

ご自由にお持ちください!!



セントーマスコット チュオ!

オアシスは、信用金庫・病院・歯医者・商店街・スーパーストア・飲食店・食料品店・個人事業者・介護施設など、地域の皆さまのご協力をいただき、各所に置いてあります。配布希望や掲載したい情報などありましたら、ご意見をお待ちしております。



2012

12



子どもも大人も一緒に楽しもう!
「昔あそび」講座開催!!



12月26日募集の講座!

☆子どもも大人も昔あそび「かるたけん玉廻り」
☆愛情いっぱいベビーマッサージA・B

☆わくわくサイエンス「間に浮くマジカルペインティング」
☆子育て支援「育児がもっと楽しくなる」A・B

☆効果的なプレゼント「パワーポイントの基礎」
☆ペン字上達講座「硬筆書写検定3級を目指して」

☆パパ・ママOK!「親子ピクス」「HIP HOP」
☆木曜・金曜ダンシングキッズ「HIP HOP」

☆インドカレー店で「バレンタイン作成に挑戦A・B」
☆はじめての中国語「初級会話編」

☆朗読カフェ「読みたい、聞きたい」テーマは、古典

他、講座多數

「美しいまち」は「安全なまち」

一人ひとりのちょっとした気づかいで、まちはもっと
もっと美しく、安全になります。みなさんに犯罪のない
美しい住みよいまちをつくっていきましょう。



ピューティフル・ウインドウズ運動展開中 足立区

ますます
ワクワク
明日の
あだち
80th

「縊づくり事業」開催中!!

~春は桜、夏はプール、秋はふれあいまつり、冬はイルミネーション!
季節感あふれるセンターで、きっと何かが見つかります!~



←携帯サイト
ホームページ
ブログ→



おすすめ講座情報

12月26日(水) 9:00~受付開始

お申込みは 中央本町地域学習センター 窓口
または 03-3852-1431まで!
※あだち広報は紙面の都合上、全ての講座が掲載されません。
※受付開始日の9:00~13:00は開催施設のみ受付。

気軽に当日参加! <12月の中央本町センターサロン>

月 朗読カフェ 無料

18:00~20:00(月1回)

大好きな本を朗読したり、聞いたり...。本の魅力を共有できる交流の場です。

12/17
テーマ「クリスマス」



金 パソコン 200円

19:00~20:30(毎週)

気軽にパソコンを楽しんで、集まつたみなで地域交流をしましょう!

12/7, 14, 21



火 囲碁 200円

18:00~21:00(月2回)

初心者の方、ベテランの方も一緒に囲碁を楽しみましょう!

12/4, 18



土 ITサロン 200円

14:00~16:00(月2回)

ボランティアさんのアドバイスを受けて、楽しく学べる交流の場です。

12/8, 22



水 ソーシャルネットワーク 無料

19:00~20:30(月1回)

コミュニケーションツールを覚えながら、みんなで楽しく交流しましょう!

12/12 絆づくり事業



土 こどもパソコン 100円

14:00~16:00(月1回)

みんなで楽しくパソコンに慣れよう! 勉強だってパソコンでやると楽しいよ。

12/1



木 将棋 200円

19:00~21:00(月2回)

初心者の方、ベテランの方も一緒に将棋を楽しみましょう!

12/13, 27



日 ジュニア将棋 50円

14:00~16:00(月1回)

将棋で遊びながら、考える力をつけよう! 初めての人も大丈夫だよ。

12/2



サロン運営ボランティア大募集中!

当センターでは、サロンの運営のお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集しています。詳しくは2階受付までお気軽にお問い合わせください。

ダンシングキッズ 'HIPHOP'木・金

踊りたくてウズウズしているキッズたち、大集合!

【日時】1月24日~3月21日 毎(木)全9回

16:10~17:00

1月18日~3月22日 毎(金)全10回

A: 16:00~17:00

B: 17:00~18:00

【場所】木曜: 第1学習室 金曜: レクホール

【対象】木曜: 5歳~小学生 金曜: 小学生

【定員】木曜: 20名 金曜: 各30名

【料金】木曜: 4,500円(保険料含む)

金曜: 5,000円(保険料含む)

【講師】MANA(区立第四中学校ダンス講師)



パパ・ママOK! 「親子ピクス」

「パパピクス」から「親子ピクス」へ改変します! パパでもママでも参加OKです。(開講後の変更は不可)

土曜の朝は、運動をとおして親子ふれあいタイムにしてみませんか!



