



2026年
4月

区民ひろば高松

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



ひろばまつり

『フラワーフェスタ』

25日(土) 10:00 ~ 14:00

☆オープンガーデンもお楽しみください☆

- 10:00 オープニングセレモニー
ピアノ連弾ミニコンサート
出演：荻嶋梨花氏・木藤舞音氏
 - 10:45 フラダンス(キッズ)
出演：高松自主サークル
フラサークルMANA
 - 11:30 パン & しあわせのじゃがりター & 飲物販売
 - 12:00 鉢植え販売
 - 13:00 みんなde参加♪ハッピータイム
 - 13:30 フィナーレ
フラダンス
出演：高松自主サークル アロハロケラニ
- ※時間に変更になる場合があります

『オープンガーデン』

区民ひろば高松の庭を公開します
かわいい草花をお楽しみください

4月1日(水)~5月14日(木)
10:00~16:00
(4月25日は14:00まで)
休館日は入れません
(4/7・17・29、5/4・5・6)

『NPO法人おおきな木 第14回 通常総会』

16日(木) 10:00~

『としまる体操』

20日(月) 10:00~11:00

◆対象：65歳以上 ◆定員：20名
4/2日(木)より1階窓口にて受付開始(電話可)

♪あきワクタイム♪ 『百人一首de脳トレ』

30日(木) 10:00~

当日お越し下さい
◆対象：65歳以上

『サークル代表者会』

1日(水) 貸室終了後9:45~(予定)
サークル代表者の方はご出席下さい

いきいきプログラム



事業名	日程	時間	定員	内容
脳トレGO!	13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	27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!
元気おんがくタイム (旧音楽でリラックス)	9日(木)	10:30~11:45	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
ブラチナトレーニング	10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	24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	20日(月)	11:00~	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



※お申込みはすべて先着順です



おめでとう お誕生日	22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)	4/1(水)
大きくなったかな!	今月はお休みです			高松第二保育園の看護師による身体測定 対象：概ね1才までの乳児と保護者	
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	24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：藤原祥了氏(柔道整復師)	4/3(金)
親子で音楽あそび	14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	3/24(火)
わくわくパーク	9日(木)	10:15~10:45	10組	対象：1才のお子さんと保護者	3/19(木)
おはなし会	9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)		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	14日(火) 21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	21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
ポッチャをやりよう	6日(月)	10:00~	なし	楽しくポッチャをやります
うたdeランド	22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
4月6日(月)9:30~
※グループ登録制

Café こかげ

スープ&パン ランチの日 4/21(火)
パン・ランチの日 4/28(火)

これからの営業予定
スープ&パンランチの日 5/12(火)
パン・ランチの日 5/26(火)
営業時間 12:00~14:00

お知らせ

たけのこクラブは小学生の学習支援)
2026年3月をもって閉会いたしました
皆さまのご支援に心より感謝申し上げます

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

CSW

暮らしの何でも相談会
13日(月) 10:00~