

『手作り
ランチョンマット』
2月27日(火) 10:00~
3月 5日(火) 10:00~
(2回レッスン)
パッチワークキルトで
作ってみませんか?
◆定員：10名
◆材料費：400円
1階窓口にて受付中
(材料費を添えて
お申込みください)

『防災展』
3月8日(金)・9日(土) 10:00~16:00
~その時！火事を出さないためにあなたができること~

- ◆講演
・豊島区防災危機管理課
3/8(金) 10:00~
- ◆避難所運営ゲーム
「HUG」
3/9(土) 10:00~
- ◆消火器体験
3/8(金) 10:30~
- ◆AED講習
3/8(金) 11:00~
・池袋消防署 高松出張所
- ◆販売
・宮城物産販売
3/8(金)・9(土)
11:30~15:00
・ポップコーン
・フランクフルト
3/8(金)・9(土)
11:30~16:00
- ◆防災クイズラリー
クイズを探して答えて
ポップコーンをもらおう!
3/8(金)・9(土)
10:00~16:00
- ◆展示
・高松小5年生安全マップ
・高松二・三丁目町会
・関東大震災 写真 他

『高松寄席』
3月23日(土) 10:00~
出演：春風亭傳枝師匠
◆対象：どなたでも
当日会場へお越しください

『池袋防災館ツアー』
3月25日(月) 13:00~14:40
防災館を巡ります
◆消火器・煙体験
◆震度7体験 定員：15名
※現地集合・解散
※詳細はお問合せください
3/4(月)より1F窓口にて受付開始
(電話可)

いきいきプログラム

事業名	日程	時間	定員	内容	受付開始
脳と体のトレーニング	25日(月)	10:00~	20名	読み・計算・クイズなど 楽しく脳トレします	当日お越し下さい
音楽でリラックス	14日(木)	10:30~11:45	18名	講師：仲里潔子氏	当日お越し下さい
プラチナトレーニング	15日(金)	10:00~	20名	講師：杉浦重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員	当日お越し下さい
達ちゃんのスッキリ体操	22日(金)	10:00~11:15	20名	講師：及川達平氏 文寿整骨院副院長	当日お越し下さい
ハツラツ民謡	22日(金)	13:30~	10名	講師：相沢和子氏	当日お越し下さい
高齢者くらしの相談	19日(火) 25日(月)	14:30~15:00 11:00~11:30	なし	高齢者総合相談センター	当日お越し下さい
まちの相談室	22日(金)	10:00~	なし	区の専門職の方が相談にお応えします	当日お越し下さい

子育てプログラム

おめでとう お誕生日	22日(金)	10:30~11:00	7組	誕生日月1、2才のお子さんにお誕生日カードプレゼント (誕生日月ではない方もご参加できます)	3/1(金)
大きくなったかな!	6日(水)	11:00~11:50	10組	高松第二保育園の看護師による身体測定 対象：概ね1才までの乳児と保護者	2/14(水)
ベビーマッサージ	11日(月)	11:00~11:40	10組	講師：橋田静穂氏 対象：3カ月から8カ月程度の乳児と保護者	2/19(月)
ママのからだメンテナンス	18日(月)	13:30~14:30	10名	子育てママの疲れをとるための体操とお話 講師：藤原祥了氏(柔道整復師)	2/26(月)
親子で音楽あそび	5日(火)	10:30~11:15	10組	講師：下澤明夜氏・対象：3ヶ月から11ヶ月	2/13(火)
親子でうんどう	15日(金)	11:00~11:40	10組	講師：増宮貴志氏 対象：2、3才の未就園児と保護者	2/22(木)
わくわくパーク	8日(金)	10:30~11:10	10組	対象：1、2才のお子さんと保護者	当日お越し下さい
おはなし会	8日(金)	11:15~11:35	なし	豊島区中央図書館読み聞かせボランティア	当日お越し下さい
ちょこっとタイム	平日午前(事業がない時)		なし	親子で手あそびや体操	当日お越し下さい

どなたでもプログラム

ガーデンの日	12日(火) 26日(火)	10:00~		フラワーフェスタに向けてガーデン作り (ボランティア募集中)	当日お越し下さい
折り紙の日	19日(火)	10:00~	16名	季節などの折り紙をなごやかに折ります	当日お越し下さい
エンジョイ! 音楽	19日(火)	13:30~	18名	色々なジャンルのレコード・CDを楽しく聴きます	当日お越し下さい
ポッチャをやろう	18日(月)	10:00~	なし	楽しくポッチャをやります	当日お越し下さい
うたdeランド	27日(水)	13:30~14:30	26名	ピアノの生演奏で懐かしい歌を楽しく歌います	当日お越し下さい