【日時】1月19日、2月2・16日、

3月2・16・30日 各(土)

10:30~11:30 全6回

【場所】中央本町センター1階 レクホール

【対象】2~3歳の子と保護者 【定員】25組

【料金】3,270円(保険料含む)

【講師】フィットネス指導者連絡会



ちびっこ・こども体操

~応募方法について~

ちびっこ・こども体操のお申し込みは往復はがきとなります。詳細はセンター窓口までお問い合わせください。

【日時】1月22日~3月19日 毎(火)

(2/12除く) 全8回

ちびっこ 15:30~16:30

こども 16:40~17:40

【場所】中央本町センター1階 体育館

【対象】ちびっこ 4歳~就学前の子

こども 小学生

【定員】各40名

【料金】2,600円(保険料含む)

【講師】フィットネス指導者連絡会



インドカレー店で 「バレンタインナン」作り体験AB

今回のナン作りは、バレンタインデーにちなんで、焼き立てのプレーンナンにチョコレートを入れたり、外からデコレーションなどしてみましょう!

【日時】A: 2月2日(土) B: 2月9日(土)

15:00~16:30

【場所】BINITA青井店 *現地直接集合です。

【対象】4歳~小学生と保護者

【定員】各10組(1組最大3名まで)

【料金】1,300円

(追加: 子ども@500円 大人@800円)

【講師】BINITA青井店スタッフ

【日時】1月20日(日)

10:30~12:00

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】小中学生 【定員】20名

【料金】600円(教材費)

【講師】総合学習塾「こじまJUKU」講師



サロン運営ボランティア大募集中!

当センターでは、サロンの運営のお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集しています。詳しくは2階受付までお気軽にお問い合わせください。

効果的なプレゼン「パワーポイントの基礎」

パワーポイントの基本操作、スライドデザインなどの機能をスタートから学びます。
(パワーポイント2010) エクセルとワードを使える方が対象です。

【日時】1月20日、2月3日・17日、
3月3日 各(日)
10:00~12:00 全4回

【場所】中央本町センター2階 第2学習室

【対象】16歳以上

【定員】5名

【料金】7,750円(教材費含む)

【講師】行成 研一
(MSOスペシャリストマスター)



はじめての中国語 「初級会話編」

初心者向けのプリントを使用して、中国語会話の基礎を学びます。



【日時】1月21日~3月4日
(2/11除く) 毎(月)

19:00~20:30 全6回

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】3,800円(教材費200円含む)

【講師】金 京花(中国吉林省出身)

はじめての韓国語 「ハングル文字初級編」

講師が丁寧に分かりやすくハングル文字の基礎を教えます。



【日時】1月26日~3月2日 毎(土)
10:30~12:00 全6回

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】3,800円(教材費200円含む)

【講師】金 京花(中国吉林省出身)

成年後見セミナー 「成年後見とは?その種類と手続き」

高齢者の尊厳を維持し、守っていこうとする成年後見制度を、どのように活用する事ができるのかを具体的に解説いたします。



【日時】1月26日(土)
13:00~14:30

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】16歳以上 【定員】20名

【料金】無料

【講師】野口 努(あだち総合行政書士事務所)

ペン字上達講座 「硬筆書写検定3級を目指して」

ボールペン字の上達講座を開催します。講師がお一人ずつ、きちんと丁寧に添削しながらすすめています。



【日時】2月1日~3月15日 毎(金)
(2/15除く)

19:00~20:30 全6回

【場所】中央本町センター2階 第2学習室

【対象】16歳以上 【定員】15名

【料金】2,400円

【講師】高橋 江東(足立区書道連盟会長)

愛情いっぱい 「ベビーマッサージ」

肌着の上からスキンシップを兼ねたマッサージで赤ちゃんと一緒に楽しみましょう。ヨガやストレッチなどで、産後のお母さんをケア♪

子育て支援講座 「育児がもっと楽しくなる」

ベビーリフレクソロジー(足裏マッサージ)に加えて、リトミック、絵本の読み語り、ベビーサイン、親子ヨガを各回に分けて行います。

【日時】1月11日~2月1日 毎(金)全4回

A) 9:45~10:45

B) 11:15~12:15



【場所】中央本町センター2階 音楽室

【対象】2~12ヶ月の赤ちゃんと保護者

【定員】各10組 【料金】3,000円

【講師】市川 美紀
(保育士・チャイルドボディセラピスト)

子どもも大人も昔遊び 「かるた けん玉 凧作り」

みんなで一緒に昔遊びを楽しみませんか? かんたんな凧作りもやります♪図書館80周年事業の表彰式も行います。



【日時】1月27日(日) 10:00~11:30

【場所】中央本町センター2階 第1学習室

【対象】どなたでも 【定員】40名

【料金】無料

【講師】中央本町センター職員

大人のためのおはなし会 「心に沁みる絵本、詩、短編小説」

大人だからこそ楽しめる絵本や詩、短編小説の朗読を通して、新しい本との出会いや集まつた方同士の交流の場を提供します。ボランティアの方も参加しています。



【日時】A) 2月5日(火)
13:30~14:30

B) 2月9日(土)
10:30~11:30

【場所】中央本町センター2階 レクホール

【対象】16歳以上 【定員】各20名

【料金】無料 【講師】中央本町センター職員

講★座★報★告

ジュニア将棋大会 10月21日(日)

第2回大会は9名の子ども達が参加してくれました。低学年と高学年それぞれ総当たりのリーグ戦を行いました。勝った子も負けた子も、みんな一生懸命勝負に臨み、真剣でとても良い顔をしていました。これからも楽しみながら将棋を続けてください!



