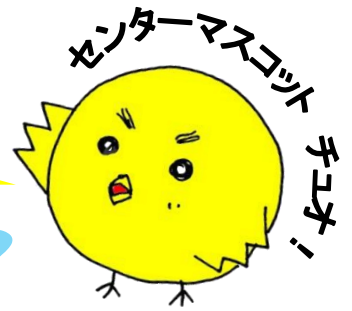


オアシスは、信用金庫・病院・歯医者・商店街・スーパーストア・飲食店・食料品店・個人事業者・介護施設など、地域の皆さまのご協力をいただき、各所に置いてあります。配布希望や掲載したい情報などありましたら、ご意見をお待ちしております。

家で読んでね



オアシス Oasis



6月のサロン.....	P2
6月26日(水) 募集開始講座.....	P3~5
地域・センター情報.....	P6~7
特集.....	P8~9
サークル紹介.....	P10
住区センターのお知らせ.....	P11
図書館のお知らせ.....	P12~15

「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。みなさんと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。



中央本町地域学習センター・やよい図書館のSNSはこちらからどうぞ！



Facebook page 「中央本町地域学習センターフェイスブック」で検索！



twitter



携帯サイト



携帯でQRコードをかざしてGO!

～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！～

おすすの講座情報

6月26日(水) 9:00~受付開始

気軽に当日参加! << 6月の中央本町センターサロン >>

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。

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。

6/17

テーマ「食」



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、集まったみなさんで地域交流をしましょう!

6/7、14、21、28



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!

6/4、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。

6/8、22



水ツイッター・フェイスブック 無料

まる分かり?

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、みなさんで楽しく交流しましょう!

6/12



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。

6/1



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!

6/13、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。

6/16



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。

はじめての方もどうぞ「健康太極拳サロン」

7月から新しいサロンが始まります! その名も「健康太極拳サロン」。複雑で難易度の高い太極拳を、健康法として覚えやすく短時間で習得できるように構成された「簡化24式太極拳」をもとに、初心者でも手軽に参加できる健康太極拳教室です。7月23日から毎週火曜日を予定していますので、皆さまお楽しみに!



【日時】7月23・30日 各(火)

13:30~15:00

【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】20名

【料金】1回:510円(保険料含む)※当日受付

【講師】大竹 由美

(日本武術太極拳連盟公認A級指導員)

目覚める脳と体 ゆったり体操「フェルテン」

心地よい体の動かし方で、肩こり、腰痛などを改善しましょう。

【日時】7月31日~9月18日 毎(水)全7回
(8月28日除く)

15:30~17:00

【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】35名

【料金】5,670円(保険料含む)

【講師】鈴木 光美(国際フェルデンクライス連盟
IFF公認プラクティショナー)

夏だけの短期集中「わいわいエアロビクス夏」

エアロビクスを通じて、健康維持!そして、仲間づくりもしましょう!!

【日時】7月24日~8月28日 毎(水)
10:00~11:10 全5回

(8月14日除く)

【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】25名

【料金】2,150円(保険料含む)

【講師】藤井 弘美



中学生、高校生の「HIPHOPダンスチーム」

ダンス部が存在しない中高生向けに、センターでダンスチームを作ります。プロダンサーの講師のもと基礎から始めてみませんか!



【日時】7月25日~9月12日 毎(木)
19:00~20:00 全7回
(8月15日除く)

【場所】中央本町センター2階 レクホール

【対象】中学生~高校生 【定員】20名

【料金】3,500円(保険料含む)

*1回参加も可(1回500円)

【講師】MANA(区立第四中学校ダンス部 講師)

NACKクラブと「スポーツ吹き矢体験」

スポーツ吹き矢は腹式呼吸を取り入れた健康を目的とした年齢に関係なく楽しめるスポーツです。深い呼吸で集中力を高めて体に活力をもたらします。



【日時】8月4日(日)
10:00~12:00

【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】20名

【料金】300円(保険料含む)

【講師】「NACKクラブ」派遣講師

五反野駅前通り銀座会 「野村畳店が教える畳コースター作り」

畳を作る際の切れ端を使ってコースターを作ります。※ハサミ使用
(保護者の付き添い可)



【日時】7月20日(土)
①13:00~②13:30~③14:00~
④14:30~⑤15:00~⑥15:30~
【場所】サミット五反野店
【対象】4歳~小学生(2年生以下は保護者同伴)
【定員】各5名 【料金】無料
【講師】野村畳店

夏休みまなぼー広場 「高校生と一緒に宿題をやろう」

夏休みに宿題をしたり、読書をしたり、静かに自習できる場所が登場します! お部屋の中には江北高校生ボランティアがいるので、わからないことがあればなんでも聞いてしまおう!