仲良しグループカラオケ
来月分の申込は3月5日(火)9:30~
※グループ登録制

テレビ体操
1階 毎朝 9:30~

Café こかげ
今月の営業日
5日(火)、6日(水)、7日(木)
12日(火)、13日(水)
営業時間 11:00~16:00

ファーム高松
15日(金)
29日(金)
13:30~14:30

たけのこクラブ
(小学生の学習支援)
毎週火曜日
17:00~
3月は
5日、12日、19日

『スマホ
よろず相談』
3月18日(月)
11:30~
講師：岩井祐樹氏
(高齢者生活支援推進員)


LINEお友達登録
お願いします★

一部事業は事前申込制です
募集は豊島区在任優先

2024年 区民ひろば高松 3月カレンダー

〒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	<div style="border: 2px dashed red; padding: 5px;"> 教：教養室 9:00～12:00 教・前：教養室 13:00～14:45 教・後：教養室 15:00～16:45 区：区民集会室 風：風のひろば </div>				貸室 9:00～ 事業部会	オレンジキーボード	高松二丁目町会		
	区					いろは水墨画サークル	NPO理事会			
風										
午後	教・前		どなたでもプログラム							
	教・後		いきいきプログラム							
	区		子育てプログラム					高松二丁目町会		
風	☕: Caféこかげ営業日						のりものタイム 13:00～15:50			
			4	カラオケ 抽選日 5 ☕		6 ☕	7 ☕	8	9	10
午前	教			太極拳豊島同好会		みのり体操	事業準備	防災展 10:00～	防災展 10:00～	ストーク千川 管理組合
	区		短期通所型C	手づくりランチオンマツ 10:00～						
	風		親子で音楽遊び 10:30～	大きくなったかな! 11:00～		わくわくパーク10:30～ おはなし会11:15～				
午後	教・前			太極拳さくら会	事業準備	防災展	防災展	仲良し グループカラオケ 13:15～		
	教・後			アロハロケラニ						
	区									
風	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50				
		11	12 ☕	13 ☕	14	15	16	17		
午前	教		太極拳豊島同好会	いろは水墨画サークル	音楽でリラックス 10:30～	プラチナトレーニング 10:00～	オレンジキーボード	高松三丁目 第3アパート自治会		
	区	短期通所型C	ガーデンの日 10:00～		朗読会・豆の木		千川一丁目町会			
	風	ベビーマッサージ 11:00～				親子でうんどう 11:00～				
午後	教・前	パッチワークキルト	緑の会	太極拳さくら会	アロハロケラニ		水彩画同好会	フードサポート		
	教・後							たかまつヨーガの会		
	区					句楽会				
風	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	卓美会	のりものタイム 13:00～15:50				
		18	19 高齢者 くらしの相談	20	21	22 まちの 相談室	23	24		
午前	教	結アロマ	太極拳豊島同好会	<div style="text-align: center;"> <p>休館日</p> <p>春分の日</p>  </div>	朗読会・豆の木	達ちやんのスッキリ体操 10:00～	高松寄席 10:00～			
	区	短期通所型C	折り紙の日 10:00～		楽しい スクラップブックング		おめでとうお誕生日 10:30～			
	風	ポッチャをやろう 10:00～								
午後	教・前	高松二丁目町会	エンジョイ!音楽 13:30～		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 13:15～		
	教・後					事業準備	たかまつヨーガの会			
	区						ハツラツ民謡 13:30～			
風	ママのからだメンテナンス 13:30～	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50		のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50			
		25 高齢者 くらしの相談	26		27	28	29	30	31	
午前	教	脳と体のトレーニング 10:00～	太極拳豊島同好会		みのり体操			パソコンクラブ		
	区		ガーデンの日 10:00～							
	風									
午後	教・前	パッチワークキルト	緑の会	うたdeランド 13:30～	いきいき筋力体操	足つぼステップ &ストレッチ	水彩画同好会			
	教・後									
	区				実用書道					
風	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	卓美会	のりものタイム 13:00～15:50					

🗑️ 廃食油回収 令和6年3月25日(月) 9:00～12:30 玄関前 【毎月第4月曜日/祝日の場合は翌日】

* 予定は変更されることがあります。ご了承下さい。