

せせらぎ公園

冬のせせらぎ公園では「サザンカ」の鮮やかな花がひととき目を引きまします。寒い中で咲く姿からサザンカの花言葉は「ひたむきさ」「困難に打ち勝つ」などがあります。サザンカは花が終わると花びらが一枚ずつ散るのが特徴です。ハートの形の花びらもまた美しいです。



サザンカ



サザンカ

図書サービスコーナー

せせらぎ文庫の雑誌コーナーができました。今まではせせらぎ文庫のジャンルごとに置いていましたが、一か所にまとめたことで見やすくなっています。普段は読まない雑誌との出会いになるかもしれません。ぜひご利用ください。



レストランfu-haku(ふはく)



レストランふはくは毎朝 8:30 開店。パンケーキ他、パンやコーヒーをお楽しみいただけるモーニングタイムからスタートします。11:00からのランチタイムは、肉と魚の2種類から選べるヘルシープレートや、5種類のトッピングがある fu-haku カレー、名物の豚もつ煮やオリジナルの手ごねハンバーグ等で満足いただけます。そして金・土・祝前日のみ営業時間は22:00まで。デイトタイムのメニューはそのままに、アラカルトやお酒もお楽しみいただけるのはもちろんの事、大人数の宴会やパーティー、和食コースのご予約も承っております。ぜひご来店・ご相談くださいませ。

お知らせ

イベント参加に際してご登録いただく個人情報については、お申込みいただくイベント運営のためだけに利用し、それ以外の目的での利用はいたしません。
(個人情報の取り扱いについては、せせらぎ館のお知らせの各イベント案内で詳細をご案内しております。
<https://www.den-en-saseragijp/saseragihall/>)

体育施設の個人利用

体育施設では個人で卓球・バドミントン・ミニテニス・バスケをご利用いただけます。当日窓口で受付しています。室内シューズ必須。

【第2・4水曜日】

卓球 ①10:00~11:30 ②11:45~13:15 ③13:30~15:00

バドミントン ①10:00~11:30 ②11:45~13:15 ミニテニス ③13:30~15:00

【第1・3・5木曜日】

ミニテニス ①10:00~11:30

対象/中学生以上 参加費/各500円

【毎週水曜日】

バスケット 14:30~16:30 対象/小学生 参加費/300円



イベント情報 pickup

1.14 Wed./ 1.28 Wed./ 2.25 Wed./ 3.11 Wed./ 3.25 Wed.

はじめてのフラッグフットボール教室

走って!キャッチして!フラッグ取って!誰でも楽しめるアメリカンフットボールから生まれた、タックルのない安全なスポーツ!腰に付けた「フラッグ」を取り合うだけだから、小さな子供でも安心して参加できます。1月テーマ:基礎マスター、2月テーマ:戦術トライアル、3月テーマ:ゲーム

時 間	①16:45~17:30 ②17:45~18:45	会 場	体育室 A・B
定 員	①15名 ②20名	参加費	1,500円
対 象	①6歳~小2 ②小3~小6		
講 師	D-force(洗足池ウォリアーズ)		
持 ち 物	体育館シューズ・水分補給用飲み物・汗拭きタオル		
申 込	各月 12/17(水)、12/31(水)、1/28(水)、2/11(水)、2/25(水) 10:00~HPより受付		



1.25 Sun./ 2.22 Sun./ 3.22 Sun.

司書による「おはなし会」

司書資格保持者がプログラムを組み、こどもたちと保護者のためのおはなし会を開催します。

時 間	11:00 ~ 11:30	会 場	第一集會室	定 員	当日先着 10名
参加費	無料	対 象	幼児~小学生		



参加費
無料

1.31 Sat.

土木が好きになる7つの物語

橋・ダム・トンネル・空港港湾などの土木施設を、選りすぐりの画像を通して紹介します。昨今の「インフラツーリズム」についても触れたいと考えています。

時 間	14:00~15:30	会 場	第一多目的室
定 員	50名	参加費	無料
講 師	吉川弘道氏(東京都市大学名誉教授、 「DISCOVER DOBOKU 土木が好きになる22の物語」 (平凡社、2023) 著者)		
申 込	1/17(土) 10:00~HPより受付		



参加費
無料

事前
予約制

2.14 Sat.

パークミーティング「野鳥観察会」

みんなで公園の野鳥を観察し、鳥も人も居心地の良い公園を考えよう!

