

	五感を使った簡単なゲームやストレッチなどで、動く楽しさを体感し、気持ちよく健康に。脳トレ効果も！ 飲み物、タオル持参。 講師：鈴木康子
誰でも簡単！リフレッシュ体操 毎月第1火曜日 ①3月3日②4月7日③5月5日 10:00~11:45 第3・4集会室	
対象▶どなたでも 参加費▶400円 定員▶先着で各回30名 先着順	
	ひとひねりした大人の折り紙教室です。指先と頭を使って脳の活性化を。わくわく楽しく折ることで心の活性化を！ 講師：北田久枝
おりがみの森 毎月第2水曜日 ①3月11日②4月8日③5月13日 13:30~16:00 第3・4集会室	
対象▶小学5年生以上 参加費▶各回500円 定員▶先着で各回50名 先着順	
	言葉遊びから日本語の粋を学ぶことまで、声を出すことを楽しみましょう。 講師：関本弘子(音読の会)
森で言葉を楽しみましょう！ 毎月第3水曜日 ①3月18日②4月15日③5月13日 10:00~11:45 多目的室	
対象▶どなたでも 参加費▶300円 定員▶先着で各60名 先着順	
	童謡、抒情歌、懐かしい歌等を講師の歌唱指導、ピアノ伴奏で楽しく元気に歌いましょう！ 歌唱指導：齋藤けい子 ピアノ伴奏：酒井寛子
森のこだま 毎月第4水曜日 ①3月25日②4月22日③5月27日 10:00~11:30 ホール	
対象▶どなたでも 参加費▶100円 定員▶先着で各回250名 先着順	
	小学生までのお子さんを対象に本や紙芝居を読み聞かせます。
おはなしのへや 毎月第1木曜日 ①3月5日②4月2日③5月7日 15:00~15:30 和室	
対象▶小学生までのお子さんと保護者 参加費▶無料 定員▶先着で各回16名 先着順	

大田文化の森運営協議会情報紙(偶数月発行)

発行者：大田文化の森運営協議会事務局
〒143-0024 東京都大田区中央2-10-1-4F
TEL:03-3772-0770 FAX:03-3772-0704

<https://www.bunmori-unkyo.jp/>

各種お問い合わせは、上記ホームページの
「お問い合わせ」から送信してください。



■WEB 申込の場合

イベントカレンダーからご希望のイベント名をクリックしてください。
イベント詳細ページから「イベント申込」ボタンをクリックし、申込フォームに必要事項を入力後、送信してください。
大田文化の森運営協議会から、受付番号を記載したイベント申込受付メール (auto-reply@bunmori-unkyo.jp) が届きます。
イベントに参加する場合は、この受付番号が必要になりますので、大切に保存しておいてください。また、イベント申込受付メール及び抽選の結果メール (result@bunmori-unkyo.jp) が届かない場合は、大田文化の森運営協議会事務局 (03-3772-0770) までご連絡ください。

■往復はがき申込の場合

往復はがき1枚に1企画のお申込みができます。催し物名、〒住所、氏名、年齢、電話番号を明記して下記宛先にお申込みください。
〒143-0024 大田区中央2-10-1 大田文化の森運営協議会「催し物名」係
※荒天時等やむをえず企画を中止する場合は、大田文化の森運営協議会ホームページでお知らせをいたします。

4/2(木)~4/6(月) 運協イベントおすすめ情報♪展示コーナーにおいてお知らせします！



おおた文化の森 Vol. 117

大田文化の森運営協議会情報紙
<https://www.bunmori-unkyo.jp/>

2026 3月・4月



池上本門寺五重塔と桜

文化の森 イベント案内

マークの見方

WEB …………… ホームページからの申込を受け付けます。
先着順 …………… 事前申込不要。
往復はがき …… 往復はがきでの申込を受け付けます。
保育あり ……… 6ヵ月から小学生未満までのお子様を対象です。
お子様お一人につき、500 円をご負担いただきます。
(申込時に要予約)
未就学児 OK …… 未就学児もご入場・ご参加いただけます。
未就学児 NG …… 未就学児はご入場・ご参加いただけません。

休館日のお知らせ 3月12日(木)・4月9日(木)

問合せ先：大田文化の森運営協議会 事務局
〒143-0024 東京都大田区中央2-10-1-4F
TEL:03-3772-0770 FAX:03-3772-0704
(9時～17時 土・日、祝日、大田文化の森休館日を除く)
<https://www.bunmori-unkyo.jp>

