

せせらぎ公園

せせらぎ公園には3つの湧水地があり、湧水を利用した滝が流れています。年々暑くなる夏。水辺が他の場所より少し涼しく感じるのは、水が蒸発するときに周囲の熱を奪うためです。水が流れる様子や音からも涼しさを感じます。



湧水



滝

図書サービスコーナー

7月18日(土)～8月31日(月)の夏休み期間に「夏の読書スタンプラリー」を開催します。対象は幼児・小学生です。スタンプをためてゴールをするとステキなプレゼントがもらえます。詳しくはポスター、HP、SNSをご覧ください。たくさんのご参加をお待ちしています。



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ご満足いただけます。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で、アラカルトやお酒もお楽しみいただけるのももちろんの事、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。



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。(個人情報のお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-sesezagi.jp/sesezagihall/)

お知らせ

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・バスケット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。(※祝日・イベントを除く)

- 【毎週火曜日】
- 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
- 【第2・4水曜日】※8月は変則となっております。日程表をご確認ください。
- 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

7.1 Wed.～31 Fri. フードドライブ

ご家庭で余っている未利用食品をご提供ください。大田区社会福祉協議会を通して、区内の子ども食堂等にお届けします。2026年10月以降の賞味期限のものに限りません。会場 せせらぎ館内にコンテナを設置 共催 大田区社会福祉協議会



7.6 Mon. わらべうたを楽しもう

東京子ども図書館より講師をお招きし、親子に向けてわらべうたや、絵本の紹介などをおこないます。



事前予約制

時間 10:30～11:30 会場 第1集会室 定員 10組
参加費 無料 対象 未就学児の親子 講師 東京子ども図書館 鈴木晴子氏
持ち物 顔が隠れるくらいのハンカチ又はタオル 申込 6/22(月)10:00～HPより受付

8.7 Fri. 慶応義塾大学女子ラクロス部「ラクロス体験会」

初心者も経験者も大歓迎!慶応義塾大学女子ラクロス部が皆様にラクロスをお教えます! クロスを使ってパス&シュート!体を動かして、一緒にいい汗を流しましょう!!

事前予約制

時間 ①16:30～17:30 ②17:45～19:15 定員 ①15名(男女) ②20名(女子)
会場 体育室A・B 対象 ①小学3年生以上 ②中学1年生～高校3年生
参加費 500円 講師 慶応義塾大学女子ラクロス部
持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、クロス・アイガード貸出あり(お持ちの方はご持参ください)
申込 7/10(金)10:00～HPより受付



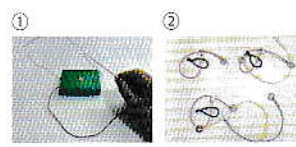
8.14 Fri. 学習型ワークショップ「科学で遊ぼう」

東京科学大学公認サークル Science Techno による科学教室です。

- ①小1～3年生向け【イライラ棒】電気を通すものや、回路について学びます。
- ②小3～6年生向け【サイテクス知恵の輪】一見複雑そうなものから、単純な構造を見ぬくという考え方や、再帰的なアルゴリズムの考え方について学びます。

事前予約制

時間 ①12:30～13:40 ②14:30～16:00
会場 第一多目的室A 定員 各回20名
参加費 1,000円
対象 ①小学1年生～3年生 ②小学3年生～6年生
講師 東京科学大学公認サークル Science Techno
申込 7/31(金)10:00～HPより受付



8.21 Fri. 15倍天体望遠鏡組立と天体観望会

天体望遠鏡組立てキットを使って自分だけの天体望遠鏡を作ります。暗くなってから外に出て天体観望会を開催。出来上がった天体望遠鏡で月のクレーターを観望します。また本格的な天体望遠鏡も用意しますので、迫力ある天体の姿もご覧いただけます。夏の自由研究などにピッタリ!