時 間	13:30~15:00	会 場	せせらぎ公園 / 第一多目的室 A
定 員	40名	参加費	無料 (集合: ウッドデッキ)
講 師	ファシリテーター NPO 法人 NPO birth 佐藤留美氏		
持 ち 物	双眼鏡 (館内貸出あり)		



参加費
無料

3.15 Sun. ~ 31 Tue.

地域を学ぼう!クイズラリー

田園調布せせらぎ公園の周辺をまわるクイズラリーです。公園内をめぐって地域を学びましょう。全問正解すると景品をプレゼントします。

時 間	9:00 ~ 17:00
会 場	せせらぎ公園とその周辺



参加費
無料

せせらぎ公園 開園時間 4月~9月 7:00~18:00

10月、2月、3月 7:00~17:00

11月~1月 7:00~16:30

せせらぎ館 開館時間 9:00~22:00 (窓口受付時間9:00~19:00)

休館日

毎月第2木曜日(祝日の場合はその翌日)、

年末年始(12月29日~1月3日)

せせらぎ館 開館時間 9:00~22:00

体育施設 休館日

毎月第2木曜日(祝日の場合はその翌日)、

年末年始(12月29日~1月3日)

アクセス 東急東横線・目黒線・多摩川線「多摩川駅」改札を出て左側すぐ

自転車駐輪場 東門 約50台、北門 40台

利用時間 東門:公園の開園時間と同じ 北門:9時00分~22時00分(せせらぎ館休館日は開場いたしません)

利用料金 無料

駐車場 20台(内、身障者等用1台)

利用時間 6:30~22:30 利用料金 入庫後30分毎100円

*混雑し駐車できなくなることがあります。ご来園・ご来館の際は出来るだけ

乗り合いや、公共交通機関などでお越しください。

*せせらぎ公園・せせらぎ館のご利用以外の目的での駐輪場、駐車場の利用はできません。



所在地 | 〒145-0071 東京都大田区田園調布1丁目53番12号
電話 | 03-3722-5192 (代表・うぐいすネット窓口) 03-5755-5168 (体育施設直通)
FAX | 03-5755-5295
<https://www.den-en-saseragijp> 指定管理者 | 田園調布せせらぎハーモニー

1月2月3月の
休館日

12月29日(月)
~1月3日(土)

1月8日(木)

2月12日(木)

3月12日(木)

*せせらぎ公園は
ご利用いただけます。

1月2月3月のイベント情報

せせらぎ公園・せせらぎ館

イベントの参加受付は申込順となります。
定員になり次第、受付終了となります。
空きがある場合は当日の受付も可能です。
参加申込み・イベントの詳細はHPから▶



1.6 Tue.

事前
予約制

ベーゴマを作ろう!

ベーゴマに自由にデコレーションしてオリジナルのベーゴマを作り、完成したベーゴマをもってせせらぎ公園で対戦し遊びを楽しみましょう!

時間 ①13:30~14:30 ②14:45~15:45
会場 第一多目的室 A
定員 各回 20 名
参加費 500 円
対象 小学生以上
講師 東京ベーゴマ 杉浦明人氏
申込 12/23(火) 10:00~HP より受付



※参考イメージ

1.7 Wed.

事前
予約制

新年書き初め

~心を込めて、新しい一年のはじまりを~

一年のはじまりに、思いを筆にのせて書いてみませんか? 書道がはじめての人も、得意な人も大歓迎! 新年の目標・好きな言葉・感じたことなど、自由に書いて楽しい時間を過ごしましょう!

