

おあしす

4 2016
月

いいね! ぞう
つながろう。



ちゅお & にゃよいの野菜畑 「キャベツ」

キャベツには胃腸トラブルの改善に効果があるビタミンUが含まれています。
ビタミンUは別名「キャベジン」とも呼ばれ、水溶性なので、スープごと食べら
れるレシピがおすすめ! 3月~5月が旬の春キャベツはやわらかくみずみずし
いので、サラダがおすすめです。



4月のサロン

中央本町センターには、皆さんの生活を応援するサロンがたくさんあります。当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流などにぜひご利用ください。
※事前申込は不要です。

中央本町地域学習センター・やよい図書館のソーシャルメディアでうれしい情報をゲット！

QRコードを携帯カメラで読み取りGO！

中央本町地域学習センター・やよい図書館
公式ホームページ ブログ

Facebook

twitter

LINE

携帯サイト

65歳以上限定講座

※事前申込が必要（受付開始してます）

水 はつらつ体操
無料 13:30～15:00
6・20日 定員25名

イスに座ったままできる体操を行います。筋トレ・脳トレを楽しくやりながら、無理なく体力を付けましょう。

※原則として1人、月に1回のみの参加です。

開催2日前までに定員に満たなかった場合は、2回目の申込を先着順で受付しています。

当日申込は受け付けませんので、あらかじめご了承ください。

月 朗読カフェ
無料 18:00～20:00
18日

テーマ「春」。毎月テーマに沿って参加者による朗読会を行っています。お待ちしております！

水 健康マージャンサロン
200円 18:00～21:00
6・20日

初心者でも大歓迎です。参加者との会話も楽しく、脳の運動をすることができるので、老化防止にも。

木 将棋サロン
200円 18:00～21:00
14・28日

発想によってさまざまな勝ち方がある戦法や相手の考えを予測する心理戦などを楽しみましょう。

金 パソコンサロン
200円 19:00～20:30
1・8・15・22日

パソコンの持込可。インターネットのつながり方などをボランティアの方が丁寧に教えてくれます。

土 ITサロン
200円 14:00～16:00
9・23日

パソコンの持込可。ボランティアの方がパソコンにまつわるあなたの悩み・疑問を解決します。

日 おもちやの病院
無料 13:00～16:00
17日

動かなくなった、音が出なくなったお気に入りのおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。

日 俳句と短歌のサロン
無料 14:00～15:00
17日

日々の風景や思いを言葉にして詠みましょう。おしゃべりをしながら楽しく参加できます。

講座情報

4月26日
募集開始

【申込方法】

窓 tel net
窓口 電話 インターネット

受付時間 / 9:00～20:00（窓口・電話）
13:00～（インターネット）
問合せ / TEL: 03 (3852) 1431

パーソナルカラーを知ろう 「自分色で見た目が変わる」

好きな色とは違う、似合う色を見つけましょう。

5月14日～28日 毎（土）
13:00～15:00 全3回

場所：中央本町センター2階 第2学習室

対象：16歳以上の女性

定員：10名

料金：3,000円

窓 tel net

講師：益塚時衣（パーソナルカラーリスト1級）

N T T ドコモのシニア向け らくらくスマートフォン教室

貸出用スマートフォンで楽しく使い方を学びましょう。

5月17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：N T T ドコモ派遣講師

窓 tel net

楽しいモダンバレエ サークル体験 A・B

モダンバレエの基礎から楽しく学びましょう。

5月24日～6月14日 毎（火）
A) 15:50～16:50
B) 17:00～18:00 全4回

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：A) 4歳～小学2年生 ※バレエ初心者対象