【日時】7月22日~8月9日(月)~(金)
10:00~16:00(土、日は除く)
※毎回、当日受付
【場所】中央本町センター2階 学習室
【対象】小中学生 【定員】なし 【料金】無料
【協力】まなぼー広場ボランティア

こども英会話 「夏休みスペシャル 宇宙編」

「宇宙」をテーマとした英語の歌、読み聞かせなどを行い、楽しく英語を勉強します。

【日時】8月6日(火)~8日(木) 全3回
A) 10:30~11:20
B) 11:30~12:20
【場所】中央本町センター2階 教養室
【対象】A) 3歳~小学1年生
B) 小学2~6年生
【定員】各10名 【料金】各2,400円
【講師】山田 洋子(親子英語絵本サークル講師)



わくわくサイエンス 「自家製シャーベットを作ろう」

好きなジュースでシャーベット作ろう!(ポイント!濃い目のジュースの方がおいしくできるよ。)冷凍庫の中に入れなくても氷と塩化カルシウムを使えば、10分位で作れちゃうんだよ!

【日時】7月21日(日)
13:30~15:00
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【対象】小中学生の子と保護者
【定員】20組
【料金】300円(教材費)
【講師】中央本町センター職員



1歳から6歳みんな一緒に 「リトミックと演奏会」

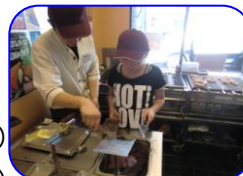
ピアノの演奏に合わせて、リトミックや音当てクイズなどを行います。楽器の生演奏もあるので、親子でクラシックもお楽しみいただけます。



【日時】7月29日(月)
A) 10:00~11:00
B) 11:15~12:15
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【対象】1歳~未就学児と保護者
【定員】各30組 【料金】500円(保険料含む)
【講師】野村 怜子 ※お子さま2名は750円

たい焼き屋「たいあん」で 「たい焼き作り体験」

たい焼きの生地作りから焼くまでをお店で体験します。自身で作った6個のたい焼きを持ち帰ります。
(保護者の付き添い可)



【日時】8月6日(火) 7日(水)
8日(木) 9日(金)
(各日①or② それぞれ申込み)
①13:00~14:00
②14:00~15:00
【場所】たいあん 【対象】小学3~6年生
【定員】各2名 【料金】各500円(教材費)
【講師】薄皮たい焼き たいあん店主

Chuo朗読隊が行く 「カフェテラス絵瑠座」で朗読劇

お茶を飲みながら朗読劇はいかが? みんなで楽しむ読書のスタイルです。
今回のテーマは「海」です!まずは物語から夏を満喫してみませんか?



【日時】7月13日(土)
15:00~16:00
【場所】カフェテラス「絵瑠座」(弘道1丁目)
【対象】どなたでも
(小学2年生以下は保護者同伴)
【定員】10名 【料金】450円(飲み物付)
【講師】中央本町センター職員

理解を深めよう 「認知症サポーター養成講座」

認知症を正しく理解しましょう。特別難しいことをしていただくのではなく、認知症の方とその家族の方に地域でサポートできることは何かを知っていただきます。



【日時】7月27日(土)
10:00~12:00
【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】地域包括支援センター中央本町

NTTドコモの 「高齢者向け携帯電話教室」

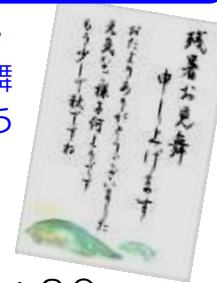
NTTドコモより貸出しされる携帯電話を使って、基本的な操作から難しい操作まで学びます。ドコモ以外の機種をお使いの方でもご参加いただけます。

【日時】7月30日(火)
10:00~12:00
【場所】中央本町センター2階 第1学習室
【対象】おおむね60歳以上
【定員】20名
【料金】無料
【講師】NTTドコモ派遣講師



「季節の便利を筆ペンで 書いてみませんか?」

筆ペンを基礎から学び、技術・知識を習得しましょう。暑中見舞いの作成など、日常生活で役立ちますよ。



【日時】7月19日~8月30日
毎(金)19:00~20:30
全6回 (8月16日除く)
【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)

普通救命講習会 「救命技能認定証を取得」

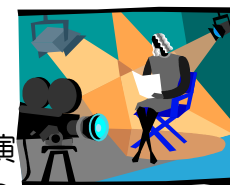
人命救助は誰もが行う可能性があります。その場面で少しでも力になれるよう、心臓マッサージ、AEDの使用方法を学び、救命技能認定証を取得しましょう。

【日時】7月27日(土)
9:00~12:00
【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】20名
【料金】1,400円(教材費)
【講師】足立消防署派遣講師



《俳優陣O2K》朗読公演 「戦争を生きた人々」

戦争を知らない今を生きる私たちへ、語り継がれていかなければならない事をテーマにした朗読劇です。



【日時】8月3日(土) ※2回公演
①15:00~16:00
②18:00~19:00
【場所】中央本町センター2階 レクホール
【対象】小学3年生以上
(2回目:中学生以下は保護者同伴)
【定員】各40名 【料金】無料
【講師】俳優陣O2K劇団員



★こんにちは「五反野駅前通り銀座会」です



皆さん、こんにちは。3月に行ったパレードの記憶も薄れ、外の空気が心地よい季節になりました。こんな時は外出したくなりますよね！でも気をつけてください、携帯電話で通話しながら自転車を運転する人が最近多くなっていて、先日も歩行者と接触した場面に出くわしました。幸い大事に至りませんでしたが危ないですね。皆さんはこの法律を知っていますか？