「英語でハロウィンパーティ」 10月31日(水)

19名の子ども達が参加してくれました。「トリックオアトリート!」と言ってお菓子をもらったり、ホネホネダンスを踊ったり、モンスターが出てくる英語の絵本を読んだり、みんな楽しんでくれたようです。





★地域センターからのお・し・う・せ★



★こんにちは「五反野駅前通り銀座会」です

前回に続いて、五反野駅前商店街の歴史をたどって行きたいと思います。

千住の宿を起点とする下妻道は、北千住の宿場町通りから五反野駅前通りを抜け、四ツ家の交差点を右折し花畠通りから茨城の下妻市へ抜ける街道だったそうです。

実は今から150年程前の江戸時代、1868年3月14日に近藤勇、土方歳三ら新撰組がこの街道を通り千葉の流山へ向かう為に五兵衛新田（現、綾瀬4丁目）に集まつてしまふる逗留していたらしいのです。

今、歩いているところをあの新撰組の隊士らが通っていたのですね。何人ぐらいの人数で、他にどんな人物が一緒に居たのか、どんな服装で、どんな思いで歩いたのか・・・想像するだけでワクワクしますね！

奥深い五反野周辺！？にはまだ知らない史実がありそうなので、地域の皆さまが知っていることがあれば、下記アドレスまでご連絡ください。



（参考文献「足立風土記」）

【中央本町センターは、五反野駅前通り銀座会さんと様々な連携を行い、地域貢献・地域活性化に

取り組んでまいります】



五反野駅前通り 銀座会
http://www.ginzakai.com/
Mail : w.1010@basil.ocn.ne.jp

♪第29回 中央本町ふれあいまつり報告♪

11月10日（土）、11日（日）、中央本町センターにてふれあいまつりが開催されました。

サークルさんの日頃の活動の成果を、展示や発表を通してご来場の皆さまにお楽しみいただきました。

他にも模擬店やフリーマーケット、大抽選会や健康測定など盛りだくさんの内容で大賑わいのうちに幕をとじました。ご来場いただいた皆さま、実行委員の皆さま、本当にありがとうございました。

オープニングセレモニー



相撲甚句



大人のためのおはなし会



BINITAの



カレー&ナン



美味しいモノ色々



模擬店



健康測定



4中ダンス部&



俳句作成



フリーマーケット



ITサロン体験



唐辛子調合



区制80周年事業



表彰式



キッズダンス!



大抽選会

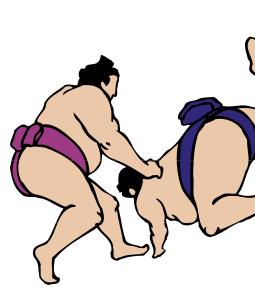


ありがとうございました！

★アウトリーチ型活動報告 「東京足立相撲甚句会 中央」さん

11月11日（日）に「ゆうあいの郷 六月」さんのイベント「六月祭 介護の日」に出演していただきました。

この日は朝から模擬店、フリーマーケットなど盛りだくさんの行事・イベントが開催されており、午後2時から東京足立相撲甚句会 中央さんのステージが始まりました。合いの手「あ～ドスコイ、ドスコイ」の掛け声にのった伝統唄の相撲甚句が鳴り響いていきます。この日は、施設利用者やご家族そして地域のみなさんがたくさん来場されており、およそ70名くらいの方と「あ～ドスコイ、ドスコイ」のコラボレーションで大盛況でした。伴奏の無い、唄い手さんだけの魂のこもった相撲甚句は会場を魅了してやみませんでした。



