家にも学校にもないものを。

# 希望丘青少年交流センター（通称：アップス）

**アップスは、いつでも、誰でも、自由に過ごせる若者のためのフリースペースです。**
**一人のんびり過ごしてもよし、仲間と一緒にワイワイするもよし！**
**一人ひとりの「やってみたい」「やってみよう」をスタッフがサポートします！**

らでぃっす

## 多目的ホール

充実した音響設備があり、音楽・演劇・映像など、色々な表現活動ができます。また、卓球やダンスなど、友達と運動を楽しむこともできます。

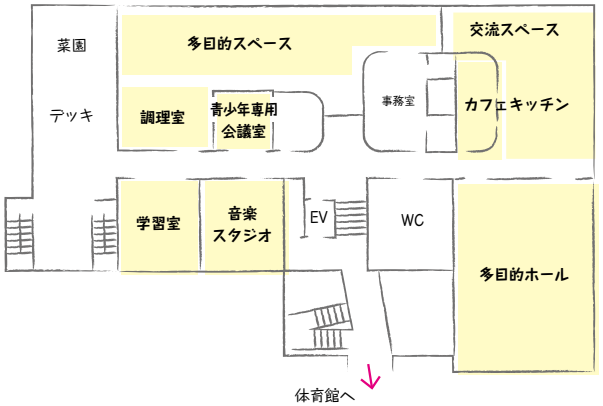
利用方法 予約不要。自由に利用できます。
※行事などで貸切利用したい場合はご相談ください。

ちょこっとPR❶
隣接の体育館でも遊べるよ！
◷ 毎週水・金曜日16:00~21:00
◎ 予約不要。
※体育館靴を持参してください。

## 交流スペース カフェキッチン

交流スペースは明るい光が差し込む、誰でも利用できるスペースです。Free Wi-Fiを完備し、インターネットやゲームを楽しむことができます。軽食や飲み物を販売するカフェキッチンも併設しているので、食事をしながらおしゃべりすることもできます。

利用方法 予約不要。自由に利用できます。



## 多目的スペース

のんびり過ごせるフリースペース。マンガやボードゲームも充実しています。おしゃべりをしたり、マンガを読んだり、好きなことをして過ごせます。

利用方法 予約不要。自由に利用できます。

### 利用者の声

アップスでいろいろな楽しいことを体験してきたけれど、それ以上に地域のお祭りに参加したり、保育園でボランティアをしたりとアップスの外とつなげてくれたことが嬉しかった。
（高校生世代）

スタジオを利用させてもらっています。スタッフの対応にも感謝しています。スタジオを利用するには、とても良い場所だと思います。
（大学生世代）



ちょこっとPR❷
週1回公認心理師による「よろず相談」を行っています。自分自身の心配事や周りの人との関係について相談を受けています。雑談も大歓迎なので、気軽に話しに来てね！


世田谷区船橋6-25-1 3F
バス「朝日新聞社前」徒歩2分
（経01・経02・梅01・烏51・八01・歳22・歳25）
小田急線「千歳船橋駅」徒歩20分
京王線「八幡山駅」徒歩20分
☎ 03-6304-6915 FAX 03-6304-6916
◷ 午前9時～午後10時 ※小学生は午後6時、中学生は午後8時まで
（毎月第3火曜日・10月第3日曜日・年末年始を除く）
◎ 区内在住・在勤・在学の39歳までの若者が利用対象


ホームページは、こちらから。

中学生以上利用OK

## 音楽スタジオ

完全防音の大小２つのスタジオ。ドラムセットやギター、キーボードなど、楽器も充実した本格派スタジオです。スタジオ（大）にはミキシングルームもあります。

利用方法 要予約。※団体登録後に予約サイトで予約できます。

中学生以上利用OK

## 学習室

約30席の、静かに集中して勉強ができるスペースです。

利用方法 予約不要。
※受付で番号札を受けとってください。

## 調理室

みんなでクッキングをしてワイワイと食べることができます。手芸やクラフトでも利用できます。

利用方法 要予約。※団体登録後に予約サイトで予約できます。
※予約利用者がいない場合は、フリースペースとして個人でも利用することができます。

## アップスのプログラム

楽しい食卓

初めてでも、一人でも気軽に参加できる食事イベントを毎週木曜日に開催しています。メニュー決めから片づけまでを参加者みんなで行います。参加費は200円程度で予約は不要。これまでに餃子やキッシュ、ピザなどを作りました。

せたがや大人図鑑

世田谷区にゆかりのある魅力的な大人と出会えるプログラム。さまざまな職業人、一味違う面白い体験をしてきた大人をゲストに迎えてトークやワークショップを楽しみます。これまでに古着屋・ラグビー選手・ダンスアーティストやeスポーツ選手などにお越しいただきました。

P-work

交流スペースのカフェとテラスにある畑を活用した就労支援・体験プログラムです。働くことの楽しさや大変さに触れ、進路ややりたいことを見つけていく機会として役立てていきます。また接客以外の対人関係を学べるように、カフェ勤務と併せ、月に1回仲間といっしょに畑仕事や新メニューの開発などをするグループ活動も行っています。