東京都道路交通規則では、この行為は禁止されていて罰則として5万円以下の罰金です。また、傘をさしながらも同様ののです。

ちなみに自転車安全利用五則は、①自転車は車道が原則、歩道は例外。②左側を通行する。③歩道は歩行者優先で車道寄りを徐行。④安全ルールを守る。（飲酒、二人乗り、並進の禁止、夜間ライト点灯）⑤子供はヘルメットをかぶろう。となっています。

子どもからお年寄りまで、また乳幼児の親子連れの方など誰もが歩きやすい商店街にするために基本的なルールを一人ひとりが守りましょう。

【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】

商店会って
なにしてるの？



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

☆屋外プール団体受付開始

受付開始日

6月1日（土）9時～

貸出し期間

7月13日（土）～8月3日（土）

8月21日（水）～9月1日（日）

月曜日～金曜日（祝日除く）

9時30分～11時30分



7月13日（土）～9月1日（日）

月曜日～土曜日（祝日、7月20日（土）

8月17日（土）除く） 18時～20時

団体利用料金（2時間）

一般用プール 11,400円

幼児用プール 4,300円

利用条件

- ・営利を目的としない団体
- ・利用の際、「日赤水上安全法救助員」有資格者を配置し、団体内で責任をもって指導、監視体制がとれる団体
- ・申請時に申し出のあった場合、監視員をつけることができます（無料）

☆6/26 9時～募集開始

高齢者の方どうぞ 「水中ウォーキング教室」

【日時】7月16日（火）～19日（金）

10:00～11:00 全4回

【場所】中央本町プール 【定員】20名

【対象】おおむね60歳以上

【料金】1,640円（保険料含む）

【講師】中央本町プール責任者



夏休みは広いプールで楽しく♪ 「泳ぎが苦手なこどもの水泳教室」

水慣れからけのび最終的には息継ぎなしクロールで10mほどの泳力を身につけます。

【日時】7月29日（月）～8月2日（金）

10:00～11:00 全5回

【場所】中央本町プール

【対象】小学生 【定員】30名

【料金】2,050円（保険料含む）

【講師】中央本町プール責任者



★アウトリーチ型活動報告

「リーベフラウエンコールあだち」さん

★訪問先：たのしいデイうめじま

★日時：5月21日（火）14時～

女声合唱サークルの「リーベフラウエンコールあだち」さんにボランティア活動をしていただきました。

14時。震災復興ソングでおなじみの「♪花は咲く」のご披露で華やかに始まりました。サークルさん15名の美しいハーモニーにつづき、利用者さんの参加で一段とパワーアップされた歌声が会場に響き渡りました。「♪おぼろ月夜」「♪七つの子」「♪夏の思い出」「♪ふるさと」など懐かしの歌のオンパレードで、皆さんイキイキ楽しそうでした！

終盤の「♪青い山脈」では、さらに職員さんや我々センター職員も参加させていただき、腕を組んでの大合唱で最高潮に盛り上がりへ。そして、最後にもう一度「♪ふるさと」の熱唱で、あっという間のミニコンサートは終幕。最初から利用者さんの席の隣で一緒に歌っていただき、心温まるステージにいつも感謝いたします。ありがとうございました。



★訪問先：梅の木

★日時：5月27日（月）14時～

「東京足立相撲甚句会中央」さん

相撲にまつわる伝統唄を継承し、幅広く普及活動をされています「東京足立相撲甚句会中央」さんと梅の木さんへ訪問してきました。

14時。まずは前唄をご披露していただきました。相撲甚句は、伴奏楽器のない“語り唄”です。「あ～あ～え～」の掛け声ではじまり、お腹の底から「あ～ドスコイ、ドスコイ」という合いの手と、「ハイッ、ハイッ」というテンポの良い掛け声の繰り返しによって、「言魂」が伝えられます。男女唄い手さんの迫力もさることながら、滑稽で愉快的歌詞も聴きどころです。「あ～相撲負けても下駄さえ履けば、ホイ、勝ったカッタと音がするウ ササ カランコロソ……」

そして、代表者の林太一さん作詞の「足立名所甚句」では、千住宿、花畑の大鷲神社、足立花火、玉ノ井部屋・境川部屋などおなじみの名所がたくさん登場！利用者さんや職員さんにも「あ～ドスコイ」を手伝っていただき、相撲甚句の唄声は会場約70名の魂をゆさぶっていたことでしょう。



食育ってなに？「6月は食育月間 ～しっかり野菜を食べる～」

今日はどこで、誰と、なにを食べましたか？それはどのように作られたものですか？「忙しくてひとりでインスタント食品をかきこんだ」という人もいます。「食育」はそんな現代人の食生活を見直す活動です。現在、足立区では「足立区食育推進計画」として、学校や地域のお店、各地域学習センター、公共機関と協力して性別や年代に合った食育活動に取り組んでいます。

今回は4つの取り組みと、地域のお店が皆さんの健康をサポートする「あだち食の健康応援店」（栄養成分表示やからだサポートメニュー、食の情報などを提供して、区民の健康的な食生活を応援するお店です）についてご紹介します。これを機会に今の食生活を少し見直してみませんか？