B) 小学3～6年生

窓 tel net

定員：各5名 料金：各40円（保険料）

講師：清水依子（モダンバレエ concerto 講師）

わくわくサイエンス 「トリックアートを描こう」

視覚と脳の不思議な関係を絵を描きながら学ぼう。

5月15日（日）
10:00～11:15

場所：中央本町センター2階 工作室

対象：小中学生（保護者同伴可）

定員：15名

料金：100円

講師：中央本町センター職員

窓 tel net

粘土で作るお菓子な スイーツデコレーション

キウイとイチゴのロールケーキチャームを作ります。



5月21日（土）
10:00～11:00

場所：中央本町センター2階 レクホール

対象：小学生以上（小学2年生以下は保護者同伴）

定員：20名 料金：1,000円

講師：清水のりこ

窓 tel net

すくすくベビーマッサージ

オイルマッサージで赤ちゃんの免疫力を高めましょう。

5月26日・6月9日 各（木）
10:30～12:00

場所：中央本町センター2階 教養室

対象：3カ月～1歳未満の子どもと母親

定員：各10組 料金：各1,020円

講師：田中裕子（ベビーマッサージインストラクター）

窓 tel net

カードゲームで学ぶ
お金の歴史と役割

ゲームやクイズを通して、お金についての学びを深めよう。

5月29日（日）
10：30～11：30

場所：中央本町センター2階 第1学習室

対象：小学1～4年生

定員：30名 料金：無料

講師：鈴木招（SMB Cコンシューマーファイナンス）

目覚める脳と体
ゆったり体操「フェルデン」

自分の楽な姿勢・質の良い動き方などを覚えましょう。

6月1日～7月20日 毎（水）
（6月22日除く）
15：30～17：00 全7回

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：5,880円

講師：鈴木光美（国際フェルデンクライス連盟
I F F公認プラクティショナー）

サズデー・ダンシング
HIP HOP レッスン

楽しく踊れるダンスチームをつくりましょう。

6月2日～7月28日（木）
16：10～17：00 全9回

集合：中央本町センター2階 第1学習室

対象：5歳～小学生

定員：20名 料金：5,490円

講師：MANA

あだちパワースポット・ウォーキング

今回は、北千住の街をぶらり散歩します。

6月3日（金）
10：30～12：00

集合：中央本町センター2階 フリースペース

対象：どなたでも

定員：20名 料金：10円（保険料）

講師：中央本町センター職員

わいわいエアロビクスA・B

エアロビクスで楽しく運動不足を解消しましょう。

6月1日～7月13日 毎（水）
A）9：30～10：40
B）10：50～12：00 全7回

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25名

料金：各3,150円 講師：藤井弘美

紫外線に負けない肌力
しわシミ対策セルフケア

UVカット商品に頼らない、肌力アップ法を伝授します！

6月2日（木）
14：00～15：00

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：25名 料金：2,000円

講師：相笠美弥子（αリラクゼーションスペース）

フライデー・ダンシング
HIP HOP レッスンA・B

楽しく踊れるダンスチームづくりを目指しましょう。

6月3日～7月29日（金）
A）16：00～17：00
B）17：00～18：00 全9回

集合：中央本町センター2階 レクホール

対象：A）小学生 B）小中学生

定員：各30名 料金：各5,490円

講師：MANA

石けんカービング体験教室

石けんに華やかな彫刻を施し、小物を作ります。

6月 5日（日）・15日（水）・
19日（日）・29日（水）
13：30～15：30 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：12名