★アウトリーチ型活動報告 「D・C・F」さん

11月24日（土）に「ディサービスセンター たくみ」さんを訪問いたしました。

午後2時、DCF（ダンス・サークル・エフ）さんのメンバー男女9名のステップが軽やかにスタートしました。タンゴ、ルンバ、チャチャ、サンバと“華麗な舞い”が続いていきます。そして、ディサービスの利用者の方が参加してのダンスコーナーへ突入！ 最初のお声掛けでは、みなさん恥ずかしそうにいらっしゃいましたが、DCFさんの紳士的なエスコートもあって、4～5名の方にご参加いただき、一緒にダンスタイムを楽しんでいただきました！ 慣れてくるとみなさん笑顔で音楽に合わせてステップも軽やかに！ 利用者の方の中にはご経験者もいらっしゃり、DCFさんも「姿勢が良くて素晴らしい！」との感想でした。楽しい時間はあっと言う間に過ぎていき、最後は哀愁漂うワルツでDCFさんのLAST DANCEで終了しました。利用者の方からは「またダンスを習いたくなりました。」「とっても素敵でした。」など多数の賛辞のお声をいただきました！





中央本町センタークリスマス特集



クリスマスイルミネーション



これらのイルミネーションは夜道を明るく照らして地域の安全を守る役割もしています。館内にもツリーを飾り付けをお待ちしております。



中央本町センターのイルミネーションは、屋上から1階の屋根を使って、ツリーの形を作っています。周りには星や雪の結晶といった冬らしいライトがキラキラ輝いています。

また、入り口の横にある木にはピンクと青のLEDライトで飾り付けをしています。寒い冬ですが、綺麗な色に染まった木に、心を和ませていただきたいと思います。

クリスマス講座② 大人も楽しく工作！ 「飛び出すクリスマスカード」

大人だって作りたい・・・。そんな皆さまの声にお応えして、大人向け飛び出すカード作りの講座を開催します！作ったオリジナルカードは様々な贈り物に応用できます。お子さま連れでも参加できます。



- 【日時】12月16日（日）
10:30~12:30
- 【場所】中央本町センター2階 工作室
- 【対象】16歳以上
- 【定員】10名
- 【料金】300円（教材費）
- 【講師】中央本町センター職員

飛び出すカードでびっくり！
可愛いカードを作ってプレゼント♪
きっと喜ばれると思います。

クリスマス講座① 理美フラワースタジオが教える 「小学生のためのX'masリース」

小学生でも作れるように簡単なアレンジメントを教わってクリスマスリースを作ります。
(保護者の同伴可)

サミット五反野店では、五反野駅前通り銀座会主催の福引きも行われているのでそちらもご参加ください。



- 【日時】12月15日（土）
13:00~14:00
- 【場所】サミット五反野店（イベント広場）
- 【対象】小学生
- 【定員】10名
- 【料金】500円（教材費）
- 【講師】理美フラワースタジオ（中央本町2丁目）

自分で作ったクリスマスリースを玄関に飾ってみましょう！
手づくりのリースをご家族でお楽しみください。

やよい図書館 クリスマス特集

やよい図書館では、児童特集コーナーで「クリスマスの本」を集めて、皆さまのご来館をおまかせしております。

また、いつものおはなし会とは少し違う「クリスマスおはなし会」も開催します！！詳しくは15ページを見てね。



クリスマスの本をたくさん集めたから読みに来てね！！12月からじゅうたんコーナーに、クリスマスツリーを飾ってあるよ♪



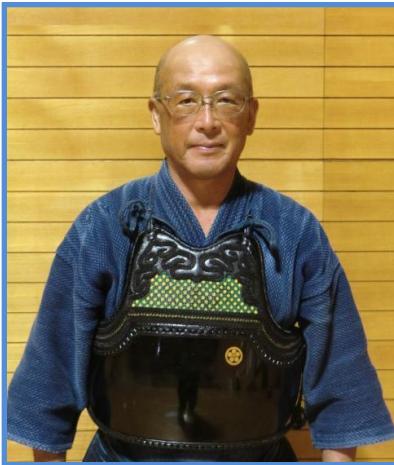
中央本町センターでは、子どもから大人の皆さまが楽しめるようなイルミネーションやクリスマス講座、おはなし会を開催しております。クリスマスマードたっぷりの中央本町センターにぜひ遊びに来てください。

※クリスマス講座①・②は、11月26日から受付中です。

中央本町地域学習センター

登録団体紹介 ③ 足立区中央本町剣友会

(講師) 櫻井さんに
アンケートでインタビュー!



「足立区中央本町剣友会」さんの講師をさ れるようになったきっかけは?

恩師より要請をうけて講師になりました。

「足立区中央本町剣友会」さんの名前の由 来は?

地元で剣道に親しもうという事と聞いて
います。

剣道の魅力とは?

- ◆心・技・体
- ◆礼儀作法を身につけられること



読者のみなさんに「足立区中央本町剣友会」さんのPRをお 願い致します!

- ◆心と技術と体力を基礎から学べます!
- ◆「足立区中央本町剣友会」は初心者でも丁寧に教えてくれ
ます。

先生へメッセージをお願い致します!

