

平成30年11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



カラオケひろば ~健康増進カラオケ(通信)~

日程：11月1日・15日(木) 毎月第1・第3木曜日
時間：13:30~16:00
※受付は13:45までにお済ませください。



悪質商法にご用心!

被害を受けないための心得や撃退法を学びます。
日時：11月12日(月) 13:30~14:30
※当日直接お越しください。

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：11月5日(月) 10:30~11:30
講師：福島 誠一氏



申込み：10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。

次回 12月3日(月)・申込11月19日(月)~電話可

ら・ら・ら♪ソング

ヴァイオリンとピアノの伴奏で楽しく歌います。
日時：11月19日(月) 13:30~14:30
※当日直接お越しください。



安全安心クラブ

転倒事故を防ぐための体力づくり!
日時：11月22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
日程：毎週水曜日
時間：10:30~11:30
定員：35名(当日10:00より受付、先着順)
11月 7日(水) 当館職員
11月14日(水) 当館職員
11月21日(水) 大和田裕美先生(健康運動指導士)
11月28日(水) 藤井芳子先生(健康運動指導士)
※飲み物、タオルをご持参ください。



クローケーゴルフ

毎週木曜日 10:30~11:30(22日はお休み)
※雨天の場合は中止です。



卓球

毎週火曜日・土曜日 9:00~12:00
17日(土)はお休み、27日(火)は11時まで
※他にも集会室が空いているときは卓球ができます。



お茶の間映画館

「^{きょうどく}鬼平犯科帳スペシャル兇賊」2006年
日時：11月9日(金) 13:30~(95分)
出演：中村吉右衛門、多岐川裕美 他



「若草の頃」1944年 アメリカ

日時：11月25日(日) 13:30~(113分)
出演：ジュディ・ガーランド 他

日曜日 おこやかセンター

高南第一に乳幼児さん向けのおもちゃや絵本を
用意しました。親子でゆったりお過ごしください。
日時：毎週日曜日 9:30~12:00



日曜日 ピンポンタイム

自由に卓球ができます。
ご家族やお友達とお楽しみください。
日時：4・18日(日) 13:30~16:00



コーヒーコーナー(1杯50円)

12:00~14:30

11月の開店日：6・13・20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。

11月27日(火) 13:30~15:00

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【倉庫入口】

※今月の廃食油回収日は、11月26日(月) 9:00~12:30 【倉庫入口】 毎月第4月曜日

平成30年11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

ベビーダンス

日時：11月11日(日) 10:30~11:30
講師：久保田 朱沙氏 対象：3~18か月
申込：区内 10/21~ 区外 10/28~ 定員25組



子育てサロンたんぽぽ

民生・児童委員の子育て応援プログラムです。
日時：11月15日(木) 10:30~11:30
内容：救命救急のお話、心肺蘇生など



親子であそぼう おもしろアスレチック

すべり台やマットの山、ダンボールトンネルで遊ぼう！
日時：11月18日(日) 11:00~11:30



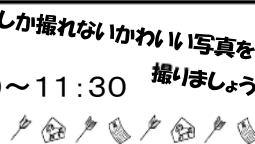
ベビーマッサージ

日時：11月20日(火) 10:30~11:00
講師：植木 順子氏 定員：10組
対象：首がすわった~ハイハイ前のお子様と保護者
申込：区内 11/1日(木)~、区外 11/8(木)~



わくわくフォト

日時：11月29日(木) 10:30~11:30
内容：来年の干支や獅子舞



東部子ども家庭支援センター おでかけ相談 ~育児のお悩み相談~

日時：11月20日(火) 10:00~11:30
相談スタッフ：子ども家庭支援ワーカー



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：11月28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：11月28日(水) 11:00~11:30
内容：「くずがごおばけ」「ぴよん」ほか



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・蛍光管【1階入口】を回収しています
※今月の廃食用油回収は 11月26日(月) 9:00~12:30【1階入口前】