事前予約制

時間 18:00～20:00 定員 10組 ※2名1組でお申し込みください(キットは2名1組1セット)
会場 第1集会室→外へ移動 対象 小学4年生以上 ※18歳未満は保護者同伴
参加費 3,500円 講師 倉西芳次氏(星空博士)
持ち物 カマフラップ(お持ちの方)無くても可 後援 一般社団法人 大田観光協会
申込 8/7(金)10:00～HPより受付



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園いたしません)

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-sesezagi.jp 指定管理者 | 田園調布せせらぎハーモニー

7月8月9月の 休館日

- 7月9日(木)
- 8月13日(木)
- 9月10日(木)

*せせらぎ公園はご利用いただけます。

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▶




7.8 Wed./7.22 Wed. **事前予約制**
8.12 Wed./8.26 Wed./9.9 Wed.
はじめてのフラッグフットボール 2026
 フラッグフットボールは、アメリカンフットボールを安全に楽しめるよう考案されたスポーツです。性格や体格、運動能力に関係なく誰でも楽しめます！この機会にぜひ、体験してください！

時間 16:45 ~ 17:45
 会場 体育室 A
 定員 15名
 参加費 1,500円
 対象 年中・年長・小学1年生・小学2年生
 講師 D-force(洗足ウォリアーズ)
 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 6/10(水)、6/24(水)、7/15(水)、7/29(水)、8/12(水) 10:00 ~ HPより受付



7.11 Sat./9.12 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。地元商店街の出店、地域で活動されている店舗を中心に、販売やワークショップを開催予定。SNSで情報を更新しています。7月は「せせらぎマルシェ with kids」、かわいい子ども店長が登場。

時間 10:00 ~ 15:00
 (商品がなくなり次第終了)
 会場 7月 せせらぎ館1F 第一多目的室
 9月 体育館前スペース
 ※荒天の場合は中止




8.10 Mon./8.24 Mon. **事前予約制**
9.14 Mon./9.28 Mon.
ドッジボールスクール
 トップアスリートから直接指導を受けられます！
 ①ベーシッククラス、②アドバンスクラス

時間 ①16:15 ~ 17:00
 ②17:10 ~ 18:10
 会場 体育室 A・B
 定員 ①15名 ②20名
 参加費 1,500円
 対象 ①年中・年長、小学1年生
 ②小学2年 ~ 6年生
 講師 日本代表 小松裕也氏
 持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、運動ができる服装
 申込 7/13(月)、7/27(月)、8/17(月)、8/31(月)10:00 ~ HPより受付




7.15 Wed./8.19 Wed. **事前予約制**
9.16 Wed.
懐メロ体操
 リズムに合わせて、人気の楽曲に合わせダンスしながらエクササイズ！楽しく踊って健康な体作りを目指しましょう♪運動されてない方も苦手な方も気軽にご参加いただけます。

時間 10:00 ~ 11:00
 会場 体育室 A・B
 定員 各回15名
 参加費 1,000円
 対象 どなたでも
 倉方てる美氏
 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 6/17(水)、7/22(水)、8/19(水) 10:00 ~ HPより受付



7.16 Thu./9.17 Thu. **事前予約制**
赤ちゃん&MAMAの産後ヨガピラ
 産後の体のケア、何から始めれば良いのかな？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、産後のママの体を整えるエクササイズを行います。赤ちゃんとの相性、遊びや、タッチケアの時にもあります。親子で楽しいエクササイズタイムを過ごしましょう！

時間 10:00 ~ 11:00
 会場 第4集会室
 定員 10組
 参加費 1,500円
 対象 産後2か月~1年のお子様とその保護者
 講師 鈴木加代子氏
 持ち物 MAMATOKO body&mind 主宰
 動きやすい服装、バスタオル1枚(なくても可)、フェイスタオル1枚、水分補給用飲み物
 申込 各月 7/2(木)、9/3(木) 10:00 ~ HPより受付



7.19 Sun. **事前予約制**
ぶくぶくかわいい多肉たちの寄せ植え 「暮らしに小さなみどりの風景を」
 ぶっくりした葉が可愛らしい多肉植物。忙しい毎日の中で、小さなみどりに癒される時間を過ごしませんか？

時間 ①13:00 ~ 14:30
 ②15:00 ~ 16:30
 会場 第1集会室
 定員 各回10名
 参加費 1,500円
 対象 どなたでも
 講師 アトリエ華晶
 瓜生あずさ氏
 持ち物 持ち帰り袋
 申込 7/5(日)10:00 ~ HPより受付



7.22 Wed. **事前予約制**
いきいきフラワー教室
 花を切ったり、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。花が好きなら、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1・2集会室
 定員 24名
 参加費 2,500円
 対象 大人の方のみ
 講師 (株)日比谷花壇 ※昨年の作品
 フラワーファシリテーター
 粉川珠子
 持ち物 持ち帰り袋
 申込 7/8(水)10:00 ~ HPより受付



7.22 Wed./9.9 Wed. **事前予約制**
器械体操
 体操が初めてでも大丈夫！楽しく元気に体操をしよう！

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 各月 7/8(水)、8/26(水)10:00 ~ HPより受付