- ◆礼儀、挨拶、言葉づかい、技術の厳しい指導を宜しくお願
い致します。
- ◆小1の初心者の息子を丁寧に指導して頂き、ありがとうございます。



足立区中央本町剣友会

会員募集中!

- ◆活動日 毎週木曜日
- ◆時 間 19時～21時
- ◆場 所 体育館
- ◆活動内容 剣道
- ◆連絡先 井上 03-3886-1086
- ◆入会金 なし
- ◆月会費 800円(成人) 500円(小人)



取材へのご協力ありがとうございました。



活動風景

「足立区中央本町剣友会」さんへ入会されたきっかけは?

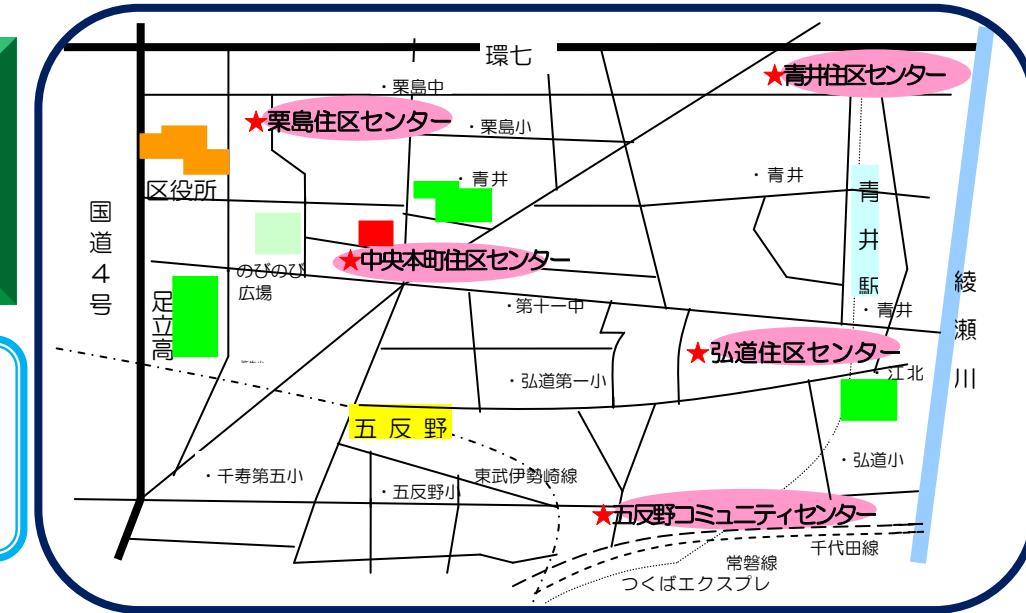
- ◆子どもが剣道を習いたいと言っていて、探していたら中央本町センターにサークルがあったので入会しました
- ◆子どもに剣道を習わせたいと考えていましたが、近所で教えて頂ける場所がありませんでした。諦めていたところ「足立区中央本町剣友会」があることを知り入会しました。

剣道の魅力とは?

- ◆心・技・体
- ◆礼儀作法を身につけられること

各住区センター 12月のお知らせ

住区センターは赤ちゃんからお年寄
りまで、地域の方々が利用できる
交流の場です。悠々館も児童館も、
毎月楽しいイベントや教室が満載。
気軽に立ち寄ってみませんか！



♪悠々館♪

★児童館★

青井住区 センター

TEL 3852-3750

休館日

28日 9日 16日 17日
23日 24日 29日 30日 31日

【体力測定と転倒予防体操について】

日時：12月10日(月)午前10時～11時30分
講師：埼玉県立大学理学療法科 田口孝行先生

11月16日に実施した体力・筋力測定の結果をお知
らせすると共に転倒予防のためには、どういう体操、
運動が効果的かを指導していただきます。

弘道住区 センター

TEL 3840-9354

休館日

28日 9日 10日 16日
23日 24日 29日 30日 31日

【転倒予防体操】

日時：12月4日(火)・18日(火)
午後1時30分～

【民舞教室】

日時：12月7日(金)・21日(金)
午後1時30分～

【絵手紙教室】

日時：12月12日(水)午後1時30分～

栗島住区 センター

TEL 3848-3471

休館日

28日 9日 16日 17日
23日 24日 29日 30日 31日

【健康づくり講座「からだが元気になる献立の工夫】

日時：12月5日(水)
午前10時30分～12時30分

場所：大広間 会費：300円

【クリスマス会】

日時：12月20日(木)午後1時～3時
みんなで、うたって、踊って、楽しいひと時を

五反野コミュニティ センター

TEL 3886-2643

休館日

28日 9日 16日 23日
24日 25日 29日 30日 31日

【料理教室】

日時：12月12日(水)午前9時～12時30分
場所：コミセン集会場

普段食卓に出るような、美味しい家庭料理を作ります。

【手芸教室】

日時：12月13日(木)午後7時～9時
場所：集会室

中央本町住区 センター

TEL 3852-1434

休館日

28日 10日 16日 23日
24日 29日 30日 31日

【歌謡サロン・クリスマスパーティ】

日時：12月15日(土)午後2時～
場所：悠々館大広間 参加費：¥500

【新年お楽しみ会】

日時：1月27日(日)午前10時～
場所：悠々館大広間 参加費：¥800
演芸を楽しみ、食事・抽選会を楽しむ集いです。

【クリスマス会】

日時：12月19日(水)
(受付：午後3時～午後4時)

