2026年 12月 区民ひろば高松

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

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

『クリスマス会』

17日(木) 10:30～11:15
(受付開始：10:15)
出演：劇団ぽけっと
お芝居とクリスマス会を楽しもう！
サンタさんもくるよ♪
◆定員：30組
◆対象：未就学児とその保護者
11/24(火)より2階窓口にて受付開始

『ホワイトフェスタ』

～クラシックコンサート～
5日(土) 10:00～
大人から子どもまで楽しめる
素敵なクラシックコンサートを
お楽しみください♪
出演：アンサンブル・フリージアJr.
対象：どなたでも
当日会場へお越しください
※終了後、有料喫茶有

『季節の健康ハーブクッキング』

15日(火) 10:30～
講師：飛鷹美里氏 (ハーブセラピスト)
【内容】
「ハーブで楽しむクリスマスメニュー」
◆対象：65歳以上 ◆定員：12名 ◆参加費：500円
11/24(火)より1階窓口にて受付開始
(参加費を添えてお申込みください)

2026
つなぐ・つながる・ひろばのWA！
スタンプラリー
ひろばをめぐってスタンプポン！
11月1日(日)～12月27日(日)

いきいきプログラム

事業名	日程	時間	定員	内容
脳トレGO！	7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	14日(月)	10:00～	20名	としまる体操と楽しいレクリエーションをします
元気おんがくタイム (旧音楽でリラックス)	10日(木)	10:30～11:30	18名	音楽でみんな元気！楽しい時間を過ごそう 講師：木内愛弓氏
プラチナトレーニング	11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	25日(金)	10:00～11:00	20名	講師：及川達平氏　文寿整骨院副院長
しっかり☆タカザップ	7日(月)	13:30～	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	25日(金)	10:50～	なし	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	23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 (誕生月ではない方も参加できます)	12/2(水)
大きくなったかな！	2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	受付中
ベビーマッサージ	14日(月)	10:30～11:15	10組	対象：3ヵ月から8ヵ月程度の乳児と保護者	11/19(木)
ママのからだメンテナンス	25日(金)	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：藤原祥子氏(柔道整復師)	12/4(金)
親子で音楽あそび	15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	11/24(火)
わくわくパーク	10日(木)	10:15～10:45	10組	対象：1才のお子さんと保護者	11/19(木)
おはなし会	10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
ハッピー!!Danceタイム (旧ちょこっとタイム)	平日随時	10:30～	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
GO！GO！コンビカー	金曜随時	9:30～11:30	なし	楽しく好きなコンビカーであそぼう！	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	15日(火) 22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)
エンジョイ！音楽	22日(火)	13:30～15:00	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	21日(月)	10:00～	なし	楽しくボッチャをやります
うたdeランド	23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：12月7日(月)9:30～
※グループ登録制

CSW
暮らしの何でも相談会
25日(金)13:30～

Café こかげ
スープ&パン　ランチの日　12/22(火)

これからの営業予定
スープ&パン　ランチの日　1/19(火)
パン・ランチの日　1/26(火)

テレビ体操
1階
毎朝 9:30～

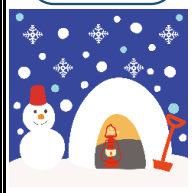
一部事業は
事前申込制です
募集は豊島区在住優先

LINEお友達登録
お願いします★

2026年 区民ひろば高松 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	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5	6
午前	教	館内での靴下の着用をおねがいします		みのり体操	フレイルチェック	いろは水墨画サークル	ホワイトフェスタ	
午前	区		貸室抽選9:00～事業部会		朗読会・豆の木	事務局長会		
午前	風			大きくなったかな！10:45～11:45		Go！Go！コンビカー 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		緑の会	太極拳さくら会	いきいき筋力体操	事業準備		
午後	教・後			アロハロケラニ				
午後	区						ＮＰＯ理事会	
午後	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
		7	8	9	10	11	12	13
午前	教	脳トレGO！	休館日	みのり体操	元気おんがくタイム	プラチナトレーニング	オレンジキーボード	
午前	区							
午前	風				わくわくパーク10:15～ おはなし会10:50～	Go！Go！コンビカー 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	しっかり☆タカザップ		太極拳さくら会		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
午後	教・後	高一さくら会					たかまつヨーガの会	
午後	区				句楽会			
午後	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	のりものタイム 13:00～15:50
		14	15	16	17	18	19	20
午前	教	Let's！脳レク	太極拳豊島同好会	正しい歩き方講座	いろは水墨画サークル	休館日	スマホＰＣクラブ	
午前	区		ガーデンの日		楽しい スクラップブッキング			
午前	風	ベビーマッサージ 10:30～11:15	親子で音楽あそび 10:30～11:10		クリスマス会 10:30～11:30		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	パッチワークキルトサークル	緑の会		いきいき筋力体操			
午後	教・後			アロハロケラニ				
午後	区		珠鵬吟詠会					
午後	風	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50	事業準備	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
		21	22	23	24	25	26	27
午前	教		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
午前	区		ガーデンの日					
午前	風	ボッチャをやろう		おめでとうお誕生日 10:30～11:00		Go！Go！コンビカー 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	パッチワークキルトサークル	エンジョイ！音楽	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	仲良しグループ カラオケ
午後	教・後	高一さくら会					たかまつヨーガの会	
午後	区		珠鵬吟詠会					
午後	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	ママのからだメンテナンス 13:30～14:30	のりものタイム 13:00～15:50	のりものタイム 13:00～15:50
		28	29	30	31	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		
午前	教		休館日	休館日	休館日			
午前	区							
午前	風							
午後	教・前							
午後	教・後							
午後	区	事業準備						
午後	風	のりものタイム 13:00～15:50						

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



廃食油回収 令和8年12月28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。