時間 ①10:00~11:30 ②12:30~14:00
会場 第一多目的室 A
定員 各回 15 名
参加費 1,000 円
対象 小学 3 年生以上
講師 大口夏子氏
持ち物 書道セット (半紙は不要)
申込 12/24(水) 10:00~HP より受付



1.15 Thu./2.19 Thu.
3.19 Thu.

事前
予約制

赤ちゃんママの産後ヨガピラ

産後の体のケア、何から始めればよいのかな? そんなママにおススメ! ヨガ・ピラティスの動きを取り入れた、産後ママの体を整えるエクササイズを行います。

時間 10:00 ~ 11:00
会場 第四集会室
定員 10 組
参加費 1,500 円
対象 生後 2 カ月 ~ 1 歳までのお子様とその保護者
講師 MAMATOKO body&mind 鈴木加代子氏
申込 3/19 のみ田調布子育てサークル Link×Link 代表 須貝奈津子氏
各月 1/1(木)、2/5(木)、3/5(木) 10:00 ~ HP より受付



1.17 Sat. /2.21 Sat.
3.14 Sat.

せせらぎマルシェ

毎回好評のせせらぎマルシェを開催します。季節の野菜販売や、地元商店街の出店、ワークショップを開催予定。SNS で情報を更新しています。

時間 10:00 ~ 14:00
(商品がなくなり次第終了)
会場 せせらぎ公園・せせらぎ館
※荒天の場合は中止



1.21 Wed./2.18 Wed.
3.18 Wed.

事前
予約制

懐メロ体操

懐かしい JPOP に合わせて、楽しく体操! 懐かしい歌を口ずさみながら体を動かしましょう!

時間 10:00 ~ 11:00
会場 体育室 A・B
定員 20 名
参加費 1,000 円
対象 どなたでも
講師 倉方てるみ氏
持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、動きやすい服装
申込 各月 12/24(水)、1/21(水)、2/18(水) 10:00~HP より受付



1.24 Sat.

事前
予約制

せせらぎリトミック

せせらぎ公園の緑を感じながら、季節の工作を楽しみ、多感な 1 歳 ~ 3 歳児までの幼児に向けてリズムに合わせて親子で身体を動かし、親子の触れ合いを楽しみましょう!

時間 ①13:30~14:20 ②14:40~15:30
会場 第一多目的室 A
定員 各回 10 組
参加費 1,500 円
対象 ①1・2 歳の親子
②2・3 歳の親子
講師 二瓶智子氏
申込 1/10(土) 10:00 ~ HP より受付



1.28 Wed.

事前
予約制

いきいきフラワー教室

花を切り、形をつくることは脳や身体機能を刺激するといわれています。花が好きな方、フラワーアレンジメントに興味のある方、一緒に花に触れ合うひとときを過ごしてみませんか。

時間 10:00 ~ 11:30
会場 第一・二集会室
定員 24 名
参加費 2,500 円
対象 どなたでも
講師 (株) 日比谷花壇
フラワーアドバイザー
粉川弦子
持ち物 持ち帰り袋
申込 1/14(水) 10:00 ~ HP より受付



※昨年の作品

1.28 Wed./2.25 Wed.
3.25 Wed.

事前
予約制

器械体操

体操が初めてでも大丈夫! 楽しく元気に体操しよう!

時間 幼児 16:45~17:30
小学生 17:45~18:45
会場 体育室
定員 各回 15 名
参加費 1,000 円
対象 幼児 (年中・年長)、小学生 (1 年生 ~ 3 年生)
講師 智田伸也氏
持ち物 動きやすい服装、水分補給用飲み物
申込 1/14(水)、2/11(水)、3/11(水) 10:00~HP より受付



2.6 Fri.

事前
予約制

SESERAGI 個サル

個人参加型フットサル。一人で気軽にエントリー! 初心者歓迎。当日チームを組んでゲームを楽しみます。

時間 19:00~21:00
会場 体育室 A・B
定員 30 名
参加費 1,000 円
対象 15 歳以上
講師 NPO 法人ペアーズ
持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、フットサルができる服装
申込 1/9(金) 10:00~HP より受付



2.11 Wed.

事前
予約制

フラワーバレンタイン 「お花で作るハートのラブレター」

「バレンタイン」に向けたフラワーアレンジメントレッスンです。日ごろの感謝や思いを伝えるアレンジメントを作ってみませんか?