料金：2,700円（内訳：専用ナイフ1,000円、
石けん他装飾小物類1,700円）

講師：中央本町センター登録団体「フラワーソープ」

ヘルシーエクササイズ

軽快な音楽に合わせて運動不足を解消しましょう。

6月6日～8月1日 毎（月）
（6月13日、7月11日・18日除く）
10：00～11：30 全6回

場所：中央本町センター1階 体育館

対象：16歳以上 定員：50名

料金：2,640円

講師：フィットネス連絡会派遣講師

筆ペン字上達講座

オリジナルテキストを使って基礎から丁寧に学べます。

6月10日～7月15日 毎（金）
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：2,520円

※今年度より、高齢者割引の制度がなくなりました。
予めご了承ください。

講師：高橋江東（足立区書道連盟名誉会長）

こども体操

器械体操やリレーなどでバランス感覚などを養います。

6月14日～7月19日 毎（火）
16：40～17：40 全6回

場所：中央本町センター1階 体育館

対象：小学1年～4年生

定員：30名

料金：1,980円

講師：フィットネス連絡会派遣講師

緑のカーテンで
夏を涼しく過ごそう

家庭でも栽培できるゴーヤやヘチマの育て方を学びます。

5月15日（日）
10：00～11：30

場所：中央本町センター2階 第2学習室

対象：どなたでも

定員：10名 料金：無料

講師：中央本町センター職員

ストレッチとリズム体操

ボールなどを使って、無理なく身体を動かしましょう。

6月6日～8月1日 毎（月）
（6月13日、7月11日・18日除く）
15：30～16：50 全6回

場所：中央本町センター1階 体育館

対象：おおむね50歳以上 定員：50名

料金：2,640円

講師：フィットネス連絡会派遣講師

ちびっこ体操

器械体操やリレーなどで基礎運動能力を養います。

6月14日～7月19日 毎（火）
15：30～16：30 全6回

場所：中央本町センター1階 体育館

対象：4歳～就学前の子ども

定員：40名

料金：1,980円

※インターネットによる抽選申込に変更しました。

講師：フィットネス連絡会派遣講師

親子で楽しく知育
「体操deあそび」

マット運動や鉄棒などを通して基礎運動能力を養います。

6月17日～7月15日 毎（金）
10：00～11：00 全5回

場所：中央本町センター1階 体育館

対象：2～3歳の子どもと保護者

定員：35組 料金：2,800円

講師：フィットネス連絡会派遣講師

普通救命講習会
「救命技能認定証を取得」

人工呼吸・心肺蘇生法・AEDの技能を学びます。

5月22日（日）
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（新規） 1,200円（更新）

講師：足立消防署

共育ひろば

— 足立区立小・中学校 PTA 連合会 —



はじめまして！「足立区立小学校 P T A 連合会」「足立区立中学校 P T A 連合会」です。この度より、両 P T A 連合会の活動を掲載させていただくことになりました。どうぞよろしくお願いいたします。第 1 回目の今回は、各連合会の自己紹介をさせていただきます。

まず小 P 連こと、足立区立小学校 P T A 連合会は、足立区内の区立小学校 6 9 校の P T A で組織されています。この 6 9 校をさらに 4 ～ 7 校の 1 3 ブロックに分け、それぞれのブロックでさまざまな活動を行っています。また中 P 連こと、足立区立中学校 P T A 連合会は、区内中学校 3 6 校の P T A で組織され、さらに 5 ～ 7 校からなる 6 ブロックに分けられ、活動を行っています。

また、各連合会の活動だけでなく、合同での研修会やスポーツ大会を開催するなど、相互の交流も図っています。足立区内のさまざまな健全育成団体や地域の皆さまとも一緒になって、足立区の子どもたちのために活動を行っています。

これらの活動を通して、保護者同士の交流や情報交換をすることは、保護者の視野が広がり、より良い子育てに繋がると考えています。多くの方が協力し合うことで、子どもたちを取り巻く生活環境なども良いものにしていくのではないのでしょうか。

これからも足立区の子どもたちのために、頑張って活動をしていきたいと思ひます。次回以降は、小 P 連・中 P 連の活動を紙面が許す限り紹介していきたいと思ひますので、楽しみにしててください。

足立区内 6 9 校 1 3 ブロック 小 P 連の活動

- ・専門部リーダー研修会
(成人教育、郊外指導、広報、学年学級)
- ・各種スポーツ大会
- ・教育問題研修会
- ・足立風まつり 模擬店出店
(売り上げで図書を購入し、全小学校へ寄贈)
- ・広報紙コンクール などなど