対象：小1～中3

ゲーム・勝ったら、かわいいカードがもらえるよ
ピンゴ・いろいろな景品が当たるよ

*子どもも実行委員募集 小1～中3

【プラパンの日】

「ステンドグラスを作ろう！」
日時：12月19日(水)

対象：小学生 限定60名

【幼児合同クリスマス会】

日時：12月5日(水)
午前10時30分～11時30分
サンタさんが来てくれます！

【劇団員の火クリスマス講演「ピノキオの冒険】

日時：12月19日(水)
受付：3時15分～ 開演：3時30分～

【おもちについてみよう】

日時：12月9日(日)
おもち引換券配布：午前10時30分～
引換：午前11時～12時 先着300名

やよい図書館

いつもやよい図書館をご利用いただきましてありがとうございます。

中央本町センターの桜の木も、よい香りのする葉をほとんど落とし、いよいよ本格的な冬が始まろうとしています。毎年のことながら、冬物のコートを用意し、インフルエンザの予防接種を受け、クリスマスツリーを飾り、年賀状に悩み…と少しずつせわしない気持ちになってきますね。この1年を無事に送ることができたことに感謝しながら、冬の日を大切に過ごしましょう。忙しい時間の中に、毎日ほんの少しの読書の時間を組み込むと、ほっとできますよ。年末年始の休館の分、本が長く借りられますのでお正月にもどうぞゆっくりお読みください。みなさまがお元気で新年を迎えることを願っています。



「描こう！これまでの足立、これからの足立」表彰式

表彰式のあとは区長と受賞者で記念撮影を行いました！



←左より 絵・N o.1賞の竹村美那子さん
俳句・N o.1賞の尾山友莉花さん
近藤やよい区長
絵・区長賞の立崎小晴さん
俳句・区長賞の藤田佳己さんのお母様

11月11日（日）中央本町センター体育館において、近藤やよい区長をお迎えして、子どもの部 俳句部門・絵部門の表彰式を行いました。たくさんの方々の見守る中、4人の受賞者のみなさんがあなたより賞状と副賞を授与され、会場は温かい拍手につつまれました。応募してくださった皆様、投票にご協力いただいた皆様に深くお礼申し上げます。

大人の部 投票について

俳句と写真の募集は11月29日（木）に締め切りました。ご応募ありがとうございました。
12月11日（火）より投票を行いますので、ぜひこちらもよろしくお願い致します！

12~1月のお休み

12月10日（月）、28日（金）～1月4日（金）※
1月15日（火）、31日（木）

※年末年始の休館中は、ブックポストもご利用できませんのでご注意ください。

読書の窓 12月に読みたい本



心もカラダもあたたまる本



12月になり、寒い冬に入りました。寒くなると、お布団からも家からも、出たくなくなってしまいますよね…。そんなみなさまに少しでもあたたかい気持ちになって頂けたらと思い、今月の読書の窓では「心もカラダもあたたまる本」をご用意しました。寒い冬ではありますが、やよい図書館でボカボカになれそうな本を読んでみてはいかがでしょうか？みなさまのご来館をお待ちしております。

『おひさまのかけら 「こどもの詩」20年の精選集』
川崎洋／編 中央公論新社

読売新聞で連載されている「こどもの詩」。1982年～2001年の20年間に掲載された詩の中から227編を収録したのが本書です。子どもたちの言葉はまっすぐで、鋭くもやさしく胸に飛び込んできます。読んでいくうちに、だんだん心の中がおひさまのかけらで満たされていくよう…。詩に添えられた川崎洋さんの感想も、とても素敵です。



『中川みよ子の 台所はくすり箱』
中川みよ子／著 新風舎

健康な身体を作るのは毎日の食事です。夫婦ともに大病や怪我を克服した著者の食卓には、素材の持つ本来の味を活かしたおかず＝「素食」が長年並んできました。それこそが自然治癒力を引き出したのだと言います。「知恵を働かす心の栄養と家庭のぬくもりが大切」と著者は語ります。素食を試してみませんか。体を温めるレシピもあります。