足立区の4つの取り組み



足立区の学校給食メニュー

1. 生活リズムの改善と朝ごはんの啓発

朝食はこどもの成長や発達にかかせません。また、朝食を抜くことで昼食、夕食の量が増えるため、肥満や生活習慣病につながりやすくなります。足立区のホームページで「簡単朝ごはんレシピ」や栄養があり見た目にも楽しい学校給食を紹介しています。朝食だけでなく、生活リズムに合わせて3食をしっかり食べましょう。

2. ライフステージに応じた食育の推進

たとえば乳児、成人、高齢者とさまざまな年代があるように、それに応じた食事のバランスが必要です。年齢や性別、病気の有無によって野菜や肉、塩分のとりかたは変わってきます。健康促進メニューや栄養教室を近隣のお店や保健センター、地域学習センターで行っています。ぜひご活用ください。



ゴックン期の食育（当センター講座）

3. よく噛み、おいしく食べる環境づくりの推進

おいしいものをおいしく食べるには丈夫な歯が必須です！よく噛むことで味や歯ごたえを感じ、素材の良さがわかります。家族や身近な人と食べる事でそのおいしさを分かち合いましょう。マナーが身に付く上に、きっと楽しさが倍増します。



インドカレー店「ピニタ」でのナン作り体験（当センター講座）

4. 身近な場所での食育情報発信と体験の推進

「いま口にしているものはどこで、だれが作ったものか」、気にしていますか？食中毒や農薬に対して過敏になる一方で、普段の食事には無頓着になっていませんか。足立区の小学校では区内産の野菜を使った給食を提供しています。また、中央本町地域学習センターでは収穫体験や食育講座なども行っています。ぜひご参加ください。



平田農園での収穫体験（当センター講座）

行ってみよう「あだち食の健康応援店」（体験・見学ができる食の店）

茶匠おくむら園 茶葉・茶器販売

住所 ◆ 関原3-15-1
電話 ◆ 03-3886-2863
<http://www.okumuraen.com/>

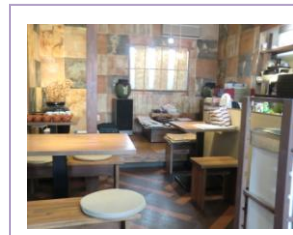


【講座内容】

店内の喫茶スペースで、初心者からインストラクターレベルまで、お客様の要望に合わせて講座を開きます。

【こんな活動もしています】

家に急須がない、ペットボトルでしかお茶を飲んだことがない子が大勢いる中、都内各地の小学校で、急須でお茶を淹れる授業をしています。



【店長から一言】

ぜひ手間をかけ、ペットボトルでなく、急須でお茶を淹れてみてください。味も効能も全く違います。「これぞ日本文化」というものを知ってもらいたいですね。

【申込方法】

電話でお申し込みください。レベルに応じたクラスを紹介します。

はにわ屋 自家焙煎コーヒー豆販売店

住所 ◆ 伊興1-2-6
電話 ◆ 03-6315-3422
<http://www.k3.dion.ne.jp/~u-takata/>



【講座内容】

店内のキッチンで行う料理講座は、30～70代女性が主です。約90分のできる野菜中心のメニューとお菓子を作ります。

【きっかけは】

15年ほど前にオーナー自身が野菜中心の食生活に切り替えた際、体調が良くなったのをきっかけにこういった講座を始めました。



【店長から一言】

洗い物が少なく簡単なうえに、美味しくて体に良いものを作ります。健康になりたい方、誰かを元気にしたい方、ぜひお越しください。

【申込方法】

事前にメールアドレス登録後、講座内容を一齐メールで送信します。内容確認後、電話でお申し込みください。

まだまだあります。事前にお店にお問い合わせください。

糸びす屋豆腐店	鹿浜3-11-3	03-3899-4663
吉野屋豆腐店	西伊興3-1-5	03-3897-5263
尾坂豆腐店	興野2-7-4	03-3890-1355
お茶の神立園	西新井1-34-16	03-3890-2475
千壽園	千住中居町1-20	03-3881-4735
肉のサイトウ	伊興4-1-28	03-3897-2388
ライフコーポレーション	足立区内8店舗	03-5807-5468（本社）

中央本町地域学習センター

登録団体紹介 ③ 生け花サークル コスモス (講師) 青木さんにアンケートでインタビュー!



「生け花サークル コスモス」さんの先生をされるようになったきっかけは?

1986年4月から12回コースで「生け花入門講座を」と依頼があり、その講座が終わった段階で生徒自主運営のサークルになり、11年間。翌1998年、再び「華道入門講座」の依頼があり、講座終了後、再びサークルに発展。それが現在のコスモスです。

「生け花サークル コスモス」さんの名前の由来は?

コスモスの花は繊細で優しく、誰にも好かれているお花です。色も多種あり、集まれば個性が出ます。そんな美しさに憧れて。

生け花の魅力とは?

色も香りも姿も美しいお花を、自分の心のままの形に造形(いけ)る、表現する。こんな楽しい、ぜいたくな趣味は他にありません。

読者のみなさんに「生け花サークル コスモス」さんのPRをお願い致します!

