

「芝居づくりで生涯現役」

渡辺えり氏 特別講演会

1955年生まれ、山形県出身 劇作家、演出家、俳優、歌手
現在：オフィス300主宰／日本演出者協会理事
元：日本劇作家協会会長（2018年3月～2022年2月）
1983年 第27回岸田國士戯曲賞、1987年『喰の女 まだ見ぬ海からの手紙』で紀伊國屋演劇賞を受賞。俳優としては映画『shall weダンス?』で1996年報知映画賞助演女優賞、1997年日本アカデミー賞最優秀助演女優賞を受賞。新橋演舞場公演の主演を務めるなど舞台での人気も高い。

2026年1月18日(日)13:00～14:00 (開場12:30)

北沢タウンホール・2階ホール

参加料 500円(事前申込みが必要です。)

申込み:右のQRコードから 又は TEL 080-3385-1363



世田谷を舞台とする 地域活動団体の祭典

第19回 生涯現役フェア

日時：1月18日(日)10:30～17:00

場所：北沢タウンホール

地域で活動をはじめる・参加する
友達作りのきっかけに

2階ホール

●団体紹介



野鳥ボランティア
11:00-11:30



オシャレ歩行
イブの木11:30-12:00

●舞台発表



NPO日本サルサ協会 14:00-14:25



ナティヤム(インド舞踊) 14:25-14:50



地域デビューの会
(バンド演奏)14:50-15:10



ご当地家族会(凡从亭
志ん功)15:20-15:45



エンジョイフラ
15:50-16:10



中高年社交ダンス
サークル16:10-16:30

3階ミーティングルーム

●景品抽選所

スタンプラリーで豪華景品を当てよう!

福祉商品買物券(500円)

インドの石鹸

5億円宝くじ

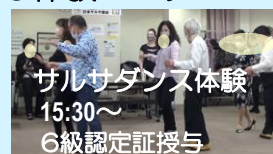
ほか多数

裏面にスタンプ台紙



medimix ハイロース株式会社

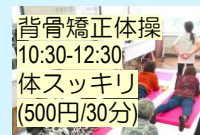
●体験コーナー



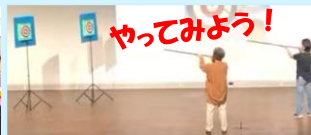
サルサダンス体験
15:30～
6級認定証授与



脳トレ教室



背骨矯正体操
10:30-12:30
体スッキリ
(500円/30分)



スポーツウェルネス吹矢



健康麻雀



サリーを
着てみよう

11:00～13:00
15:30～16:45



初めての人
と経験者が
入り混じっ
て実践形式
の麻雀教室

●スマホ何でも相談

ITに強い4団体(すまほ研, シニア
SOHO, トーク会, パソコンクラブ
優遊会)が共同出展。

「1人15分程度」で無料相談



2階ホールロビー

●マルシェ / プリン・シフォンケーキ・
焼菓子・ワンコインほぐし(NPOカプラー),
ほっこり似顔絵(MOVING MUSIC), エコ商品
(えこひろば)

世田谷みやげ



超こだわり原料(平飼卵、
ノンホモ牛乳)のプリン

●エキシビション



世田谷風景じゅく

2階集会室

●地域活動紹介コーナー

シニアライフを豊かにする様々な活動
と出会う 詳細は裏面

談話コーナー(お茶・茶菓子)有り。



北沢タウンホール

電車：小田急線・井の頭線

下北沢駅徒歩5分

バス：三軒茶屋(西友前)