時間 ①13:30 ~ 14:30 ②15:30 ~ 16:30
会場 第一集会室
定員 各回 12 名
参加費 2,500 円
対象 どなたでも
(小学 3 年生以下は保護者同伴※1 名のみ)
講師 (株) 日比谷花壇
清水ひろみ
持ち物 持ち帰り袋
申込 1/28(水) 10:00~HP より受付



※参考イメージ

2.20 Fri. ~ 3.11 Wed.

参加費
無料

世田谷文学館 「移動文学館」展示

世田谷文学館出張展示キット「宮西達也と子どもたち」のバー展示をします。

会場 1F 休憩スペース
展示協力 公益財団法人せたがや文化財団
世田谷文学館



2.21 Sat.

参加費
無料

防災救急フェア

みんなで楽しみながら防災を学ぼう!
消火体験などたくさん体験ができるよ。
消防車両もくるよ!

※雨天時は縮小開催となります。
時間 9:30~12:00
会場 せせらぎ公園・せせらぎ館
協力 田調布消防署



2.22 Sun.

事前
予約制

寄せ植え講習

季節の花を使った寄せ植え講習会。土の種類、それぞれの花の特徴や配置のデザインなどを学び、土を配合して花を植えます。

時間 ①13:30 ~ 14:30 ②15:30 ~ 16:30
会場 第四集会室
定員 各回 10 名
参加費 2,500 円
対象 小学生以上
(小学生は保護者同伴※1 名のみ)
講師 アトリエ華晶
瓜生あずさ氏
申込 2/8(日) 10:00 ~ HP より受付



※参考イメージ

3.14 Sat.

事前
予約制

犬といっしょ 「バックウォーク」※雨天中止

ドッグトレーナーと一緒に楽しく散歩、散歩のトレーニングやマナーを愛犬と一緒に学びませんか?

時間 ドッグマナー講習会
10:30~12:00
会場 せせらぎ公園内
定員 10 組
参加費 500 円
講師 (株) JWIZ DOG
持ち物 ドッグトレーナー
いつもの散歩グッズ※おやつも
申込 ドッグマナー講習: 2/28(土) 10:00~HP より受付、
ドッグケア講習: 当日先着



3.14 Sat.

事前
予約制

アースフレンズ東京 Z 「バスケットボールクリニック」

「できた」が増えるバスケットボール教室

Basic(ドリブル・パス・シュートの基本) 13:30~14:30
①対象 小学 1 年生~小学 3 年生 コート A
②対象 小学 4 年生~小学 6 年生 コート B
Advance(1on1 に強くなる) 15:00~16:00
③対象 小学 1 年生~小学 3 年生 コート A
④対象 小学 4 年生~小学 6 年生 コート B

会場 体育室 A・B
定員 各クラス 12 名
参加費 1,000 円
対象 ①③小学 1~3 年生
②④小学 4~6 年生

講師 アースフレンズ東京 Z
持ち物 バスケットシューズ、水分補給用飲み物、タオル
申込 2/14(土) 10:00 ~ HP より受付



3.27 Fri.

事前
予約制

季節のフラワーアレンジメント 「Spring has come」

春爛漫。フレッシュフラワーで春の香りを愉しむひとときを一緒に。

時間 ①14:00~15:30 ②19:00~20:30
会場 第一・二集会室
定員 各回 18 名
参加費 3,500 円
対象 大人の方
講師 (株) 日比谷花壇
粉川弦子
持ち物 持ち帰り袋
申込 3/13(金) 10:00 ~ HP より受付



※過去作品