ハンサムな男性2人を含めて13名。格式高い生け方から、自由に伸び伸びしたいけ方まで学んでいます。見学にいらしてください。

今回紹介させていただくのは、「生け花サークル コスモス」さんです。草月流師範会理事 青木先生から、生け花の基本、花の選び方、枝の切り方、格調高い生け方まで、本格的な指導を受けている生け花サークルです。



活動風景



「生け花サークル コスモス」さんへ入会されたきっかけは?

◆友人の紹介 ◆体験教室で入会しました。 ◆友人が楽しそうに生け花をしているのを見て是非と思い。 ◆

生け花の魅力とは?

◆季節の花を生ける季節感 ◆花があると家の中が明るくなる。 ◆奥が深く年数が長くなる程に、生ける事の難しさにその都度考えさせられます。 ◆花の種類によって選ぶ花器の楽しみ方も違ってきます。 ◆家に生け花があると清々しく、華やかでとても良いです。 ◆四季に咲く色とりどりのお花を生ける楽しみ、喜びを感じます。

読者のみなさんに「生け花サークル コスモス」さんのPRをお願い致します!

◆お家に花を生けると格式がもてる ◆心が和やかになります。 ◆人が知らないお花の名前を知ることができる。 ◆明るく楽しい人の集いです。 ◆花は人の心をやさしくしてくれます。 ◆和気あいあい。技術も身につきます。

先生へメッセージをお願い致します!

◆今後ともよろしく願いいたします。 ◆いつもありがとうございます。 ◆花の由来等も教えてくださり、有難いと思っています。何回も繰り返し説明してくださり、楽しいサークルです。 ◆いくつになっても学べること、とても嬉しく思います。 ◆生け花のことはもとより、先生のお話が楽しく、勉強になります。 ◆花以外の知識もマンツーマンで教えてもらって、楽しいサークルです。 ◆健康に気を付け、若さを保ち、おしゃれな先生に感謝。

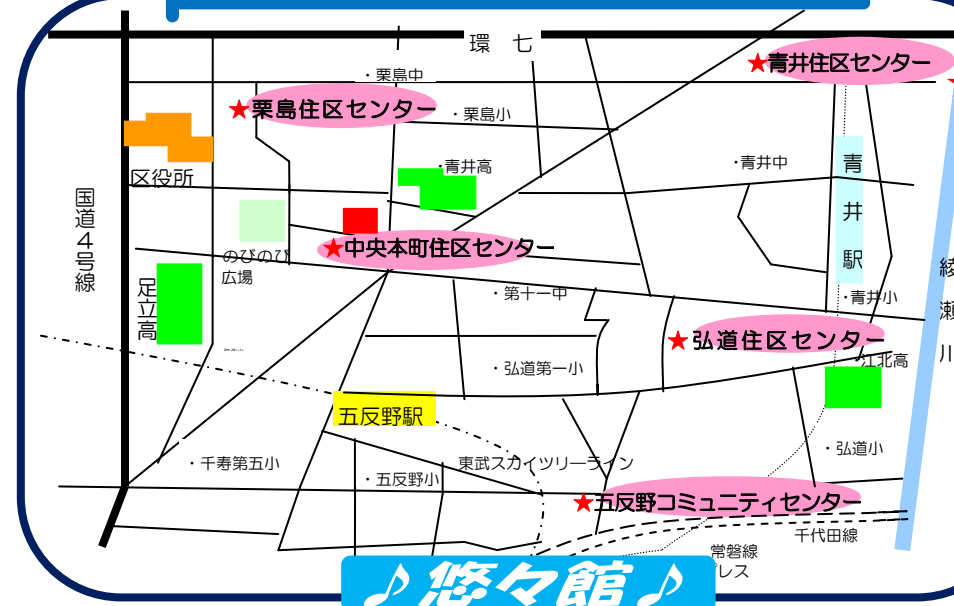


生け花サークル コスモス

会員募集中!

- ◆活動日 第1～3週金曜日
- ◆時間 10時～12時
- ◆場所 第1学習室 ◆活動内容 生け花
- ◆連絡先 加藤 03-3886-8286
- ◆入会金 1,000円
- ◆月会費 2,000円

住区センターへ行ってみよう!



各住区センター 6月のお知らせ

地域パートナー 「綾瀬ひまわり園」からの

さんさんフラワーフェスティバル

を開催いたします!

【日時】6月15日(土)

10:00～14:30

【内容】TAP DO! 来園・東綾瀬ウインドオーケストラの演奏・おいしい模擬店・パン販売・利用者発表など。*駐車場ありません

お知らせ

★児童館★

青井住区センター

TEL3852-3750

休館日

2日 9日 16日

17日 23日 30日

弘道住区センター

TEL3840-9354

休館日

2日 9日 10日

16日 23日 30日

栗島住区センター

TEL3848-3471

休館日

2日 9日 17日

23日 30日

五反野コミュニティセンター

TEL3886-2643

休館日

2日 9日 16日

23日 24日 30日

中央本町住区センター

TEL3852-1434

休館日

2日 9日 10日

16日 23日 30日

【第2回 歩こう会】(健康推進部) しょうぶまつりスタンプラリーに参加

日時: 6月8日(土) 9時30分

雨天の場合は9日(日)

