

がやがや だより

2024
春

Vol.23 Mar 2024

世田谷区立健康増進・交流施設
せたがやがやがや館

東京都世田谷区池尻 2-3-11 3・4階
Tel. 03-6450-7908
休館日：第3日曜・年末年始(12/28~1/4)
HP <http://www.gayagayakan.jp>
FB <http://www.facebook.com/gayagayakan.jp>
IG <http://www.instagram.com/gayagayakan/>



HP



Facebook



GAYAGAYAKAN

指定管理者
株式会社オーエンス

O-ENCE

運動室より

★土曜日11:15~ローテーション
プログラム
3/2, 16, 30 リンパストレッチ
3/9, 23 週末リセットヨガ
詳しくはプログラム表、ホーム
ページをご覧ください！



★InBody計測

体組成計で身体の状態を計測でき
ます！日頃の運動成果や、目標設定に
役立ててみてはいかがでしょうか。
1回500円で計測できます。詳しくは
スタッフにお尋ねください。



☆夜トレ

火曜・木曜18~22時
夜間も運動室が使えます。
学校やお仕事帰りにぜひ
ご利用ください。



★無料プログラム実施中！

火曜日 9:30~9:45 ストレッチ
木曜日 9:45~10:00 ストレッチ
土曜日 9:30~9:45 筋トレ

※運動室利用料のみで
ご参加いただけます。



レストラン アルトマーレ



〈営業時間〉
11:00~18:00
(ラストオーダー17:30)
11:00~14:30 ランチメニュー
14:30~17:30 カフェメニュー



テイクアウト
メニューもご
ざいます。お
気軽にお問
合ください。
☎6450-7918

3階ラウンジ のご紹介

3階には休憩用のラウ
ンジスペースをはじめ、
電位治療器「スカイウェ
ル」、自動販売機、コ
ピー機がございます。区
内施設等のチラシも配架
しています。ご活用くだ
さい。



貸室のご案内

交流室、多目的室、※娯
楽室、※運動室は、区外
の方でも利用可能です。中
でもステージや楽屋、カラ
オケ機器等を備えた交流
室は、約90名収容、音響
&映像設備もあり、発表
会や会合などにお使い頂
けます。
(※印のお部屋は夜間のみ)



お部屋のご見学
もできます！

イベントカレンダー

お申込み、お問合せはお電話か窓口で。※申込開始前のイベントも案内しています。

3/10
(日)



櫻門寄席

13:00開演 500円
日大経商法落研OB会による寄席です。
思い切り笑ってストレス解消！

3/21
(木)



コミュニティカフェ
タロット占い

13:00~16:00 300円
参加者同士で交流しながらタロット占
いを楽しみましょう！

3/23
(土)



春のマンドリンコンサート

14:00~15:30 300円
東京農業大学農友会マンドリン部による
コンサートです。

3/24
(日)



カラオケ大会

13:30~16:00 600円
皆様の日頃の成果を存分に発揮してく
ださい。めざせ賞品獲得！

3/26
(火)



味覚の化学探検
料理実験教室

10:30~12:00 600円
出汁や野菜の味比べをします。豚汁とお
にぎりの試食付き！

3/30
(土)



子供料理教室

11:00~13:00 3,000円
親子でピザとサラダを作ります！

4/13
(土)



がやがや館シアター

14:00~16:30 無料
「釣りバカ日誌」第1作を上映します。

4/20
(土)



スマホ講座

10:00~12:00 1,000円
スマートフォンの活用方法をご紹介します！

※掲載のイベントは、新型コロナウイルス感染症予防のため延期や中止等になる場合があります。事前にお問合せください。

News / がやがや館よりお知らせ

開館時間：9:00~22:00

- ◆入館の際は手指消毒にご協力ください。
- ◆マスクの着用は任意です。
- ◆各室の収容定員は通常どおり100%です。
- ◆交流室・多目的室・3Fラウンジでは飲食が可能です。
- ◆ランチタイム時間(12:00~13:00)は交流室を開放しています。昼食スペースとしてご利用ください。(午前午後で連続使用がある日を除く)
- ◆娯楽室、麻雀卓は8卓です。

下記手続きの受付時間：9:00~21:00

- ・入館登録
- ・高齢者団体登録
- ・貸室/イベントのご予約
- ・利用料金のお支払い、還付

イベントレポート

麻雀教室 8~10月



全8回の講座で、回を重ねるごとに参加者同士親しくなっていき、良いコミュニティづくりの場になりました。来年度は6月に開催予定です。



だがしや楽校 10/8

世田谷区民による特技の披露、作品展示、ワークショップ、フリーマーケットの店出しを行いました。来年度は村祭りに合わせて開催予定です。

お菓子づくり講座 10/21



アイシングクッキーの制作とケーキ・デコレーションを行いました。皆様終始笑顔でお菓子作りに取り組みられていました。

10月はChatGPT、12月は年末年始に役立つスマホの小技をテーマに実施しました。ご参加の方々は熱心に聞かれています。次回は4月に開催予定です。



スマホ教室 10/21 12/16



コミュニティカフェ② 10/21

第2回はハロウィンにちなんだゲームや工作を行いました。仮装をして参加して下さった方もおり、華やかな会となりました。

お笑いライブ 10/22



ライブに加えトークショーもあり、参加者からの質問に答えていただくなど、双方向での交流ができました。ライブとデザートセットイベントにより当館の魅力の一つを体感していただけたと思います。

みんなの作品展 9/26~10/10

当館ご利用の方が制作した絵画、手芸、陶芸、写真等を3階ラウンジスペースに展示しました。



英会話教室 11/8.15.22.29

テキストを用いてゲームを行い、日常英会話の練習を行いました。来年度も継続的に実施する予定です。



写真教室 11/11.18.25



3日間でカメラの扱い方から光の絞りによる写真の楽しみ方まで学びました。3日目には学んだテクニックを活用し豪徳寺にて野外実習を行いました。

クリスマスコンサート 12/3



寄席 11/12 12/9



11月の寄席は二人会として、橘ノ百圓と六法亭無生の御料名による落語を堪能していただきました。12月の寄席では、大喜利を取り入れ、いつも以上に会場は盛り上がりしていました。

普段がやがや館をご利用いただいているオーケストラ団体や、世田谷区で活動されている合唱団体等のご協力のもと、恒例のクリスマスコンサートを開催しました。クラシックやクリスマスソングを中心に素晴らしい演奏や合唱を披露していただきました。