



2019年  
2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/](http://www.toshima.ne.jp/~01_takam/)

## 節分のつどい

年男、年女と一緒に  
節分を楽しみましょう

3日(日)午前10:00から

年男、年女さんと豆まき

お笑いライブ

出演:ジャガモンド、ハルカラ

オシエルズ

鬼も登場!!



## ちよつといいお話

『冬物語』

19日(火)午後1:30から

雪ちるや 田辺 聖子作

わが名をよびてたまはれ 鈴木 秀子作

送り提灯 宮部みゆき作

湯豆腐がしみる夜 嵐山光三郎作

出演:ちよつといいお話の会

\* 終了後喫茶タイム有り(有料)

## パパと遊ぼう

24日(日)午前11:00から11:50

講師:増宮貴志氏

対象:乳幼児とパパ(保護者)

20組(先着順)



\* 2階窓口にて

1/28(月)から受付開始

## いきいき(65歳以上対象)プログラム

### ☆高齢者くらしの相談

15日(金)午前11:00から11:45

高齢者総合相談センター(西部包括支援センター)

### ☆脳と体のトレーニング

4日・18日(月)午前10:00から

### ☆プラチナトレーニング

ー筋力トレーニングとストレッチングー

8日(金)午前10:00から

指導:杉浦 重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員

### ☆音楽でリラックス

14日(木)午前10:30から11:45

指導:仲里 潔子氏

### ☆達ちゃんのスッキリ体操

22日(金)午前10:00から11:00

指導:及川 達平氏 文寿整骨院副院長

### ☆ハツラツ民謡

22日(金)午後1:30から

指導:相沢 和子氏

## 子育てプログラム \*事前申し込み不要

### ♥乳児身体測定

6日(水)午前10:30から12:00

11:30から 高松第二保育園の看護師さんが測定します

### ♥1才のちよつと遊び

13日(水)午前11:00から11:40

「りぷりんとフレンズ・としま」による

読み聞かせ手遊びなど

対象:1才児のお子さんと保護者

### ♥0才のびのびタイム

“離乳食のはなし”

25日(月)午前11:00から11:40

対象:1才までのお子さんと保護者

講師:長崎健康相談所 栄養士

### ♥おはなしの会

27日(水)午前10:30から11:30

・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

\*事前申し込み制

### ♥2才のうんどう遊び

15日(金)午前11:00から11:50 \*2階窓口にて

講師:増宮 貴志氏

1/18(金)から受付開始

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

### ♥入学準備!「ランドセルの選び方」\*2階窓口にて

23日(土)午前11:00から12:00 1/28(月)から

・入学準備に必要なランドセルの選び方 受付開始

・未就学児20名とその保護者

講師:ランドセル専門家

参加費:無料

### ♥あすチャレ! Academy

16日(土)午前10:00から12:00

障がい者の“リアル”を当事者講師から聞き、学び、

一緒に考えるセミナーです

講師:マクドナルド山本恵理氏(パラ・パワーリフティング選手)

参加費:無料 先着:30名程度 申込受付中

募集は豊島区在住の方が優先です。

## どなたでものプログラム

・ガーデン全体会 12日(火)午前10:00から  
ガーデンボランティア募集中!

・庭の日 26日(火)午前10:00から

・レコードを聴こう 12日(火)午前10:00から  
多彩なジャンルでエンジョイ!!

### ・高松シネマ

25日(月)午前10:00から

「ショコラ」 2000年(121分) アメリカ映画

監督:ラッセ・ハルストレム 出演:ジュリエット・ピノシュ

ジョニー・デップ

恋の味、夢の味、最高においしい幸せ!