集合場所: 青井住区センター館庭

持ち物: 軽装、歩きやすい靴、水、帽子、タオル、保険証、交通費など

【健康教室】

日時: 1日目: 6月7日(金) 9時～

2日目: 7月11日(木) 12時30分～

1日目には身体計測を行い、2日目にはおくだクリ

ニック 奥田医師から講義をしていただきます。

【おさらい会】

日時: 民舞教室 6月21日(金)

【栗島住区まつり】

日時: 6月16日(日) 10時～13時30分

芸能大会 10時～ 大広間

お茶席コーナー 会議室

館庭(模擬店) やきそば、わたあめ、ポップコーン

【健康講座 『腰膝関節痛の予防と痛みの対処法』】

日時: 6月28日(金) 10時～

場所: 大広間

【演芸観賞会 真城かずと ワンマンショー】

日時: 6月27日(木)

13時～15時(五反野コミセン大広間)

演歌を聴いて楽しいひと時を過ごしましょう。

【住区 de 団らん】(大広間)

日時: 6月8日、15日(土) 17時～19時

一人暮らしやご夫婦二人暮らしの方お待ちしています。

【楽しみながら、学ぼう “新茶セミナー”】

日時: 6月6日(木) 10時30分～

参加費: 200円(お茶菓子付き)

【民謡の調べ】

日時: 7月6日(土) 13時30分～ 大広間

出演: トキの会 三味線・和太鼓・尺八の伴奏

参加費無料です。当日会場にきてください。

【クッキング クッキー作り】

日時: 6月15日(土) 14時～

申し込み: 6月5日(水)

人数: 24人(参加者が申し込みしてください)

【人形劇】

日時: 6月21日(金) 11時～

対象: 乳幼児

演目: 「おおかみと七匹のこやぎ」ほか

【小運動会】

日時: 6月19日(水) 15時30分～

「お宝運び」「玉入れ」「ペットボトルをたおせ」

参加して思いっきりからだを動かしてみませんか!

【フリーギャング】

日時: 6月4日(火) 11時～

乳幼児親子対象 手遊び、絵本、リズムあそび

【住区まつり】

日時: 6月16日(日) 10時～13時30分

ゲームコーナー(児童館)

ボールでピンゴ、うちゅうにゴー、

おみやげコーナー、きっさマロンランド、

つくろうコーナー

*景品はなくなり次第終了になります

*子ども実行委員募集中 20名

【けいたいストラップをつくろう】

日時: 6月10日(月) 14時～16時

小学生対象

場所: こうさく室

【みんなで作ろう! カレー】

日時: 6月22日(土) 10時～12時

場所: 集会室

もちもの: エプロン、バンダナ *30名まで

【ドッジボール大会】

日時: 6月26日(水) 14時30分～

小学1年生からの参加です。

【ゲートボール大会】

日時: 6月22日(土)

受付: 13時30分～

開始: 14時～



いつもやよい図書館をご利用いただきありがとうございます。

新緑が濃い緑に変わり夏の気配がしてきました。行きつ戻りつしながらも、季節は確実に進んでいきます。やよい図書館では今月も新しいコーナーを作りました。「やよいブックガーデン」のタイトルで、今後も新鮮なコーナーを書架のあちこちに出現させる予定です。お楽しみに！

館長の今月の1冊 『逝きし世の面影』 渡辺京二著 平凡社

日本人が褒められていて嬉しくなる本。日本人の誇りについても考えさせられます。

俺の一冊・私の一冊

中央本町地域学習センター・やよい図書館で働くスタッフが、それぞれ自信を持っておすすめする1冊をご紹介します。みなさん、ぜひ読んでみてください！！

俺の一冊(萩)

『スティーブ・ジョブズ1・2』ウォルター・アイザックソン／著 講談社
2011年10月に亡くなった直後に発売され、スティーブ・ジョブズが唯一全面協力した本人公認の伝記です。生い立ち、アップル創業、アップルを追放され、ピクサーのCEOになり、アップルに復帰してiMacを世に出して・・・と、ジョブズの波乱万丈な人生が書かれた、ジョブズ、アップル好きにはたまらない本になっています。私がジョブズに初めて興味を持ったのは、大学生の頃に流れていたiMacのCMがきっかけでした。ローリングストーンズの曲にキャンディーカラーのPCがくるくる回っている、すっごく格好いいCMで、かなり「衝撃」的でしたね。当時は、足立区内の図書館でかなりの予約数がありましたが、現在は予約件数も落ち着き借りやすくなっていますので、ぜひ読んでみてください。

私の一冊(智)

『うめめーToday's Happeningー』 梅佳代／著 リトルモア
鳩を肩に乗せたサラリーマン、ランドセルを背負ったおばあちゃん。思わず二度見してしまう、不思議な人達が収められた写真集。写真集なので説明が無く、「どうしてこの人はこんなことしてるの?」「何が起きたの?」と考えたり、思わず笑ってしまいます。「こんな人達現実にいるの?探してみたい!」と思わせ、ついつい雑踏の中を探してしまいます。元気が欲しいとき、笑いたい時におすすめの一冊です。

また、梅佳代のほかの作品も足立区内の図書館に所蔵があります。たとえば新明解国語辞典と組んだ『うめ版 新明解国語辞典×梅佳代』では写真とともに読む部分もあるので、写真集を見慣れていない方は先にこちらを読んでみてください。

