



『納涼 うた de ランド』

27日(水) 13:30~

プチ良いことあり!

☆浴衣・甚平・アロハシャツを着てきた方☆

もちろんどんな服装でも参加できます!

涼しいところで楽しく歌いましょう♪

◆対象：どなたでも

当日会場へお越しください



『戦争を語り継ぐ2025』

～平和を引き継いでゆくには～

8日(金) 13:30~

講演 山田玲子氏(日本被団協)

読み聞かせ 「ひろしまのピカ」

「海を渡った折り鶴」

出演：ひさまつ読み聞かせの会

平和を願ってみんなで合唱

他

◆対象：どなたでも

当日会場へお越しください

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
脳トレGO!	8月はお休みです  熱中症にお気を付けください			読み・計算・クイズなど 楽しく脳トレします
Let's! 脳レク				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!
音楽でリラックス				講師：仲里潔子氏
プラチナトレーニング				講師：杉浦重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員
達ちゃんのスッキリ体操				講師：及川達平氏 文寿整骨院副院長
ハツラツ民謡				講師：相沢和子氏(毎月第2水曜日になりました)
高齢者くらしの相談				高齢者総合相談センター
まちの相談室				区の専門職の方が相談にお応えします

子育てプログラム



おめでとう お誕生日	27日(水)	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参加できます)	8/6(水)
大きくなったかな!	8月はお休みです  こまめな水分補給をしましょう			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	
ベビーマッサージ				対象：3ヵ月から8ヵ月程度の乳児と保護者	
ママのからだメンテナンス				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)	
親子で音楽あそび				講師：下澤明夜氏・対象：3ヶ月から11ヶ月	
わくわくパーク				対象：1才のお子さんと保護者	
おはなし会				豊島区中央図書館読み聞かせボランティア	
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
のりものタイム	午後随時 土日午前	13:00~15:50 9:30~11:30	なし	三輪車、コンビカーなどで遊べます	当日お越し下さい

どなたでもプログラム



ガーデンの日	5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)
折り紙の日	お休みです			季節などの折り紙をなごやかに折ります
エンジョイ! 音楽	8月はお休みです			色々なジャンルのレコード・CDを楽しく聴きます
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

仲良しグループカラオケ

来月分の申込は8月5日(火)9:30~

※グループ登録制



テレビ体操

1階
毎朝 9:30~

CSW

暮らしの何でも相談会
18日(月)
10:00~

Café こかげ

スープ&パン ランチの日

8月はお休みです

これからの営業予定

9/16(火) 10/14(火) 11/25(火)
営業時間12:00~14:00

たけのこクラブ

(小学生の学習支援)

毎週火曜日 17:00~

8月

お休みです



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

2025年 区民ひろば高松 8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	
		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 館内での靴下の着用をおねがいします				1	2	3	
午前	教					貸室抽選9:00~ 事業部会	パソコンクラブ	豊島区役所公園緑地課	
	区						のりものタイム 9:30~11:30	のりものタイム 9:30~11:30	
	風								
午後	教・前							仲良し グループカラオケ	
	教・後							豊島区役所公園緑地課	
	区					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	
	風								
		4	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	オレンジキーボード	休館日 	
	区		ガーデンの日						のりものタイム 9:30~11:30
	風								
午後	教・前	高一さくら会		太極拳さくら会	事業準備	戦争を語り継ぐ 2025	水彩画同好会		
	教・後			アロハロケラニ			たかまつヨーガの会		
	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			卓美会		
		11	12	13	14	15	16	17	
午前	教	休館日 			休館日 		パソコンクラブ	休館日 	
	区					池袋バイオリン ワークショップ	のりものタイム 9:30~11:30		
	風								
午後	教・前			太極拳さくら会					
	教・後						たかまつヨーガの会		
	区					池袋バイオリン ワークショップ			
	風		山の日	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
		18	19	20	21	22	23	24	
午前	教	結アロマ	太極拳豊島同好会	みのり体操	楽しい スクラップブックング	いろは水墨画サークル	オレンジキーボード	高三長寿会	
	区						グランシティ千川 管理組合	池袋バイオリン ワークショップ	
	風	ポッチャをやろう					のりものタイム 9:30~11:30	のりものタイム 9:30~11:30	
午後	教・前			太極拳さくら会	実用書道	足つぼステップ &ストレッチ	水彩画同好会	仲良し グループカラオケ	
	教・後	高一さくら会		アロハロケラニ				池袋バイオリン ワークショップ	
	区					高松二丁目町会			
	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		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
		25	26	27	28	29	30	31	
午前	教	休館日 	みのり体操 事業準備 おめでとう誕生日 10:30~11:00 納涼 うた de ランド	休館日 					
	区					のりものタイム 9:30~11:30	のりものタイム 9:30~11:30		
	風								
午後	教・前				パッチワークキルト	足つぼステップ &ストレッチ	高松二丁目町会		
	教・後								
	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

🗑 廃食油回収 令和7年8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。