



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

地域で祝う

『敬老のつどい』

11日(金) 10:00~

【1部】

90歳以上の方ご紹介
高松第二保育園

園児の出演

高松小学校3年生による

歌・クイズなど

【2部】

講演を楽しもう

出演：田辺凌鶴先生

※終了後、軽食会あり

協力：長崎第二地区民生委員・児童委員協議会
豊島区立高松小学校、高松第二保育園

◆対象：どなたでも
当日会場までお越しください

『文化祭
サークル代表者会』

9月1日(火)

貸室終了後

9:45頃から開催

サークル代表の方は
ご出席ください

いきいきプログラム

事業名	日程	時間	定員	内容
脳トレGO!	14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	28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
元気おながくタイム (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	4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
新事業! 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	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	10日(木)	10:00~12:00	なし	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

事業名	日程	時間	定員	内容	備考
おめでとう お誕生日	30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)	9/9(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	8/12(水)
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	8/24(月)
ママのからだメンテナンス	今月はお休みです			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)	
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	8/25(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	8/20(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!コンピカー	金曜随時	9:30~11:30	なし	楽しく好きなコンピカーであそぼう!	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、コンピカーなどで遊べます	当日お越し下さい
おでかけ相談	3日(木)	10:00~11:00	なし	豊島区東部子ども家庭支援センターによる育児相談	当日お越し下さい
食育講座	16日(水)	10:30~	10組	お話「自分で食べたい」主催：長崎健康相談所 対象：1才前後の乳幼児と保護者	8/26(水)

どなたでもプログラム

ガーデンの日	15日(火) 29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	17日(木)	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
ポッチャをやろう	7日(月)	10:00~	なし	楽しくポッチャをやります
うたdeランド	30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：9月7日(月)9:30~

※グループ登録制

CSW

暮らしの何でも相談会

11日(金)10:00~

Café こかげ

スープ&パン ランチの日 9/15(火)

パン・ランチの日 9/29(火)

これからの営業予定

スープ&パン ランチの日 10/13(火)

パン・ランチの日 10/20(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★



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

地域で祝う

『敬老のつどい』

11日(金) 10:00~

【1部】

90歳以上の方ご紹介
高松第二保育園

園児の出演

高松小学校3年生による

歌・クイズなど

【2部】

講演を楽しもう

出演：田辺凌鶴先生

※終了後、軽食会あり

協力：長崎第二地区民生委員・児童委員協議会
豊島区立高松小学校、高松第二保育園

◆対象：どなたでも
当日会場までお越しください

『文化祭
サークル代表者会』

9月1日(火)

貸室終了後

9:45頃から開催

サークル代表の方は
ご出席ください

いきいきプログラム



事業名	日程	時間	定員	内容
脳トレGO!	14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	28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
元気おながくタイム (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	4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
新事業! 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	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	10日(木)	10:00~12:00	なし	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	30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)	9/9(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	8/12(水)
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	8/24(月)
ママのからだメンテナンス	今月はお休みです			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)	
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	8/25(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	8/20(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!コンピカー	金曜随時	9:30~11:30	なし	楽しく好きなコンピカーであそぼう!	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、コンピカーなどで遊べます	当日お越し下さい
おでかけ相談	3日(木)	10:00~11:00	なし	豊島区東部子ども家庭支援センターによる育児相談	当日お越し下さい
食育講座	16日(水)	10:30~	10組	お話「自分で食べたい」主催：長崎健康相談所 対象：1才前後の乳幼児と保護者	8/26(水)

どなたでもプログラム



ガーデンの日	15日(火) 29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	17日(木)	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
ポッチャをやろう	7日(月)	10:00~	なし	楽しくポッチャをやります
うたdeランド	30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：9月7日(月)9:30~

※グループ登録制

CSW

暮らしの何でも相談会

11日(金)10:00~

Café こかげ

スープ&パン ランチの日 9/15(火)

パン・ランチの日 9/29(火)

これからの営業予定

スープ&パン ランチの日 10/13(火)

パン・ランチの日 10/20(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★