結婚 ～June Bride～

June Bride (6月の花嫁)という言葉はよく耳にしますが、なぜ6月に結婚式を挙げると良いとされているのでしょうか?それは、June (6月)の由来となったギリシア神話に登場する女神ヘラが婚姻の守護神であることに由来しているのです。今回はその女神の登場する神話や、結婚や夫婦生活をテーマにした本を紹介します。



『結婚学 あなたの結婚をもっと幸せにする5つの教養』



島田薫／著 自由国民社

大学で女性の生き方を教える著者が結婚を様々な角度から解説します。「夫の姓を妻が名乗る制度は明治時代に生まれた」等、結婚に関する豆知識が紹介されています。これを読めば、日本と世界の結婚事情が分かります。

『ギリシア神話』



アポロドーロスほか／著 講談社

アポロンやオイディプス王、ヘラクレスなど一度は耳にしたことのある神々や英雄の話を集めた一冊です。訳注に細かい説明があるので、ギリシア神話は難しそうと思っている方でも、子どもから大人まで楽しめます。

『よい夫婦「胸キュン」のひと言』



斎藤茂太／監修 講談社

なんでもない日常に、キュンとする一言。この本では実際の夫婦に起きた、ときめいた瞬間が収められています。夜帰ってきたとき、カフェでお茶をしていたときなど、なんでもない日常に添えられた一言ですが、思わず「にやっ」としてしまう一冊です。「胸キュン」したいという方にお勧めです。

『女と男の万葉集』



桜川ちはや／作
阪急コミュニケーションズ

古来、人々は恋をすると、歌を詠みました。結婚相手を決めるときも、歌は重要なポイントだったのです。嬉しい気持ち、切ない気持ち...古代の人たちも、私たちと同じような気持ちを抱えていたことがわかり、古代をより身近に感じられます。

『むずかしい愛 現代英米愛の小説集』



柴田元幸／著 朝日新聞社

自分を傷つけたり、存在しない妻を追いつけたり...「正気じゃない」と思う人もいるでしょう。それでも心から相手を思う姿にどこか共感を覚えるかもしれません。8人の英米作家が描きたい愛の物語。これを読んだあと、少し結婚が怖くなるかも?

『孫の結婚式』



庄野潤三／著 講談社

子どもが自立した後の奥さんとのゆっくりした暮らしや、おじいちゃんになり孫の結婚式に招かれるよろこびなど家族の穏やかな一日を描いたエッセイ集。家族ってあったかいな、年をとったらこんな暮らしがしたいなと感じることのできる一冊です。

6月のおはなし会のお知らせ

★おはなし会（水曜日 午後3時30分から 2階・教養室）

6/5・12・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）

6/26 【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）

6/20（木）【プレママ&プ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

6月は食育月間！
6/5は「たべもの」
をテーマにしたお
はなし会です！



イベントのお知らせ

やよい図書館の「マスコットキャラクター」を募集！

皆さまに、やよい図書館に愛着をもっていただくために、【やよい図書館のマスコットキャラクター】を募集します。マスコットキャラクターは館内の提示物、配布物、ホームページなどで利用させていただきます。詳しくは館内で6月1日から配布する応募用紙をご覧ください。

俳句と短歌のひろば

俳句や短歌を詠んで、図書館利用者の皆さまに見てもらいませんか？

図書館入口横の掲示板に、あなたの作品を掲示します！

掲示された作品への感想もお待ちしています！

作品は俳句・短歌それぞれ専用の短冊に記入して、投句箱に入れてください。

（専用の短冊は図書館においてあります。）

記名は自由です。匿名・ペンネーム（雅号）でも構いません。

投句箱に入れて頂いた作品と感想は翌日以降掲示いたします。

掲示期間の目安は1ヵ月程度です。

作品はお返ししません。図書館閲覧用の作品集にまとめる予定です。

<投句箱設置場所：「俳句と短歌のひろば」前、コピー機横の机>

やよい図書館はあなたのすてきな言葉をお待ちしています！

やよい
Book Garden

テーマ：イクメン～お父さんの子育て応援本

皆さんは「イクメン」という言葉をご存知ですか？イクメンとは、子育てや育児を積極的に行い楽しむ事で自分自身も成長する男性のことです。

今回は子育てをがんばるイクメンの方々はもちろん、「子どもとどう接したら良いのか分からない」と悩んでいるお父さんたちも応援する本を集めてみました。詳しくは育児書の棚にある特集コーナーをご覧ください。

4番の棚が目印！



図書館×美術館

～「読む」も「見る」も両方楽しみましょう～

六町ミュージアム・フローラ

「爽涼の夏」展

開催：6月1日～7月31日

住所：足立区六町2-5-35

つくばエクスプレス六町駅下車

A出口・徒歩5分

時間：火～土 11時～17時

電話番号：03-3885-7333



もうすぐ梅雨ですね。雨の季節こそ美術館でゆったり過ごしましょう。六町ミュージアム・フローラでは夏にぴったりの展示「爽涼の夏」が始まります。夏の夕暮れ時のひんやりとした空気を感じる一枚「爽涼の朝」など日本の夏を描いた作品を展示しています。

