

# がやがや だより

2022  
秋

Vol.17 September 2022

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>

指定管理者 株式会社オーエンス

O-ENCE

News/ がやがや館よりお知らせ

9:00開館~22:00閉館  
(通常通り)

- ◆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。昼食利用にご利用ください。(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。

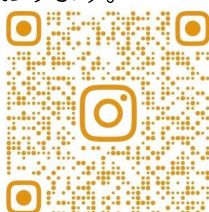
☆引き続き、感染症対策をして運営しております。ご理解・ご協力をお願いいたします。

☆今後、変更があった場合は、都度ホームページ等でお知らせいたします。

Note/ 公式Instagram始めました!

がやがや館専用アカウントです。施設案内やイベント情報、運動プログラム情報、レストラン情報などをお届けします!フォローやタグ付け投稿、お待ちしております。

〈フォロー方法〉  
カメラを起動し、  
右のQRコードを  
読み取ってください。



GAYAGAYAKAN

## 運動室より

★8・9月の「**体質改善プログラム**」は夏バテ・秋バテ予防です!体が重だるい、疲労がぬけない、今より体調良く過ごしたい、夏バテ・秋バテしやすい方におススメです!

★ジムエリアのご利用・ご見学も大歓迎。  
土曜・日曜や、火曜と木曜の夜トレ(18時~22時)は、比較的ゆったりとトレーニング出来ますよ!

★金曜10時からの「**ママとベビーのリフレッシュ体操**」も参加募集中!お子様と一緒に身体を動かしませんか。お気軽にご参加ください。

## レストラン アルトマーレより

●**シェフ特製サンドイッチ**  
ボリュームたっぷりのサンドイッチを日替わりでお届けします。3階受付で販売中!ローストビーフ、フルーツサンドが人気です!また、新たにバインミーサンドも始めました。米粉を使用しているため、通常のサンドイッチよりもやわらかくなっております。店頭と並んだ際には、ぜひご賞味ください。



アルトマーレでは、引き続き、お客様に安心してご来店いただけるよう万全の対策をして営業しております。テイクアウトメニューもごございます。パーティやお席のご予約も承ります。Tel:6450-7918

●お茶タイムやひと休みにカフェとしてもご利用いただけます。ホッと一息、淹れたての**本格コーヒー**で味わう**ラテメニュー**も美味しい季節です!



●館内(交流室・多目的室)に**ケータリング**出来る**コーヒーポット**もご利用いただけます!1000円(約8杯)



## イベントカレンダー

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

|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
| 9/17<br>(土)     | <b>がやがや館お月見会</b> 15:00~16:30 500円<br>日本の風習を学びながら、お月見団子を作って食べよう!                                      |  |
| 9/19<br>(月・祝)   | <b>コミュニティカフェ~ポッチャ体験~</b> 10:00~11:30 無料<br>参加者同士と交流しながらポッチャを体験しよう!                                   |  |
| 10/8<br>(土)     | <b>スマホ教室</b> 10:00~11:30 1000円<br>[初心者向け]スマホの便利な使い方をご紹介します!  |  |
| 10/8<br>(土)     | <b>防災グッズをつくろう</b> 時間未定、500円<br>災害時に備えて身近なもので防災グッズをつくろう!  |  |
| 10/9<br>(日)     | <b>がやがや寄席</b> 14:00~ 500円<br>日本大学経商落語研究会OB会による寄席をお楽しみください!   |  |
| 10/14<br>(金)    | <b>初級麻雀教室</b> 9:45~11:45 10/14, 21, 28, 11/4, 11, 18, 25, 12/2 3000円(8回) テキスト代2000円 この機会に麻雀始めてみませんか? |  |
| 10/15<br>(土)    | <b>モンブラン教室</b> 14:00~16:00 1200円<br>モンブランをつくってみよう!親子でのご参加もお待ちしています。                                  |  |
| 10/23<br>(日)    | <b>だがしや楽校</b> 10:00~15:00 無料 フリーマーケットや趣味の展示を行います。お気軽にお立ち寄りください!                                      |  |
| 11/19.26<br>(土) | <b>いけばな教室</b> 14:00~15:30 1500円(1回)<br>盛花と投入を行います。芸術の秋、いけばなの基礎を学ぼう!                                  |  |

※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。

Updated on Sep 26 2022