『Hot Drinks around the World』
世界のホットドリンク
高野麻結子／編 プチグラパブリッシング

寒い日には温かい飲み物がほしくなりますよね。この本では、世界各国のコーヒーと、そのコーヒーにまつわるエピソード、また、レシピまで書かれています。この本を開いて、温かい飲み物を作って飲んでみてはいかがでしょうか？カラダがぽかぽかしてきます。

『たくさんの愛をありがとう。

あなたの胸ゆさぶる、99の物語』
朝日新聞社／編 朝日新聞社

200作品を超える短編物語が、皆様のこころを暖かくしてくれる1冊です。家族への感謝の気持ちを込めた物語や、JRの駅での心和む救出劇や、交通事故にあった迷い犬が飼い主のもとへ戻った物語などなど。この本を読むと、きっと家族や友人、近くに存在する人へ感謝の気持ちが溢れる事でしょう。



『きつねいろのくつした』
こわせたまみ／著 ひかりのくに

人間のように、クリスマスにプレゼントがもらいたいきつねのこんたは、自分が靴下に変身すると、プレゼントがもらえるのではないかと考え、大きな靴下に変身しました。そこに可愛いうさぎのおんなのこがやってきて…。きつねのこんたと、うさぎのおんなのこがとても可愛い、絵本です。子どもから大人まで楽しめる冬の1冊となっています。



『日本人の9割は冷えている
免疫力、消化力、寿命を左右する「冷え」』
蓮村誠／著 新潮社

冬は寒く、冷え症などに悩む季節ですね。その悩みを解決する手助けを、この本がしてくれます。カラダが冷えやすい理由や、カラダを冷やす食べ物の紹介、また心の不調もカラダの冷えを取ることで治るなど、様々な冷えに関する情報を得ることができます。この本を読んで冷えを少しやわらげてみてください。

スペシャルおはなし会へのご参加 ありがとうございました！

11月10日（土）、11日（日）に開催された中央本町ふれあいまつりの中で、今年もスペシャルおはなし会を開催しました。当時はたくさんのお客様にご来場いただき、会場の音楽室はとてもぎわっておりました！みなさまの楽しい絵本との出会いの場となりましたでしょうか？また、今年もご協力いただきました、午前の部ご担当の「読み語りボランティアやよい」様と午後の部ご担当の「櫻の実会」の皆様、この場をお借りして御礼申し上げます。それでは、当日の様子やプログラムの一部をご紹介いたします！！



手遊び
「こぶたぬきつねこ」



大型絵本
「おべんとうバス」



大型絵本
「おばけの地下室たんけん」 紙芝居
「おまんじゅうのすきなどのさま」



紙芝居
「おまんじゅうのすきなどのさま」

午前の部

パネルシアター
「ひよちゃんのいいないい」



大型絵本
「いもほりバス」



大型絵本
「だいすきっていいたくて」



秋の読書週間イベント 工作会の報告

11月7日（水）のおはなし会のあとに行った工作会で、みんなで「ぽよよん わんこ」を作って遊びました。9名の方が参加してくれました。封筒のウラでつくったわんこの体に、それぞれ好きな色の耳や手足、しっぽをつけて、顔をかいたらできあがり！！みんなとってもかわいらしいわんこにしあがりました。顔も上手にかけていましたね。犬が迷子にならないように名前をつけて、首輪を書いてあげている子、おにぎりを持たせてあげている子もいました。みんな楽しんでくれたようです！！



ぽよよん わんこを
みんなでつくったよ！！

おはなし会のおしうせ

★おはなし会（水曜日 午後3時30分から 2階・教養室）

12/5・19 [絵本や紙芝居などを読むよ]

★大おはなし会（第4水曜日 午後3時から 2階・レクホール）

12/26 [ビデオ上映や折り紙などもりだくさん！]

★赤ちゃんおはなし会（第3木曜日 2階・教養室）

12/20（木）[フレママ&フレパパさんも是非どうぞ♪]

