

『クリスマス会』

12月11日(水) 10:30~11:15
(受付開始: 10:10)

クリスマスコンサートを楽しもう!
出演: ◆ソプラノ: 下澤明夜氏
◆ピアノ: 鈴木美穂氏
サンタさんもやってくるよ!
◆定員: 20組
◆対象: 未就学児とその保護者
11/15(金)より2階窓口にて受付開始 (電話可)

『ホワイトフェスタ クラシックコンサート』

12月15日(日) 10:00~

曲目: サウンド・オブ・ミュージック・メドレー
おもちゃのシンフォニー
クリスマスメドレー 他
出演: アンサンブル・フリージア Jr.
当日会場へお越しください

「つなぐつながる
ひろばのWA!」

ひろばをめぐって
スタンプボン!

11月1日(水)~
12月28日(木)
すべての区民ひろばで
スタンプラリーを
開催します。
スタンプを押して
景品をおもらおう!!

いきいきプログラム



※お申込みはすべて先着順です

事業名	日程	時間	定員	内容	受付開始
脳トレGO! (旧)脳と体のトレーニング	9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
Let's! 脳レク	23日(月)	10:00~	20名	レクリエーションゲームで身体機能の向上と 脳の活性化をはかろう!	当日お越し下さい
音楽でリラックス	12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	13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
達ちゃんのスッカリ体操	20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	27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	今月はありません			高齢者総合相談センター	
まちの相談室	13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	17日(火)	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)	11/26(火)
大きくなったかな!	4日(水)	10:45~11:45	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	11/13(水)
ベビーマッサージ	9日(月)	10:30~11:15	10組	対象: 3カ月から8カ月程度の乳児と保護者	11/18(月)
ママのからだメンテナンス	16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) 講師: 増宮貴志氏 対象: 2、3才の未就園児と保護者	11/25(月)
親子でうんどう	今月はありません				
親子で音楽あそび	3日(火)	10:30~11:10	10組	講師: 下澤明夜氏・対象: 3ヶ月から11ヶ月	11/12(火)
わくわくパーク	12日(木)	10:15~10:45	10組	対象: 1、2才のお子さんと保護者	11/21(木)
おはなし会	12日(木)	10:50~11:15	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)			親子で手あそびや体操	当日お越し下さい
キッズカータイム	土曜午前	9:30~11:30	なし	コンピカーで遊びながら交通ルールを学べます	当日お越し下さい
のりものタイム	午後随時 日曜午前	13:00~15:50 9:30~11:30	なし	三輪車、コンピカーなどで遊べます	当日お越し下さい
としま子育てサロン かるがも	10日(火)	10:45~11:30	15組	内容: 読みきかせとわらべうた 対象: 豊島区在住0~3才の乳幼児と保護者	11/19(火)
乳幼児健康相談 (長崎健康相談所による出張育児相談)	18日(水)	10:00~(3回制)	各5組	概ね1才までの身体測定・発育の相談等 主催: 長崎健康相談所 対象: 豊島区在住の方	申込先: 長崎健康相談所

どなたでもプログラム



ガーデンの日	10日(火) 24日(火)	10:00~	なし	お庭の手入れをした後、皆でお庭について話し合います (ボランティア募集中)	当日お越し下さい
折り紙の日	17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	17日(火)	13:30~15:30	なし	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	16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	25日(水)	13:30~14:30	26名	ピアノの生演奏で懐かしい歌を皆で歌います	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12月5日(木)9:30~
※グループ登録制

Café こかげ
今月の営業日
3日(火)、4日(水)、5日(木)
10日(火)、11日(水)、12日(木)
17日(火)、18日(水)、19日(木)
24日(火)、25日(水)
営業時間 11:00~14:00

ファーム高松
今月は
お休みです

たけのこクラブ
(小学生の学習支援)
毎週火曜日
17:00~
12月は
3日、10日
17日、24日

スマホ
よろず相談
12月16日(月)
11:00~
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
募集は豊島区在住優先

2024年 区民ひろば高松 12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 30	火 31	水	木	金	土	日 1
午前	教	休館日 	休館日 	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	どなたでもプログラム いきいきプログラム 子育てプログラム ☕：cafeこかげ営業日 			のりものタイム 9:30～11:30
	区風							
午後	教・前							
	教・後							
		2	3 ☕	4 ☕	5 ☕	6	7	8
午前	教	貸室抽選9:00～ 事業部会	太極拳豊島同好会	みのり体操		いろは水墨画サークル	パソコンクラブ	
	区風				オリーブキッズ		NPO理事会	
午後	教・前	高一さくら会	親子で音楽あそび 10:30～	大きくなったかな! 10:45～			キッズカータイム 9:30～11:30	のりものタイム 9:30～11:30
	教・後			太極拳さくら会	いきいき筋力体操			
				アロハロケラニ			たかまつヨーガの会	仲良し グループカラオケ
		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	のりものタイム 13:00～15:50
		9	10 ☕	11 ☕	12 ☕	13	14	15
午前	教	脳トレGO!	太極拳豊島同好会	みのり体操	音楽でリラックス	プラチナ トレーニング	オレンジキーボード	ホワイトフェスタ
	区風		ガーデンの日		朗読会・豆の木			
午後	教・前	ベビーマッサージ 10:30～	かるがも 10:45～	クリスマス会	わくわくパーク10:15～ おはなし会10:50～		キッズカータイム 9:30～11:30	
	教・後	パッチワークキルト	緑の会	太極拳さくら会		足つぼステップ& ストレッチ		
					句楽会		事業準備	
		のりものタイム 13:00～15:50	事業準備	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	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50
		16	17 ☕	18 ☕	19 ☕	20	21	22
午前	教	結アロマ	太極拳豊島同好会	みのり体操	朗読会・豆の木	いろは水墨画サークル	パソコンクラブ	
	区風		折り紙の日		楽しい スクラップブック	達ちゃんの スッキリ体操		
午後	教・前	ポッチャをやろう	おめでとうお誕生日 10:30～	乳幼児健康相談 10:00～			キッズカータイム 9:30～11:30	のりものタイム 9:30～11:30
	教・後	高一さくら会	エンジョイ!音楽	太極拳さくら会	いきいき筋力体操			
				アロハロケラニ			水彩画同好会	仲良し グループカラオケ
		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	のりものタイム 13:00～15:50
		☑ 23	24 ☕	25 ☕	26	27	28	29
午前	教	Let's! 脳レク	太極拳豊島同好会				オレンジキーボード	休館日 
	区風		ガーデンの日					
午後	教・前	パッチワークキルト	緑の会	うたdeランド	実用書道	足つぼステップ& ストレッチ	水彩画同好会	
	教・後							
						ハツラツ民謡		
		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12月23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。