8/20(木)、8/26(水)は夏休み特別内容にて実施します。詳しくは別チラシをご確認ください。



7.24 Fri. **事前予約制**
ドッジボール講習会 2026
 ドッジボール日本代表小松裕也選手によるマルチドッジボール講習会です。世界基準のルールでドッジボールを楽しみます。投げ方、受け方もコツを学ぶことで苦手だった子どもも楽しくスキルアップができます！

時間 ①10:00 ~ 10:45
 ②11:00 ~ 12:00
 会場 体育室 A・B
 定員 各20名
 参加費 1,500円
 対象 ①年中・年長・小学1年生
 ②小学2年生 ~ 6年生
 講師 日本代表 小松裕也氏
 持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、運動ができる服装
 申込 6/26(金)10:00 ~ HPより受付



7.25 Sat. **事前予約制**
東急SレイエスFC presents 第1回せせらぎjrフットサル大会
 1試合10分の総当たり戦！全チーム、エキシビジョンマッチとして東急レイエスFCと対戦できます。

時間 ①10:00 ~ 12:15(受付 9:30)
 ②12:45 ~ 14:30(受付 12:15)
 会場 体育室
 定員 各回5チーム
 (1チーム5名以上8名未満)
 参加費 1チーム5,000円
 対象 ①U-9(3年生中心のチーム)
 ②U-8(2年生中心のチーム)
 運営 東急SレイエスFC
 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 6/27(土)10:00 ~ HPより受付




7.26 Sun./8.23 Sun. **事前予約制**
9.27 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1集会室
 定員 当日先着10名
 参加費 無料
 対象 幼児~小学生



8.9 Sun. **事前予約制**
せせらぎウォーク 「せみはどこから来るの？」
 夜の多摩川台公園を散策し、羽化するせみを探してみませんか？

時間 17:30 ~ 20:00
 会場 せせらぎ公園集合
 →多摩川台公園へ移動
 定員 20名 ※同伴の保護者の方もお申込みください
 参加費 500円
 対象 小学生以上 ※お子様だけの参加はご遠慮ください
 講師 若上貴弘氏
 持ち物 虫よけ、懐中電灯、水分補給用飲み物、軽食、虫かご(お持ちの場合)
 申込 7/26(日)10:00 ~ HPより受付



9.5 Sat. **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。当日チームを作って楽しめます。

時間 18:30 ~ 20:30
 会場 体育室 A・B
 定員 28名
 参加費 1,000円
 対象 高校生以上
 協力 NPO法人ベアーズ
 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 8/8(土)10:00 ~ HPより受付



9.12 Sat. **事前予約制**
特別企画 NAGATOMO ACADEMY サッカープロジェクト
 トップアスリート長友佑都選手主催「NAGATOMO ACADEMY」のメソッドを体験できます！「世界へ行く、じぶんから」という理念のもと、技術だけではなく世界基準のサッカーを意識し、選手自身が自ら高い意識を持って挑戦する姿勢を育てます。

時間 17:30 ~ 19:00
 会場 体育室 A・B
 定員 24名
 参加費 2,055円
 対象 小学3年生 ~ 小学6年生
 講師 NAGATOMO ACADEMY 代表 平野智史氏
 ※長友佑都選手は来ません
 持ち物 体育館シューズ、水分補給用飲み物、運動ができる服装
 申込 8/15(土)10:00 ~ HPより受付



9.25 Fri. **事前予約制**
季節のフラワーアレンジメント
 季節の花でひと足早く秋の気配を楽しんでみませんか？初心者の方も大歓迎です！

時間 ①14:00 ~ 15:30
 ②19:00 ~ 20:30
 会場 第1・2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
 粉川珠子
 持ち物 持ち帰り袋
 申込 9/11(金)10:00 ~ HPより受付



9.26 Sat. **事前予約制**
せせらぎウォーク 「虫を探そう」
 「生物多様性」をテーマにせせらぎ公園の虫やいきものを観察しましょう。

時間 10:00 ~ 11:30
 ※雨天の場合11:10終了予定
 会場 第1多目的室、せせらぎ公園
 定員 20名
 参加費 500円
 対象 小学生以上
 講師 東京大学大学院総合文化研究科 教授 土畑重人氏
 持ち物 虫かご、虫網、水分補給用飲み物、帽子、長袖・長ズボン・靴下着用 ※採取した生き物はすべりリリースとなります。
 申込 9/12(土)10:00 ~ HPより受付

