



# 区民ひろば南大塚



## 2019 1月のプログラム

### 謹賀新年

豊島区南大塚2-36-1  
1階いきいき TEL (5976) 4399  
2階子育て TEL (3946) 7665

みんなで踊ろう!  
**東京五輪音頭 ~2020 講習会**  
五輪音頭をマスターしましょう!  
**25日(金)13:30~14:30 1階**  
どなたでも参加できます。参加費:無料  
当日は動きやすい服装でお越しください  
主催 豊島区学習スポーツ課

**キッズひろば若草**  
**17日(木) 10:45~ 2階 多目的室1**  
若草保育園の先生による楽しいお話しや手遊びの時間です。どなたでもどうぞ!

**【お知らせ】**  
健康増進カラオケの曜日が、金曜日から月曜日変わりました。1月は、日程の都合で、ありません。

**新春の集いコンサート 三都の調べを~**  
新年の寿ぎとともに「東アジア文化都市」をお祝いします。美しいソプラノの歌声とピアノ演奏を、お楽しみ下さい。  
**16日(水)10:30~ 1階**  
どなたでも、参加いただけます。  
歌 平山 智香子氏  
ピアノ演奏 梅原 尚子氏

**ママの癒し部屋「タロット占い」**  
**24日(木)10:00~12:00 2階 防音室**  
講師:栗田 智香子氏  
申込:7日(月)9:30~ 定員:12名(1人10分)

☆ベビービクス☆  
**11日(金)11:00~11:45 2階 多目的室1**  
**赤ちゃんママの楽しいスキンシップ&エクササイズ!**  
講師:キム・ギョンスク氏 (I70ビクスインストラクター)  
定員:20組 費用:無料  
対象:3カ月~8カ月の赤ちゃんと保護者  
申込受付:12月20日(木)9:00より

運営協議会子育て部会主催  
**子育て講座「☆ママの健康診断☆」**  
**15日(火) 10:45~12:00 2階 防音室**  
毎日忙しいママたちの健康をを保持するためのお話です。  
講師:鈴木 享子氏 対象:乳幼児&ママ 20組  
申込受付:12月20日(木)9:00より

**ママ&パパの☆ネイルトリートメント☆**  
**26日(土)10:00~ 2階 多目的2**  
ネイリスト:谷 ちはる氏 参加費:500円  
申込受付:7日(月)9:00~ 1人15分

### いきいきプログラム

囲碁・将棋	毎日	13:00~17:00	お友達同士で対局を楽しみましょう。
マージャン	金・土曜日	9:30~12:00	毎回9:30に抽選で参加者を決めます。
家庭内転倒事故予防講座	17日(木)	13:30~14:30	転倒予防と脳トレ体操
ほほえみタイム	15日(火)	13:30~14:30	簡単な体操とゲームを楽しみましょう。

### 交流プログラム

新春の集いコンサート 三都の調べを~	16日(水)	10:30~12:00	「東アジア文化都市」と新年をお祝いし、美しい歌声とピアノ演奏を楽しみましょう。歌 平山智香子氏 ピアノ 梅原尚子氏
フォークソング &オールディーズ	19日(土)	13:30~15:00	(1階) ギター等の生演奏で、皆で歌いましょう。出演 都電沿線他
南大塚歌声ひろば	23日(水)	10:30~11:45	(1階) カラオケで季節の歌等、皆と一緒に歌いましょう。
卓球タイム	水曜日	15:00~16:30	(2階) 状況により、使えない場合があります。

### 子育てプログラム

お昼の体操	毎日	11:50~12:00	ぐるぐるどっかーん! アンパンマン体操
ベビータイム	8日(火)	11:00~	0歳の赤ちゃん集まれ! 「新年子ども会」で楽しく遊びましょう
子育てサロン さくらんぼ	16日(水)	10:45~	お話工作 主催 巣鴨地区民生児童委員協議会
親子10ミック	10日(木)	10:45~11:10	0歳児クラス(5カ月以上) どなたでも
		11:10~11:50	1・2歳児クラス 登録制 講師:吉永 映子氏
おはなしルーム	23日(水)	11:00~11:30	中央図書館ボランティアによる絵本・紙芝居、パネルシアター
うきうきタイム	28日(月)	10:45~	10:45~1月の誕生会 11:00~ 鬼のお面づくりをします
ミニミニアスレチック	18日(金)	9:30~11:50	トランポリンや平均台、マットの小山、ボールハウスで遊びましょう。
わくわく紙芝居	11・18日(金)	11:30~	ボランティアサークルによる、おとなも楽しい「赤ちゃん紙芝居」です!
		27日(日)	11:20~11:50  日曜日は「子ども紙芝居」をお楽しみください。
絵本読み聞かせ いぶいんとフレンズ・としま	6日(日)	11:20~11:50	絵本読み聞かせを楽しんでくださいね絵本に出会いましょう。
小学生のボールタイム	4(金) / 7・28(月)	16:00~16:50	多目的1の部屋が、小学生の布ボール遊び優先になる時間。

### 運営協議会主催事業

らくらく健康大学	11・25日(金)	14:00~15:00	(2階) 参加費500円 先着25名 当日直接会場へ
詩吟教室	12日(土)	10:30~	(1階) 講師 竹野 岳游氏
吹矢教室	18日(金)	13:30~	(2階) 指導 スポーツ吹矢協会

【豊島区民社会福祉協議会 CSW配置】 担当 川人、石森 (☎6861-2930)

当区民ひろばには、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。不安なこと、どこに相談したらいいのかわからないことなど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。





