



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お願い申し上げます。



『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
ありマスロ

『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

ミニお年賀も
あるよ!

謹賀新年

本年も区民ひろば高松を
どうぞよろしく
お願いいたします。

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 (誕生日月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	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
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	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
ポッチャをやろう	19日(月)	10:00～	なし	楽しくポッチャをやります
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

CSW

暮らしの何でも相談会
7日(水) 11:00～

Café こかげ
スープ&パン ランチの日

1/20(火)

これらの営業予定
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★

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

		月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3	4
午前	教	<div>  <div> 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> </div>			<div>  休館日 お正月 明けまして  かな </div>	<div>  休館日 </div>	<div>  休館日 </div>	<div>  休館日 </div>
	区							
	風							
午後	教・前	<div> 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 </div>			<div>  館内での 靴下の着用を お願いします </div>			
	教・後							
	区							
		5	6	7	8	9	10	11
午前	教	貸室抽選9:00～ 事業部会	太極拳豊島同好会	新年のつどい	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	
	区						NPO理事会	
	風		親子で音楽あそび 10:30～	大きくなったかな！ 10:45～	わくわくパーク10:15～ おはなし会10:50～		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		事業準備		いきいき筋力体操	足つぽステップ& ストレッチ	水彩画同好会	仲良し グループカラオケ
	教・後			アロハロケラニ				
	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	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
		12	13	14	15	16	17	18
午前	教	<div>  休館日 成人の日 </div>	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	高松交友会
	区		ガーデンの日		楽しい スクラップブック			
	風					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		緑の会	太極拳さくら会				
	教・後						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	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
		19	20	21	22	23	24	25
午前	教	脳トレGO！	太極拳豊島同好会	みのり体操	朗読会・豆の木	達ちゃんの スッキリ体操	オレンジキーボード	高三長寿会
	区							
	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		エンジョイ！ 音楽	太極拳さくら会	いきいき筋力体操	足つぽステップ& 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				
	区							
		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	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
		26	27	28	29	30	31	
午前	教	Let's！脳レク		みのり体操	朗読会・豆の木	事業準備	パソコンクラブ	
	区		ガーデンの日					
	風			おめでとうお誕生日 10:30～			のりものタイム 9:30～11:30	
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	節分のつどい	たかまつヨーガの会	
	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	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。