



2026年

1月

# 区民ひろば高松

[http://www.toshima.ne.jp/~01\\_takam/](http://www.toshima.ne.jp/~01_takam/)

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



## 改修工事の実施のお知らせ

◎ブロック塀の改修工事 工事期間：令和7年11月10日(月)～令和8年3月19日(木) ※工事期間中、駐輪場は使用できません。  
工事に伴う騒音の発生等ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただけますようよろしくお願ひ申し上げます。



## 『節分のつどい』

30日(金) 13:30～

読み聞かせ  
出演  
ひさまつ  
読み聞かせの会

読み聞かせ終了後  
鬼と一緒に  
ゴーゴー  
フィーバー！

豆のお土産  
ありマスク



## 『新年のつどい』

7日(水) 11:00～

琴演奏・寿獅子舞

出演：水鼓の会

終了後、お汁粉をどうぞ！

当日会場へお越しください



## 謹賀新年

本年も区民ひろば高松を  
どうぞよろしく  
お願ひいたします。

スタッフ一同



## 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！	19日(月)	10:00～	20名	読み・計算・クイズなど 楽しく脳トレします
Let's! 脳レク	26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！
音楽でリラックス	8日(木)	10:30～11:45	18名	講師：仲里潔子氏
プラチナトレーニング	9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
達ちゃんのスッキリ体操	23日(金)	10:00～11:00	20名	講師：及川達平氏 文寿整骨院副院長
高齢者くらしの相談	19日(月)	11:10～	なし	高齢者総合相談センター
まちの相談室		今月はお休みです		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	28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 (誕生日ではない方も参加できます)	1/7(水)
大きくなったかな！	7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	12/17(水)
ベビーマッサージ		今月はお休みです		対象：3ヶ月から8ヶ月程度の乳児と保護者	
ママのからだメンテナンス	19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)	12/22(月)
親子で音楽あそび	6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	12/16(火)
わくわくパーク	8日(木)	10:15～10:45	10組	対象：1才のお子さんと保護者	12/18(木)
おはなし会	8日(木)	10:50～11:10	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、コンピ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	13日(火) 27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	20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	
ボッチャをやろう	19日(月)	10:00～	なし	楽しくボッチャをやります	
うたdeランド	28日(水)	13:30～14:30	36名	ピアノの生演奏で懐かしい歌を皆で歌います	

仲良しグループカラオケ  
来月分の申込は1月6日(火)9:30～  
※グループ登録制

Caféこかけ  
スープ&パン ランチの日  
1/20(火)  
これから営業予定  
2/3(火)、2/10(火)  
3/3(火)、3/17(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～

1月は  
13日、20日、27日

テレビ体操  
1階  
毎朝 9:30～

一部事業は  
事前申込制です  
募集は豊島区在住優先



LINE お友達登録  
お願いします★

CSW  
暮らしの何でも相談会  
7日(水) 11:00～

# 2026年 区民ひろば高松 1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



■ 廉食油回収 令和8年1月26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。