足立区内 3 6 校 6 ブロック 中 P 連の活動

- ・常置委員会研修会
(成人教育、郊外指導、広報、学年学級)
- ・各種スポーツ大会
- ・教育問題研修会
- ・進路講演会
- ・郊外研修会
- ・広報紙コンクール などなど

開催後記 こころは春だよ！

春も間近…愉快的仲間たちが集結

天気はあいにくの雨模様。予定していた足立区立第十一中学校のマーチングパレードと都立青井高校のライブは中止になりましたが、元気いっぱいの子ども仮装大会と商店街を一巡りするクイズラリーは無事開催することが出来ました。

仮装大会のテーマは「春・桜」。桜の花をあしらった衣装や春らしいさわやかな色合いの衣装をまとった子どもたちが、五反野駅前通り銀座商店街を巡りました。その微笑ましい姿は、あたたかな春を思わせるようで、見る人にたくさんの笑顔を届けました。ご協力いただいた皆さま方、誠にありがとうございました。



個性あふれる仮装姿の子どもたち。それぞれ仮装のコンセプトがあるらしく、自分の設定を楽しそうに話す様子が見受けられました。みんなとても可愛らしかったです。最後は参加したみんなと仲良く一緒に記念撮影。素敵なポーズはとれたかな？

今年の銀座会賞の一人は、手触りのよさそうな、もこもこふわふわ毛並みのイノシシ姿に仮装した彼（写真右）。とても大きなイノシシのお鼻がかわいらしく、まあるいフォルムが印象的でした。注目されながら前に出たけど、ちょっと恥ずかしそう。受賞おめでとう！



中央本町サークル 音色に浸る In アウトリーチ

アウトリーチ型活動とは…サークルの皆さんと当センターが協働して、高齢者施設等に訪問し、日頃の学習や練習の成果を地域へと活かしていただくボランティア活動です。

OTONOH A

日時：3月19日（土）
場所：癒しのデイサービス足立

「ミッキーマウスマーチ」「星に願いを」やNHKテレビ番組の主題歌「花は咲く」などをハンドベルで演奏してくれました。りんっと透き通った可愛らしい音色が会場を満たし、聴く者の心に優しく響きました。

レファアカハイ

日時：3月24日（木）
場所：ケアセンターついで島根

柔らかな踊りと音楽に、見ていだけで心が安らぐフラダンス。もうじきやってくる新緑の季節をイメージし、「山の歌」を中心に踊っていただきました。南国の風を感じる、楽しくて和やかなひと時となりました。

