



2019年  
5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/)

5月の貸室は7日(火)です

ひろ  
ばま  
つり

## フラワーフェスタ

5月18日(土) 10:00 から14:30

オープンガーデン (9:30から開園 お庭を自由にご覧下さい)

10:00 オープニングコンサート (室内管弦楽) K-カルテット+α

11:30 販売 パン・クッキー・飲み物

12:00 販売 鉢植え

12:45 布で作るカーネーション 材料費: 50円

当日9:30申し込み受付 先着15名

13:30 フラダンス 出演: アロハロケラニ

### いきいき(65歳以上対象)プログラム

#### ☆高齢者くらしの相談

17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)

どんな事でも、気になることを相談できます

#### ☆音楽でリラックス

9日(木)午前10:30 から 11:45

指導: 仲里 潔子氏

#### ☆プラチナトレーニング

—いつまでも自立した生活をしたいから!—

10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

#### ☆脳と体のトレーニング

13・27日(月)午前10:00から

#### ☆達ちゃんのスツキリ体操

24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

24日(金)午後1:30から

指導: 相沢 和子氏

### どなたでものプログラム

●ガーデン全体会 14日(火)午前10:00から  
ガーデンボランティア募集中!

●庭の日 7日(火)午前10:00から

●レコードを聴こう 21日(火)午前10:00から  
多彩なジャンルでエンジョイ!!

#### ●最先端音源ハイレゾを聴こう

22日(水)午前10:00から

\*ハイレゾとは...CDでは聴こえなかった細かい部分や、音の微妙な部分を  
感じ取れるのがハイレゾです

●高松シネマ 31日(金)午前9:30から  
「アポロ13」1995年 (140分)

監督: ロン・ハワード 出演: トム・ハンクス

アポロ13号爆発事故の**実話に基づく**作品

●うた&喫茶 29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)

6月の申込みは5月8日9時30分から受付開始

あそんで相談 ことばとからだ

“西部子ども家庭支援センター

による出張相談”

5月30日(木)午前10時から11時30分

子育てとお子さんの発育、発達に

関する相談が出来ます

お気軽に相談してください

\*当日直接お越しください

#### ●誕生日の数でわかる

おもしろ数秘学 (初級) 全3回

午前10:00 から11:30 月曜日

講演日: 5/20、6/17、7/8

(3回共、出席できる方)

講師: いのうえ ふじこ氏

対象: どなたでも 募集: 15名

受講費: 無料

### 子育てプログラム \*事前申し込み不要

#### ♥乳児身体測定

8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才のちょこっと遊び

29日(水)午前11:00 から 11:40

対象: 1才児のお子さんと保護者

#### ♥4・5月生まれのお誕生会 & おはなしの会

15日(水)午前10:30 から 11:30

・3才までのお友達のお誕生日のお祝いを行います

・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

#### ♥0才のびのびタイム

“ベビーマッサージ”

13日(月)午前11:00 から 11:50

\*2階窓口にて

講師: 橋田 静穂氏

4/14(日)から受付開始

対象: 3カ月から8カ月程度の乳児とその保護者

定員: 15組 先着順

参加費: 無料 バスタオルをお持ちください

#### ♥2才のうんどう遊び

17日(金)午前11:00 から 11:50

\*2階窓口にて

講師: 増宮 貴志氏

4/19(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

#### ●四季の手作り

「ゴキブリ駆除団子」

28日(火)午前10:00 から

対象: どなたでも 定員: 15名 先着順

材料費: 50円

\*5月8(水)より1階窓口にて受付開始

募集は豊島区在住の方が優先になります。

### ポッチャをやるう

19日(日)午後1:30 から

# 2019年・区民ひろば高松 5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	4	5	
午前	教1	廃食油回収日【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】 【5月27日(月) 9:00～12:30 玄関前】			即位の日	国民の休日	憲法記念日	みどりの日	
	教2				←		休館日	→	
	区								
	風								
午後	教1								
	教2	教1・教養室1 教2・教養室2 区・区民集會室 風・風のひろば プレイルーム			カラオケ抽選				
	区								
	風								
		6	7 庭の日	8	9	10	11	12	
午前	教1	振替休日 休館日		みのり体操	☆音楽でリラックス 10:30～	☆フラットトレーニング 10:00～	オレンジキーボード		
	教2			みのり体操			パソコンクラブ		
	区		貸室 9:00～ 事業部会		こだま会			NPO理事会	
	風		ママ美クス	♥乳児身測10:30～	親子リトミック	親子体操	英語でリズム		
午後	教1			太極拳さくら会	いきいき筋力体操	足つぼステップ & ストレッチ		仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2								
	区				句楽会	水彩画同好会			
	風	親子ひろば	のいものゴーゴー	卓美会	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	
		13	14	15	16	17	18	19	
午前	教1	さわやかヨーガ		みのり体操	アカシヤ会カラオケ 同好会	いろは水墨画サークル	☆ひろばまつり フラワーフェスタ 10:00～		
	教2			みのり体操					
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～	ガーデン全体会 10:00～				☆高齢者暮らしの相談 11:00～		
	風	♥0才のびのびタイム ベビーマッサージ11:00～		♥お誕生会/おはなの会 10:30～	親子リトミック	♥2才のうんどう遊び 11:00～			
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	太極拳さくら会	実用書道		☆☆☆ 「ひろばまつり」 フラワーフェスタ ～2:30	仲良しグループカラオケ 1:15～	
	教2				ひびき会	事業準備			
	区		むつき会	アロハロケラニ	睦会				
	風	のいものゴーゴー	親子ひろば	のいものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	ポチャをやろう 1:30～	
		20	21	22	23	24	25	26	
午前	教1	エテルナヴォーチェ	芳石会				いろは水墨画サークル	オレンジキーボード	高松交友会
	教2							パソコンクラブ	
	区	おもしろ数秘学 10:00～	レコードを聴こう 10:00～	最先端音源ハイイレを 聴こう 10:00～	スクラップブックング	☆達ちゃんのスッキリ体操 10:00～			
	風		ママ美クス		親子リトミック	親子体操	英語でリズム		
午後	教1	さわやかヨーガ	静墨会	アロハロケラニ	いきいき筋力体操	水彩画同好会		高松交友会	
	教2								
	区			太極拳さくら会		☆ハツラツ民謡 1:30～			
	風	のいものゴーゴー	親子ひろば	のいものゴーゴー	卓美会	親子ひろば	親子ひろば	親子ひろば	
		27	28	29	30	31	オープンガーデンのお誘い! ひろばの庭を公開します。 日時: 4月15日(月)～5月18日(土) 午前10時から午後4時まで 4月29日(月)～5月4日(土)と、 6日(月)は、連休のため、休館です。		
午前	教1	エテルナヴォーチェ		みのり体操	アカシヤ会カラオケ 同好会	高松シネマ 9:30～			
	教2			みのり体操					
	区	☆脳と体のトレーニング 10:00～	四季の手作り 10:00～		こだま会				
	風			♥1才のちよここと遊び 11:00～	♥あそんで相談 ことばとからだ10:00～				
午後	教1	パッチワークキルト	緑の会	うた&喫茶 1:30～	ひびき会		♥印は子育て事業		
	教2				睦会		☆印はいきいき事業		
	区						無印はどなたでも		
	風	のいものゴーゴー	親子ひろば	のいものゴーゴー	親子ひろば	親子ひろば			

\* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。