からタウンホール行き終点

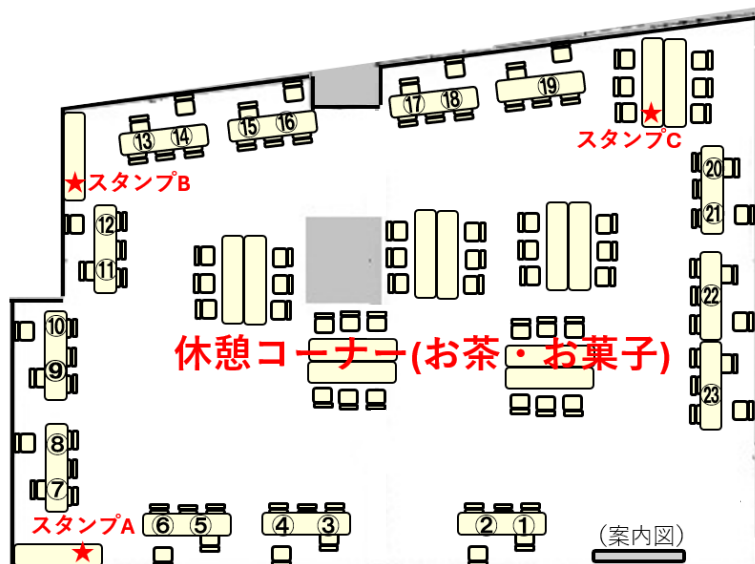
オオゼキ

本多劇場

下北沢

下北沢





2階 地域活動紹介コーナー



3階 体験コーナー

●2階集会室 地域活動紹介コーナー			
分類	No.	団体名	活動内容
健康	①	生きがい世田谷の会	サロン生きがい、気功教室など健康と生きがいづくりをテーマとした活動。
	②	世田谷区健康体操連盟	指導者のもと健康体操により基礎体力づくりし、体と心の健康を目指します。
	③	世田谷ウォーキングフォーラム	個性的な街並みなど見所で解説を聞いたり、会話をしながら楽しく歩きます。
	④	世田谷フレイル予防普及協会	フレイル予防専門理学療法士がシニア向けに様々な予防講座や運動教室を開催
シニア	⑤	かたよせ会	在宅介護家族会、現在は介護卒業生が多くなり毎月色々楽しい企画をしています。
	⑥	たまごの家	多世代交流、高齢者の居場所づくり。毎週土曜日10-13時(昼食あり)ひだまり友遊会館
障がい	⑦	おでかけサポーターズ	福祉移動支援センター運営とボランティアグループでおでかけイベント企画
	⑧	トゥレット友の会	トゥレット症(チック症)の啓発と患者家族支援のボランティア活動。
	⑨	一般社団法人アニマシオントイ	体の不自由な学童の疎開の紙芝居を作成し普及に努め、もみじの家、新聞紙工作が活動の柱
	⑩	NPO法人 ユメソダテ	農作業などで知的障がい者認知能力向上の学校。授業を手伝うボランティア募集
趣味	⑪	麻雀同好会ラベンダー	初心者と経験者を混合し、定期的開催で仲間を増やし、麻雀で脳トレや親睦を図る。
	⑫	世田谷地域デビューの会	地域活動経験を紹介しあう。仲間作りや何かをしたい方、参加してみませんか
	⑬	北沢DANCHU会	シニア男性がうめとびあで栄養士指導のもと食材買出し、調理、会食、懇談。
	⑭	おとこの台所・野沢	シニア男性ならどなたでも入会できます。料理をしたことのない方歓迎です。
	⑮	ポピーの会	気軽に飾れる季節のお花やお雛様等のちぎり絵作り。丁寧な解説付き初心者も安心
	⑯	せたがや道楽会	古道や地域の歴史を調べ、街歩きをして風土を味わい、感想等語合い楽しむ会
環境	⑰	野鳥ボランティア	野鳥観察会、調査。野鳥の知識なくても大丈夫、興味ある方は是非参加を!
	⑱	世田谷環境学習会	環境保全の輪を広げるため学校支援、エコアップ探検隊、環境入門講座等の活動
拠点	⑲	社会福祉法人世田谷ボランティア協会	ボランティア活動をしようという方とその力を必要とする方の橋渡しをします。
学び	⑳	世田谷区生涯大学同窓会	生涯大学修了後も親交深め知識向上図り元気で充実した日々を送れるよう活動
	㉑	世田谷区シニアスクール	年約30回弱の講座中心のイベントを火曜午前中に開催。一般区民も入会可能
その他	㉒	特定非営利活動法人カブラー	区内の起業家の交流会。起業家を目指す方々の入会をお待ちしています。
	㉓	一般社団法人イヴの木	ジェンダー視点を取り入れた種々イベントを企画・実施。会員募集中

●3階ミーティングルーム 体験コーナー			
分類	記号	団体名	活動内容
健康	㉗	スポーツウェルネス吹矢	楽しい健康スポーツ、呼吸法で胸筋腹筋鍛え、精神力・集中力も高め、皆で一緒に
	㉘	NPO法人 日本サルサ協会	シニア向けサルサダンス講習会やラテン音楽演奏会開催を通じて心身の健康に貢献
	㉙	せたがや背骨コンディショニングの会	背骨矯正体操で身体をスッキリ、腰痛/肩こり等の悩みに症状に即した運動を指導
シニア	㉚	コミュニティご縁	全員参加型の「脳トレ教室 元気にハイ!」と「皆んなで歌おう♪歌声広場」を開催。
	㉛	パソコンクラブ優遊会	パソコン&スマホ教室。教える人も学ぶ人も元気なシニア、楽しく地域活動/ご近所付合い
	㉜	NPO法人 シニアSOHO	初心者から、くらし・防災・健康に役立つスマホの使い方まで、楽しくゆっくり丁寧に講習
	㉝	せたがややすまほ研究会	スマホ講座をはじめ各種のIT講座を60歳以上のシニアを対象にした講習会を開催
趣味	㉞	麻雀同好会ラベンダー	初心者と経験者を混合し、定期的開催で仲間を増やし、麻雀で脳トレや親睦を図る。
	㉟	ナティヤム	南インド古典舞踊バラタナティヤムの習得練習、異文化体験、健康増進等地域活動へ貢献
	㊱	トーク会	異業種出身のシニアが集い、時の話題など楽しくおしゃべり。ITに熟練した会員が高齢者向け講習会

スタンプラリー台紙

★印の所にあるスタンプを A~D の順に集めて、3階の景品交換所でクジを引いて**豪華景品**ゲットに挑戦!