全館



2年ぶりに大田文化の森文化祭「はっぱまつり」を開催します!
「はっぱまつり」とは大田文化の森を使って文化活動をしている方々の発表の場です。
歌あり、踊りあり、ワークショップあり、模擬店あり、たくさんの企画が行われます。ご家族、お友だちと
一緒にぜひお越しください。

大田文化の森文化祭「はっぱまつり」
3月7日(土) 10:00～16:00

対象▶どなたでも 参加費▶入場無料(飲食、ワークショップ参加は有料)

春の映画鑑賞会 3月31日(火)



午前の部 10:00～11:50
「はたらく細胞」

午前の部は、アニメ映画「はたらく細胞」
を上映致します。
そこは人間の体の中——。たくさんの細
胞たちがはたらいている世界。ある時、
白血球(好中球)と赤血球は、迷子の乳酸
菌を保護した一般細胞と出会う。乳酸菌
を仲間のもとに送り届けるため、白血球
(好中球)と一般細胞は腸へと向かうこと
に。だが、そこに待ち受けていたものは、
望まざる最強の敵との再会だった。

対象▶どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴) 参加費▶無料
定員▶抽選で250名 締切▶3/16必着



午後の部 14:30～16:15
「ゴッドマザー
コシノアヤコの生涯」

午後の部は、映画「ゴッドマザー コシノ
アヤコの生涯」を上映致します。
くすっと笑ってほろっと泣ける物語くす
と笑ってほろっと泣ける物語
危篤になったアヤコは、病院に搬送される。
三姉妹が駆けつける中、天国か地獄行き
かの審判をくだされる場所に案内する天
使がアヤコの前に現れ、ファッションの世
界に生きた自らの人生を振り返っていく。

対象▶どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴) 参加費▶無料
定員▶抽選で250名 締切▶3/16必着

参加してみよう!



けん玉を使って楽しく遊びながら、運動不足の解消や認知症の予防をして、健康になりましょう。
講師:関 誠 ※当日先着30名。当日会場へ直接お越しください。

シニアのための健康けん玉教室
①2月26日(木) 14:00～16:30 第3・4集会室
②3月29日(日) 14:00～16:30 第3・4集会室

対象▶50歳以上 参加費▶無料 定員▶先着で30名



野菜たっぷりのタコライスを作ります。
お友達と一緒に新鮮な野菜で料理して楽しい時間を過ごしましょう!

カフェランチで楽しいひとときを!
3月9日(月) 10:30～14:00 調理室

対象▶18歳以上 参加費▶1,200円 定員▶抽選で24名 締切▶2/23必着

参加してみよう!



ベーゴマの表面をキレイなパーツや色塗りで、世界で一つだけのマイベーゴマを制作します。
講師:杉浦明人

マイ・ベーゴマ作り(ベーゴマデコレーション)
3月20日(金・祝) 10:15～12:00 第3・4集会室

対象▶小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 参加費▶600円
定員▶抽選で32名 締切▶3/10必着



世代を超えてみんなでベーゴマの試合を楽しみましょう!初心者の方には回し方の指導を致します。
また、ベーゴマのレンタルもありますので安心してご参加ください。
講師:杉浦明人 ※当日先着60名。当日会場へ直接お越しください。

ベーゴマ遊びと真剣勝負
①3月20日(金・祝) 13:30～16:30 第3・4集会室
②4月18日(土) 13:30～16:30 第2集会室

対象▶小学生以上(小学3年生以下は保護者同伴) 参加費▶200円
定員▶①先着で60名 ②先着で27名



初めてでも安心!簡単なヨガとピラティスで心と体を整えましょう
講師:飯澤 愛、川戸敬司

ヨガで心身をリフレッシュ!(全4回)
①4月17日(金) ②4月24日(金) ③5月1日(金) ④5月8日(金)
14:45～16:00 ①③第1スポーツスタジオ ②④和室

対象▶15歳以上 参加費▶2,000円 定員▶抽選で20名 締切▶3/31必着



チェコはお肉料理がメインの国。材料を牛肉でロールし煮込む、チェコ料理を作りましょう

チェコ料理「スペインの小鳥」を作ってみませんか
4月19日(日) 11:00～14:30 調理室

対象▶18歳以上 参加費▶1,300円 定員▶抽選で24名 締切▶4/1必着