・うた&喫茶 27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

♥ママも運動(テレビ体操) 2階お陽さまひろばにて

毎朝 午前10:00から

◇仲良しグループカラオケ◇ \*グループ登録制

1グループ1時間30分(予約制)【健康増進カラオケ】

毎月:第2、第4日曜日 午後(原則)

3月の申込みは2月5日(火)9時30分から受付開始

ポッチャをやろう

17日(日)午後1:30から

# 2019年 区民ひろば高松2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】 祝日・年末年始

		月	火	水	木	金	土	日
						1	2	3
午前	教1	<b>廃食油回収日【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】</b> <b>【2月25日(月) 9:00～12:30 玄関前】</b> <p>鬼は外！福は内！と 大きな声で豆まきしてね。</p>				いろは水墨画サークル 貸室 9:00 事業部会	NPO理事会 パソコンクラブ ストーク千川 英語でリズム	<b>節分のついで</b> <b>10:00 開演</b>
	教2							
	区							
午後	教1					水彩画同好会 親子ひろば	事業準備 親子ひろば	親子ひろば
	教2							
	区							
		4	5	6	7	8	9	10
午前	教1	さわやかヨーガ ☆脳と体のトレーニング 10:00～	芳石会	みのり体操 ♡乳児身測10:30～	アカソヤ会カラオケ 同好会 こだま会 親子リトミック	☆フラダンス 10:00～ 親子体操	オレンジキーボード パソコンクラブ	
	教2							
	区							
午後	教1	パッチワークキルト のいものゴーゴー	静墨会 親子ひろば	アロハロケラニ 太極拳さくら会 のいものゴーゴー	いきいき筋力体操 ひびき会 睦会 親子ひろば	足つぼステップ& ストレッチ 親子ひろば	仲良しグループカラオケ 1:15～ 親子ひろば	
	教2							
	区							
		11	12	13	14	15	16	17
午前	教1	<b>休館日</b> 建国記念日	☆ガーデン全体会 10:00～ レコードを聴こう 10:00～	みのり体操 ♡1才のちよこっと遊び 11:00～	☆音楽でリラックス 10:30～ スクラップブックング 親子リトミック	いろは水墨画サークル ☆高齢者暮らしの相談 11:00～ ♡2才のうんどう遊び 11:00～	あすチャレ! Academy 10:00～ 英語でリズム	
	教2							
	区							
午後	教1	緑の会 むつき会 親子ひろば	太極拳さくら会 のいものゴーゴー	句楽会 卓美会	水彩画同好会 親子ひろば	親子ひろば	ポッチャをやろう 1:30～	
	教2							
	区							
		18	19	20	21	22	23	24
午前	教1	エテルナヴォーチェ ☆脳と体のトレーニング 10:00～	事業準備	アカソヤ会カラオケ 同好会 こだま会 親子リトミック	オレンジキーボード ☆達ちゃんのスキリ体操 10:00～	親子体操 ♡入学準備! 【ランドセルの選び方】11:00	♡パパと遊ぼう 11:00～	
	教2							
	区							
午後	教1	さわやかヨーガ のいものゴーゴー	ちょっといひお話 1:30～ 親子ひろば	アロハロケラニ 太極拳さくら会 のいものゴーゴー	いきいき筋力体操 ひびき会 睦会 親子ひろば	足つぼステップ& ストレッチ ☆ハツラツ民謡 1:30～ 親子ひろば	仲良しグループカラオケ 1:15～ イングリッシュプレイ 親子ひろば	
	教2							
	区							
		25	26 鹿の日	27	28			
午前	教1	高松シネマ 10:00～ ♡0才のびのびタイム 離乳食のはなし11:00～	エテルナヴォーチェ	みのり体操 おはなしの会 10:30～	実用書道 ☆印はいきいき事業 無印はどなたでも	♡印は子育て事業 寒いから 気をつけてね	教1・教養室1 教2・教養室2 区・区民集会所 風・風のひろば プレイルーム	
	教2							
	区							
午後	教1	パッチワークキルト のいものゴーゴー	緑の会 親子ひろば	うた&喫茶 1:30～ のいものゴーゴー	卓美会			
	教2							
	区							

\* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。