○1歳半～3歳向け 10:30～10:50

○0歳～1歳半向け 11:10～11:25

クリスマスおはなし会のお知らせ

12月12日（水）

ごご3じ から 4じ 2階 レクホール

もうすぐクリスマス、サンタさんにほしいプレゼントのお願いはしたかな？

たの 楽しいクリスマスの前に、やよい図書館のクリスマスおはなし会で一足先

もあ に盛り上がりましょう！

ことし おお えほん たの 今年は、大きな絵本のほかにパネルシアターも楽しめますよ♪

うち ひと ともだち さんか お家のの人やお友達をさそって参加してくださいね。

ま お待ちしています。



クリスマスカード
のプレゼントがあるよ！
お楽しみに♪

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	
足立区の 「災害情報」 「防火・防犯情報」 「子どもの安心情報」を いち早く携帯で確認！		12月のカレンダー <i>December</i>			*赤字表記は、 当日受付となり ます。 *青字表記の講 座は、事前受付が 必要となります。	1 ハバピクス キッズピクス 韓国語講座 こどもパソコン 個人利用 屋内施設一般受付 屋外 2月抽選受付開始	
2	3	4	5	6	7	8	
ジュニア将棋	ママピクス ヘルシーエクササイズ 元気いきいき体操 掃除講座 中国語講座	ちびっこ・こども体操 囲碁サロン	わいわいエアロピクス フェルデン体操 親子英語 おはなし会 スポーツ広場 個人利用	HIPHOPレッスン	親子体操 HIPHOPレッスン デジカメ講座 筆ペン講座 パソコンサロン	キッズピクス 韓国語講座 ナン作り ITサロン	
9	10	11	12	13	14	15	
個人利用	センター休館日 図書館休館日	ちびっこ・こども体操	わいわいエアロピクス 親子英語 クリスマスおはなし会 SNSサロン スポーツ広場 個人利用 テニス1月分当選者受付～18日	将棋サロン 野球運動場 1月分当選者受付～19日	親子体操 HIPHOPレッスン デジカメ講座 筆ペン講座 パソコンサロン	ハバピクス キッズピクス 農業体験講座 韓国語講座 クリスマスリース 個人利用（無料）	
16	17	18	19	20	21	22	
普通救命講習会 クリスマスカード講座	ヘルシーエクササイズ 元気いきいき体操 親子リトミック 中国語講座 朗読カフェ	ちびっこ・こども体操 バレエサークル体験 囲碁サロン	わいわいエアロピクス フェルデン体操 おはなし会 スポーツ広場 個人利用 テニス1月分一般受付 利用者懇談会	赤ちゃんおはなし会 野球運動場 1月一般受付	親子体操 赤ちゃんタッチ デジカメ講座 筆ペン講座 パソコンサロン	ナン作り ITサロン	
23	24	25	26	27	28	29	
わくわくサイエンス		3歳の器械体操講座 バレエサークル体験	3歳の器械体操講座 大おはなし会 個人利用 屋外 1月分電話予約 講座受付 (広報12/25分)	将棋サロン		12/28～1/4 年末年始休館日	
30	31	お知らせ① 講座受付開始日の変更について 近所でまなボーリー（あだち広報掲載）の講座の受付開始日が、下記のとおり変更されております。あだち広報4月25日号から、講座の先着受付開始日が『毎月26日午前9時～』に変更されております。			お知らせ② センター敷地内全面禁煙 平成24年4月1日より、センター敷地内は、全面禁煙となりました。ご協力をお願いいたします。		
12/28～1/4 年末年始休館日							

【体育館個人利用案内】日程は、カレンダーの個人利用をご参照下さい。

区分	時間	水曜日 *祝日は除く	第1土曜日 *祝日は除く	第3土曜日 (無料)	第2日曜日
午前	9:00 ～12:00			ハ・スケットボール	ハ・スケットボール
午後Ⅰ	12:30 ～15:00	ファミリーテニス・ その他		ハ・ウンド・テニス・ ハ・ド・ルテニス	ハ・ド・ミントン・ 卓球
午後Ⅱ	15:30 ～18:00	ハ・スケットボール	ハ・ド・ミントン・ 卓球	ハ・ド・ミントン・ 卓球	ハ・ド・ミントン
夜間	18:30 ～21:00	ビーチボール・ラレー・ スポーツ広場	ビーチボール・ラレー・ ハ・スケットボール	ハ・ド・ミントン	種目指定なし

*利用料金：大人300円、小人（中学生まで）100円

*小人の夜間利用は、必ず保護者同伴でお願い致します。

*運動着（ジーパン不可）、シューズ（うわばき）をご着用ください。

*第2日曜日の種目指定なしは、バスケは半面のみ利用可。バレーボールは利用不可となります。水曜日午後Ⅰの種目は、センターネットをご利用できません。

「ヤオキン商事は、生涯学習を通し、 お客様に心のこもったサービスを提供します」

発行／中央本町センター・やよい図書館

責任・編集／ヤオキン商事株式会社

●お問い合わせ● 受付時間 9:00～20:00

〒121-0011 足立区中央本町3-15-1

中央本町センター TEL 03-3852-1431

やよい図書館 TEL 03-3852-1433

中央本町センターEメール chuo@kousya.jp

中央本町センターHP <http://www.adachi-chuohonchocenter.net/>

【12月の休館日のお知らせ】

中央本町センター・やよい図書館

12/10(月)、28(金)～1/4(金)



★東武伊勢崎線五反野駅より

徒歩10分位 ★足立区コミュニティバス「はるかぜ」
バス停【青井ふれあい公園】下車2分