



区民ひろば南大塚

# 2018 2月のプログラム

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

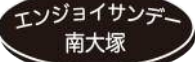
## 南大塚保育園出前保育

15日(木)10:45~ 2階 多目的室1  
南大塚保育園の保育士さんによる手遊び  
やおはなしなど楽しい親子プログラムです

## パパといっしょにベビーピクス

赤ちゃんパパのエクササイズを楽しんで  
みませんか?両親いっしょの参加も可です!

18日(日)  
10:30~11:15  
2階 多目的室1



講師: キム ギョンスク氏  
(エアロピクスインストラクター)  
対象: 3か月~8か月の  
赤ちゃんとお父さん  
申込: 1月26日(金) 9:00より  
定員: 15組 費用: 無料です

## ママカラ(ママの karaoke!) ~ママもたまにはリフレッシュ!~

23日(金)10:30~11:30 1階 集会室  
1階のカラオケ機では懐かしの歌謡曲から  
最新のJ-ポップまで好きな歌を歌えます!  
会場は和室ですから、小さなお子さんや  
赤ちゃんがいてもそばで遊ばせられて安心!  
費用: 無料です  
予約: 2日(金)より整理券配布開始

## アロマハンドトリートメント or フキ整体

22日(木)10:00~12:00 2階 多目的室2  
ハンドトリートメントか整体を選択して  
いただきます(お1人様10分間です)  
講師: 水越朋美氏(アロマ&ボディセラピスト)  
費用: アロマ代 100円  
定員: 12名(保育はありませんが側でござります)  
申込: 1日(木)9:00より

## 「ふれ合い音楽会」~音楽で遊ぼう~

3日(土)1:30~3:30 地域文化創造館  
出演: 詩吟教室 第5会議室



キーボードの会  
オハナ(ゴスペル)  
巣鴨小学校コーラス部  
楽しいコーラス

主催: 区民ひろば南大塚運営協議会

## おおつか茶かもん

2月6日(火)13:30~15:00 1階 教養室1  
テーマ「和食のマナーとお箸の使い方」

講師 西森 すみ子氏

2月19日(月)13:30~15:00 1階 教養室1

テーマ「お坊さんに聞いてみよう」  
~人生が拓ける心の持ち方~

区民ひろばに常駐するCSWさんが主催する  
事業です。みなさまお気軽にご参加ください。

## 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。
マーじゃん	金・土曜日	9:30~12:00	毎回9:30に抽選で参加者を決めます。 3日(土)はありません。
カラオケ	月曜日	9:30~11:45	9:30に抽選で歌う順番を決めます。
家庭内転倒事故予防講座	15日(木)	13:30~14:30	転倒予防と脳トレ体操 埼玉県立大学教授 中村 裕美氏

## 交流プログラム

民謡を楽しむ会	14日(水)	13:30~14:30	(1階) 指導 石橋 明氏、三味線 木村 てる江氏、鴨下 達夫氏、 尺八 国分 貞雄氏
イオ カンターレ	21日(水)	10:30~11:30	(1階) ピアノの伴奏で、皆で歌いましょう。 平山 智香子氏
フォークソング& オールディーズ	17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
南大塚歌声ひろば	28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
子育てサロン さくらんぼ	14日(水)	10:45~	「お話し工作」(ひなかざり) 主催 巣鴨地区民生児童委員協議会
親子リトミック	8日(木)	10:45~11:10	0歳児クラス(5ヶ月以上) どなたでも
		11:20~11:50	1・2歳児クラス 登録制 講師: 吉永 映子氏
ベビータイム	6日(火)	11:00~11:30	0歳の赤ちゃん集まれ! 「ふれあいあそび・うたあそび」をしましょう!
おはなしルーム	21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	26日(月)	10:45~	10:45~ 2月の誕生会 11:00~「お店屋さんごっこ」
ミニミニアスレチック	2・16日(金)	9:30~11:50	トランポリンや平均台、トンネル、ボールハウスで遊びましょう。
わくわく紙芝居	2・16日(金)	11:40~	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!
		25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 いっしょにフレンズとしま	4日(日)	11:20~11:50	「絵本読み聞かせ」ですてきな絵本に出会ってください!

## 運営協議会主催事業

らくらく健康大学	9・23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	10日(土)・20日(火)	10:30~	(1階) 講師 竹野 岳游氏
吹矢教室	16日(金)	13:30~	(2階) 指導 スポーツ吹矢協会目白高南支部

【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。