すこやかタイムスペシャル

0歳のお子様と保護者のふれあいあそび
日時：11月12日(月) 10:30~11:00
内容：パネルシアター「いない いない ばあ」他



すこやかタイム

子育てひろば(畳のへや)が0歳のお子様と保護者専用のお部屋になります。
日時：毎週日・月・木 9:00~12:00



中央図書館ボランティアおはなしよんで

日時：11月1日(木) 11:00~11:30

てぶくろ人形であそぼう！

親子で、てぶくろ人形あそびを楽しみましょう！
日時：11月5日(月)、26日(月) 11:00~11:30

親子リトミック

日時：11月8日(木) 11:00~11:30
講師：下平 麻紀氏
対象：1歳以上のお子様と保護者



みんななかよし

日時：11月16日(金) 11:00~11:30
内容：気分はバレリーナ、お誕生会
*誕生日を迎えるお子様は前日までに受付にお声かけ下さい。



トーマスであそぼ

線路をつなげてトーマスで遊ぼう。
日時：毎週日・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
日時：カレンダー4面 マーク 11:30~11:35

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

ぽぽちゃんとあそぼう

本の部屋でぽぽちゃんと遊びましょう。
日時：毎週火曜日 9:30~12:00



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。



11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10月16日現在のものです。

第一		日	月	火	水	木	金	土
						1	2	3
午前	集会 教養	舞台発表会 11月17日(土)13:00~16:00 皆さまのお越しをお待ちしております				貸室抽選/すこやかライフ	美寿ロコPPP 高田囲碁会	休館日
午後	集会 教養					クローケ	カラオケひろば 弘文会	
		4	5	6	7	8	9	10
午前	集会 教養	すこやかセンター	リズム体操	卓球	なごやかタイム		高田囲碁会	卓球 松栄会
午後	集会 教養	ピンポンタイム	コーロさくら	初音会 コーヒ	高田英会話G	高友会 弘文会	お茶の間映画館 ひまわり	欣藤会 高田将棋教室 (夜)琉球舞踊冠船流
		11	12	13	14	15	16	17
午前	集会 教養	高田一丁目町会 すこやかセンター		卓球 やまぶき	なごやかタイム	すこやかライフ	美寿ロコPPP 高田囲碁会	舞台発表会準備
午後	集会 教養	高田一丁目町会 高田一丁目町会	悪質商法にご用心	実行委員会 運協企画会議	高田英会話G あじさい会	カラオケひろば 弘文会	舞台発表会準備	舞台発表会 (夜)琉球舞踊冠船流
		18	19	20	21	22	23	24
午前	集会 教養	すこやかセンター		卓球	なごやかタイム	安全安心クラブ	休館日	卓球 松栄会
午後	集会 教養	ピンポンタイム	ら・ら・らソング	ひろばで一句 俳句を楽しむ 初音会 コーヒ	高田英会話G あじさい会	高友会 弘文会		欣藤会 高田将棋教室
		25	26	27	28	29	30	
午前	集会 教養	すこやかセンター		卓球(11時まで) やまぶき	なごやかタイム		高田囲碁会	
午後	集会 教養	お茶の間映画館		いきいき部会 いきいきサロン 初音会 いきいきサロン控室	高田英会話G あじさい会	クローケ		

第二		日	月	火	水	木	金	土
						1	2	3
午前	子育て 本 音楽室	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。				すこやかタイム 貸室抽選	休館日	休館日
午後	あそび 音楽室	マークは11:30~11:35にプチ体操をします。				おはなしよんで		
		4	5	6	7	8	9	10
午前	子育て 本 音楽室	すこやかタイム	すこやかタイム てぶくろ人形(工作室)	ほぼちゃんとあそぼう		すこやかタイム		トーマスであそぼ
午後	あそび 音楽室	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	りぶりんと(工作室)	親子体操	親子リトミック	フリーマーケット 運協子ども部会(工作室)	トーマスであそぼ
		11	12	13	14	15	16	17
午前	子育て 本 音楽室	すこやかタイム	すこやかタイムスペシャル 親子でABC(工作室)	ほぼちゃんとあそぼう		すこやかタイム		トーマスであそぼ
午後	あそび 音楽室	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	親子体操	子育てサロンたんぽぽ	みんななかよし	幼児体操	トーマスであそぼ
		18	19	20	21	22	23	24
午前	子育て 本 音楽室	すこやかタイム	すこやかタイム	ベビーマッサージ ほぼちゃんとあそぼう		すこやかタイム	休館日	トーマスであそぼ
午後	あそび 音楽室	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	おでかけ相談	親子体操			トーマスであそぼ
		25	26	27	28	29	30	
午前	子育て 本 音楽室	すこやかタイム	すこやかタイム 親子でABC(工作室)	ほぼちゃんとあそぼう	おはなし会	わくわくフォト		
午後	あそび 音楽室	トーマスであそぼ	トーマスであそぼ	りぶりんと/てぶくろ人形	ちびっこアスレチック			