# 2019 1月のカレンダー

豊島区南大塚2-36-1  
1階(いきいき) Tel(5976)4399 2階(子育て) (3946)7665

年齢に関係なく、どなたでもご利用できます。サークル活動の場として、親睦の場としてご活用ください。個人利用、団体利用とも、登録が必要です。詳しくは受付でお尋ねください。

● はひろばの事業  
無印は、各団体利用

開館時間: 午前9時~午後5時

[4日: 2月分貸室抽選日] ※1階で受付

	1 階				2 階			
	集会室		教養室 1、2		多目的 1		多目的 2、防音室	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1 火	休 館 日							
2 水	休 館 日							
3 木	休 館 日							
4 金		ニューソング ●囲碁・将棋	●①マージャン ●②貸室抽選			●4:00小学生の ボールタイム		
5 土	スマートエイジング	●囲碁・将棋	●①マージャン ●②貸室抽選	①コーラスゆうばえ				
6 日		ひばり会 ●囲碁・将棋		①南大塚麻雀クラブ			●リプリント(防)	
7 月	●かんたん 貯筋運動	●囲碁・将棋		①氣功普及会	南大塚卓球部	●4:00小学生の ボールタイム		
8 火	フォークダンスみち	美声会 ●囲碁・将棋	①としまる体操 ②バラの会		●ベビータイム		太極拳 YGクラブ(防)	
9 水	プアナニ・フラ	●囲碁・将棋	②たのしいコーラス	①エミーズ ②エヌツークラブ	オハナ	エミーズ ●卓球タイム		待夢琴友会
10 木	大塚ダンス	はつらつ会	①平松寿クラブ	①ピッコロ ●②囲碁・将棋	●親子 リトミック	大塚健康ダンス		待夢琴友会
11 金		ニューソング ●囲碁・将棋	●①マージャン	①ひまわり会 ②寿踊会	●ベビーピクス	らくらく健康大学	●わくわく(控室) タイガーキッズ(防)	
12 土		●囲碁・将棋	●①マージャン ②詩吟教室		かつぼれ同好会			音輪会 音輪会(防)
13 日		ひばり会 ●囲碁・将棋		①南大塚麻雀クラブ				
14 月	休 館 日(成人の日)							
15 火	フォークダンスみち	美声会 ●囲碁・将棋	①ヨーガ健康教室 ②太極拳	●①ほほえみタイム	キッズガーデン 南大塚	延寿会	キッズガーデン ●ベビーとママの健康診断(防)	
16 水	プアナニ・フラ	リズム体操会	●①新春の集い ●②控室	①グラン・ジュテ ②バラの会	●子育てサロン さくらんぼ	●卓球タイム	キーボードの会	
17 木	大塚ダンス	●家庭内転倒 事故予防講座	①ヨーガ木曜会	①ピッコロ ●②囲碁・将棋	●キッズひろば 若草	南大塚卓球部	劇団ほけっと(防) もくいくひろばらばん	劇団ほけっと
18 金		おおつかサロン	●①マージャン	①寿踊会 ●②囲碁・将棋	●ミニミニ アスレチック	吹矢教室	●わくわく(控室)	キッズガーデン
19 土	●準備	●フォークソング &オールティーズ	●①マージャン ●②控え室	●①囲碁・将棋 ●②控え室	キッズガーデン 南大塚		キッズガーデン キッズガーデン(防)	音輪会
20 日		ひばり会 ●囲碁・将棋		①南大塚麻雀クラブ				
21 月	●かんたん 貯筋運動	●囲碁・将棋		①氣功普及会 ●施設会議	南大塚卓球部	ストーンケトル		
22 火	フォークダンスみち	美声会 ●囲碁・将棋	①としまる体操 ②バラの会		延寿会		ヨーガ健康教室 YGクラブ(防)	
23 水	●南大塚 歌声ひろば	リズム体操会	①プアナニ・フラ ②たのしいコーラス	①エミーズ ②エヌツークラブ	オハナ	エミーズ ●卓球タイム	●おはなしルーム (防)	
24 木	大塚ダンス	はつらつ会	①平松寿クラブ	①ピッコロ ●②囲碁・将棋	CSW	大塚健康ダンス	●タロット占い (防)	
25 金		●東京五輪音頭 ●囲碁・将棋	●①マージャン	●②東京五輪(控)	タイガーキッズ	らくらく健康大学		
26 土		●囲碁・将棋	●①マージャン ●②区高連第2ブロック	①コーラスゆうばえ ②エヌツークラブ	かつぼれ同好会	卓クラブ	●ネイル トリートメント	●ネイルトリート 音輪会(防)
27 日		ひばり会 ●囲碁・将棋		①南大塚麻雀クラブ			●わくわく(控室)	
28 月	●かんたん 貯筋運動	●囲碁・将棋		①エヌツークラブ ②扇栄会	●うきうき タイム	●4:00小学生の ボールタイム		氣功普及会 シェアアウクレシ(防)
29 火		美声会 ●囲碁・将棋	②太極拳		骨盤エクササイズ		劇団ほけっと(防) アップルナースリー	劇団ほけっと
30 水	プアナニ・フラ	リズム体操会	②キーボードの会	①グラン・ジュテ ②扇栄会	オハナ	●卓球タイム		バラの会
31 木	大塚ダンス	はつらつ会	①ヨーガ木曜会	①ピッコロ ●②囲碁・将棋	南大塚卓球部	大塚健康ダンス	こども劇場	こども劇場