さて図書館からは、少年たちのひと夏の出来事、子どもの頃の少し切ない時間を描いた作品（①）と江戸時代の植物図鑑「本草図譜」をもとにした作品（②）をご紹介します。美術館へ行く前に、写真や西洋画とは一味違った作品をぜひ図書館をご覧ください。

①『僕たちのミシシippi・リバー 季節風 夏』

重松清／著 文藝春秋

②『万葉の花』

庄司 信洲／編著 学研



ちゅおちゅおQ！！

今月からクイズが始まるよ。オアシスに答えをかくて、やよい図書館のカウンターにもってきてくれると、スタンプカードをお渡しします。正解した人にはスタンプをおすよ。スタンプを3個あつめるとプレゼントがあるよ！

問題：中央本町地域学習センターのキャラクターの名前は？

こたえ

☆はら 凹 ナビ☆

カフェテラス 絵瑠座

読書の休憩に、
おいしいコーヒーは
いかがですか？

住所：足立区弘道1-27-1

営業時間：平日は8時～20時

土・日・祝日は9時～20時

※ランチセットは11時からです

定休日：おおむね火曜日

電話番号：03-3852-7000

「挽きたてのコーヒーを1杯1杯丁寧に淹れています」と店長。ホットコーヒーは1杯ずつ豆を挽いたものを、アイスコーヒーは水出しを、セットメニューの飲み物でも、手間ひまかけて淹れています。読書やサークルの休憩にいいコーヒーを飲みに行きませんか？

6月15日の15時から、Chuo朗読隊の朗読劇が行われます！

店長おすすめの赤川次郎

の短編も朗読します。



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
6月のカレンダー June		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！ 		*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 キッズピクス 韓国語講座 ヤゴ救出作戦 こどもパソコン 個人利用 屋内施設一般受付 屋外8月抽選受付開始
2	3	4	5	6	7	8
	ヘルシーエクササイズ 元気いきいき体操 ママピクス 中国語講座	ちびっこ・こども体操 バレエサークル支援講座 韓国語講座（中級） 囲碁サロン	わいわいエアロビクス フェルデン体操 高齢者スマートフォン おはなし会 スポーツ広場 個人利用	HIPHOPレッスン 初心者ピアノレッスン	親子体操 HIPHOPレッスン ベビーマッサージ ペン字講座 パソコンサロン	キッズピクス 親子ピクス 韓国語講座（初級） 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 バレエサークル支援講座 韓国語講座（中級）	わいわいエアロビクス フェルデン体操 TFサロン おはなし会 スポーツ広場 個人利用 テニス7月分当選者受付～18日	HIPHOPレッスン 初心者ピアノレッスン 将棋サロン 野球運動場7月分当選者 受付～19日	親子体操 HIPHOPレッスン ベビーマッサージ ペン字講座 パソコンサロン	カフェテラス朗読劇 行政・宅建講座 韓国語講座（初級） 個人利用（無料）
16	17	18	19	20	21	22
ジュニア将棋サロン	ヘルシーエクササイズ 元気いきいき体操 ママピクス 中国語講座 朗読カフェ	ちびっこ・こども体操 韓国語講座（中級） 囲碁サロン	わいわいエアロビクス フェルデン体操 親子英語 スポーツ広場 個人利用 おはなし会 テニス7月分一般受付	HIPHOPレッスン 初心者ピアノレッスン 将棋サロン 赤ちゃんおはなし会 野球運動場7月一般受付	親子体操 HIPHOPレッスン ベビーマッサージ パソコンサロン	キッズピクス 親子ピクス ナン作り 行政・宅建講座 ITサロン
23	24	25	26	27	28	29
わくわくサイエンス	相模基句サークル支援講座 ヘルシーエクササイズ 元気いきいき体操 ママピクス 中国語講座	ちびっこ・こども体操 韓国語講座	わいわいエアロビクス 親子英語 大おはなし会 個人利用 スポーツ広場 講座受付開始（6/25広報） 屋外7月分電話予約 利用者懇談会	中高生ダンス講座 HIPHOPレッスン 初心者ピアノレッスン 高齢者スマートフォン 将棋サロン	親子体操 HIPHOPレッスン ベビーマッサージ パソコンサロン 図書館休館日	キッズピクス 遺言セミナー ナン作り 行政・宅建講座
30	お客様へ「お願いとお知らせ」					
平田農園で農業体験	●センター敷地内は禁煙です。センター外周の禁煙にもご協力ください。 ●駐車場の台数に限り（18台）がありますので、乗り合い、又は公共交通機関をご利用ください。 皆様のご理解とご協力の程、よろしくお願いいたします。					

【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ください。

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			バスケッボール	バスケッボール
午後Ⅰ	12:30 ～15:00	ファミリーテニス		バドミントン・ バドミントン	バドミントン・ 卓球
午後Ⅱ	15:30 ～18:00	バスケッボール	バドミントン・ 卓球	バドミントン・ 卓球	バドミントン
夜間	18:30 ～21:00	ビーチボールバレー・ スノーボード広場	ビーチボールバレー・ バスケッボール	バドミントン	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、バスケットは半面のみ利用可。バレーボールは利用不可となります。

「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/>

【6月の休館日のお知らせ】

中央本町センター 10日(月)

やよい図書館 10日(月)、28日(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