



<https://sites.google.com/view/kumin-hiroba-takamatsu>

『戦争を語り継ぐ2026』

～ふたたび広島・長崎を～

7日(金) 13:30～

◆朗読会

朗読者：尾崎節子氏 (劇団 東演)

演目：空罐 / 林 京子 作

朗読者：関 純子氏 (ちょっといい話の会)

演目：広島がヒロシマになった日 / 井上ひさし 作



◆みんなで語ろう戦争体験 司会：浅木 勝氏

◆平和を願って歌う

独唱：恩田嘉一氏 「鶴」

合唱：混声合唱団 緑の会 「千羽鶴」「一本の鉛筆」

「アメイジンググレース」

終了後、Café こかげにて喫茶あり(有料)

◆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



『納涼 うたdeランド』

26日(水) 13:30～

ピアノの生演奏で懐かしい歌をみんなで歌います

歌のあとは楽しいゲームでお祭り騒ぎ!!

浴衣・甚平・アロハシャツを着てきた方にはミニプレゼント!

◆対象：どなたでも

当日会場へお越しください

『としまアート夏まつり』

5日(水) 10:30～

よみしばい『おやゆび姫』

世界の名作を分かりやすくしたおしほいです

◆対象：乳幼児・親子・小学生 ◆定員：30名

2階窓口にて受付中

(電話可 03-3973-7420)

アーバンスポーツ体験会

■会期：8月19日(水) 10～12時、13～15時30分

インストラクターが

やさしく指導!

■会場：区民ひろば高松

初めての方もお気軽にご参加ください

事業名	日程	時間	定員	内容
脳トレGO!	8月はお休みです			読み・計算・クイズなど、楽しく脳トレします
Let's! 脳レク				としまる体操と楽しいレクリエーションをします
元気おながくタイム (旧音楽でリラックス)				音楽でみんな元気! 楽しい時間を過ごそう
プラチナトレーニング				講師：木内愛弓氏 講師：杉浦重子氏 NPO法人東京トリム体操協会指導員
達ちゃんのスッカリ体操				講師：及川達平氏 文寿整骨院副院長
新事業! しっかり☆タカザップ	24日(月)	10:00～11:00	20名	DVDを見ながらとしまる体操をフルコースでやります
高齢者くらしの相談	今月はお休みです			西部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



※お申込みはすべて先着順です



おめでとう お誕生日	26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)	8/3(月)
大きくなったかな!	8月はお休みです			高松第二保育園の看護師による身体測定	
ベビーマッサージ				対象：概ね1才までの乳児と保護者	
ママのからだメンテナンス				対象：3ヵ月から8ヵ月程度の乳児と保護者	
親子で音楽あそび				子育てママの疲れをとるための体操とお話	
わくわくパーク				講師：藤原祥了氏(柔道整復師)	
おはなし会				講師：下澤明夜氏・対象：3ヶ月から11ヶ月	
Happy!! Danceタイム (旧ちょこっとタイム)	平日10:30～(事業がない時)		なし	対象：1才のお子さんと保護者	
GO! GO! コンビカー	金曜随時	9:30～11:30	なし	豊島区中央図書館読み聞かせボランティア	
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	楽しくダンスをしてスタンプをあつめよう! 今月は「アンパンマンマーチ」♪	当日お越し下さい
				楽しく好きなコンビカーであそぼう!	当日お越し下さい
				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	8月はお休みです			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)
エンジョイ! 音楽				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				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：8月5日(水)9:30～
※グループ登録制

Café こかげ

8月はお休みです

これからの営業予定

スープ&パン ランチの日 9/15(火)

パン・ランチの日 9/29(火)

営業時間 11:30～

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★

夏の自習室

7/21(火)～8/31(月)

平日(休館日除く)

10時～16時

CSW

暮らしの何でも相談会

26日(水) 10:30～

2026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
		31					1	2
午前	教		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	 館内での靴下の着用をおながいします			スマホPCクラブ	
	区	NPO理事会					池袋バイオリン ワークショップ	
	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						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					
	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		
		3	4	5	6	7	8	9
午前	教		休館日 	みのり体操		事業準備	オレンジキーボード	高松交友会
	区	貸室抽選9:00～ 事業部会		としまアート夏まつり 10:30～11:15		Go!Go!コンピカー 9:30～11:30	のりものタイム 9:30～11:30	池袋バイオリン ワークショップ
	風			太極拳さくら会		戦争を語り継ぐ 2026	水彩画同好会	のりものタイム 9:30～11:30
午後	教・前			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
	教・後	高一さくら会						
	区							
風	のりものタイム ～14：00前々日準備		のりものタイム 14:00～15:50	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	
		10	11	12	13	14	15	16
午前	教		休館日 			休館日 	スマホPCクラブ	
	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			太極拳さくら会	いきいき筋力体操			
	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	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	
		17	18	19	20	21	22	23
午前	教		太極拳豊島同好会	みのり体操				高三長寿会
	区			アーバンスポーツ 体験会	ストレッチ&リズム ダンスエクササイズ	楽しいスクラップ ブックング		ジオ千川管理組合
	風					Go!Go!コンピカー 9:30～11:30	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			高松二丁目町会	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		足つぽステップ& ストレッチ			
	区							
	風	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	アーバンスポーツ 体験会	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	のりものタイム 13:00～15:50
		24	25	26	27	28	29	30
午前	教	しっかり☆タカザップ	太極拳豊島同好会	みのり体操		いろは水墨画サークル	オレンジキーボード	
	区							ランドステージ豊町 イグジスト管理組合
	風			おめでとうお誕生日 10:30～11:00		Go!Go!コンピカー 9:30～11:30	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			納涼 うたdeランド	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	
	教・後					たかまつヨーガの会		
	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	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6年8月24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。