日 時: 7月19日(木) 10:30~11:30
※試食2品(先着25名)
民生・児童委員の子育て応援プログラムです。




トーマスであそぼ


線路をつなげてトーマスで遊ぼう
毎週日・月・土曜日 9:00~16:30
※1日は13:00~16:30の開催です。



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

東部子ども家庭支援センター おでかけ相談

日 時: 7月5日(木) 14:00~15:30
*お子さんを遊ばせながら相談できます。(予約不要)

7月のカレンダー



区民ひろば高南第一 Tel 3988-8601
区民ひろば高南第二 Tel 3987-6600

貸室予定は6月16日現在のものです。

第一		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
午前	集会 教養		貸室抽選/リズム体操	卓球	なごやかタイム	すこやかライフ	美寿ロコPPP 高田囲碁会	事業準備 松栄会
午後	集会 教養			初音会 コーヒー	高田英会話G	クロック カラオケひろば	お茶の間映画館	高南七タコンサート 欣藤会
午前	集会 教養	8 事業準備	9	10 卓球 やまぶき	11 なごやかタイム	12 安全安心クラブ	13 高田囲碁会	14 卓球 松栄会
午後	集会 教養	チャック体操	コーロさくら	初音会 コーヒー 山吹絵手紙	高田英会話G あじさい会	高友会		欣藤会 (夜)琉球舞踊冠船流
午前	集会 教養	15 事業準備	16 休館日	17 卓球	18 なごやかタイム	19 すこやかライフ	20 美寿ロコPPP 高田囲碁会	21 卓球 松栄会
午後	集会 教養	学習院落語会		24 卓球 やまぶき	25 高田英会話G あじさい会	26 高友会	27 高田囲碁会	28 卓球 松栄会
午前	集会 教養	22	23	31 卓球	31日(火) 10:30~12:00 暮らしの何でも相談会			
午後	集会 教養	お茶の間映画館	ら・ら・らソング	初音会 コーヒー	高田英会話G あじさい会	高友会	楽ラク脳トレ	欣藤会 (午後・夜)高田将棋教室 (夜)琉球舞踊冠船流
午後	集会 教養	29	30	いきいき部会				

7月から、区民ひろば高南は
すべての日曜日を閉館します。
ぜひご利用ください。



第二		日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6	7
午前	子育て 本	すこやかタイム	すこやかタイム			すこやかタイム		
午後	音楽室 あそび	親子コンサート	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	親子体操	おはなしよんで	みんななかよし	トーマスであそぼ
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		おでかけ相談(本の部屋)	幼児体操	トーマスであそぼ
午前	子育て 本	すこやかタイム	すこやかタイムスペシャル			すこやかタイム		
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		親子リトミック	アロマジェル作り	トーマスであそぼ
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		運動子ども部会(工)	幼児体操	トーマスであそぼ
午前	子育て 本	すこやかタイム	休館日			すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)	
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	休館日	目白高南吹奏会		子育てサロンたんぽぽ	プール着替え	トーマスであそぼ
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	休館日	目白高南吹奏会		親子体操	プール着替え	トーマスであそぼ
午前	子育て 本	すこやかタイム	すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)		すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)	
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		おはなし会 5びっこアスレチック	プール着替え	トーマスであそぼ
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		おはなし会 5びっこアスレチック	プール着替え	トーマスであそぼ
午前	子育て 本	すこやかタイム	すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)		すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)	
午後	音楽室 あそび	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	目白高南吹奏会		すこやかタイム	にこにこフェール(屋上)	

マークは、午前(9:00~11:20)で遊べます。
午後(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。