Chuo 朗読隊

3月6日（日）ギャラクシיתי

テーマ：「ぼかぼか」

3月9日（水）新田キッズルーム

テーマ：「月と動物」

3月16日（水）ぷらちなくらぶ

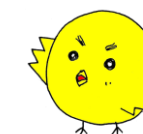
テーマ：「どれかな？ なにかな？」

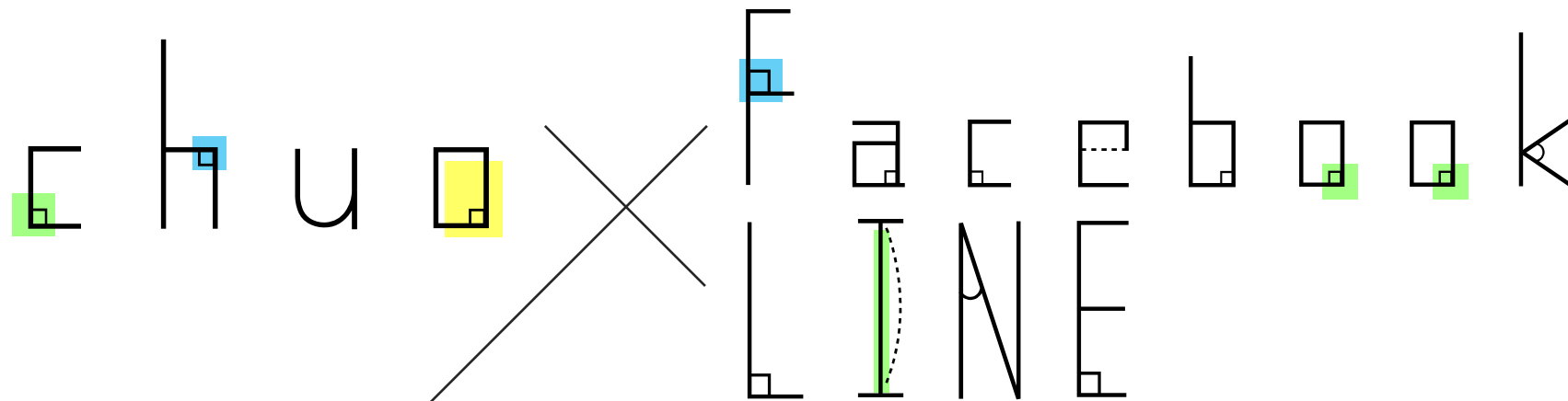
3月18日（金）あかしや園

テーマ：「カラフル」

楽しい手遊びと読み語りをお届けしました！

ボランティアをしてくださる方・サークルを募集しています！
一緒に絵本の読み語りをしませんか？

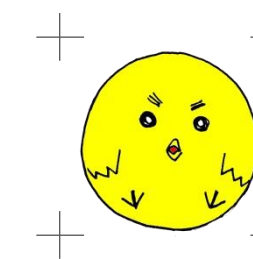




Character

もっと身近な存在に…

学習センター・図書館をぐっと身近に感じてもらうための地域住人たち。



ちゅお

中央本町地域学習センターのマスコットキャラクター。ここに住み込みでアルバイトをしている。性別は男の子。一人称はボク。天気の良い日は、ホウキを持って、空中ウォークしながら掃除をしているかもしれない。

にゃよい

やよい図書館のマスコットキャラクター。図書館に住み着いている。友だちのペンさんとよく一緒にいる。性別はにゃよい。赤い本の形をした帽子がお気に入り。けっこうなおしゃれさんで衣装もちである。



Facebook

いいね！でつながろう。

毎月、学習センター・図書館のイベントの様子や施設を利用するお客様の声などを配信している Facebook。

☑check！

中央本町センターUP情報

【毎月1日】サークル紹介

中央本町地域学習センター登録団体の活動を写真と共にお届けしています。

【不定期】体育館不定期個人利用

8日前までに団体利用予約がなかった場合、個人利用として開放しています。

やよい図書館UP情報

【第1・3日曜日】ビブリオバトル開催報告

自分の好きな本を紹介しましょう。今、全国の図書館、書店、学校に広がっている本のゲームをやよい図書館でも開催しています。

【毎週月曜日】今週のにゃよい

図書館のマスコットキャラクターによる本の紹介・イベント情報です。

【第2・4金曜日】やよいブックライフ

図書館で働く司書たちの、本にまつわるつぶやきを掲載しています。



LINE

LINE スタンプはじまるよ☆

現在、お友だち数900人の中央本町センターLINE。4月からは新たにスタンプの配信がはじまります。マスコットキャラクターたちが、みなさんの会話を楽しく彩ってくれるはず。ぜひ、手に入れてね！

☑check！

中央本町センターUP情報

【毎月25日】26日募集の親子・子ども講座

数ある講座の中から親子向け・子ども向けを中心に掲載しています。

【毎週月曜日】今週のサロン

一週間分のサロン情報を掲載しています。

やよい図書館UP情報

【毎週日曜日】新刊案内

今週の新刊を大人向け・子ども向けそれぞれ1冊ずつ紹介しています。



モダンバレエ concerto

【第68回 登録団体紹介】
今回は、モダンバレエサークルの
「concerto（コンチェルト）」をご紹介します。

美しきモダンバレエの世界

「わ～！ ●●ちゃん、すごくキレイに出来てるよ～！」

「○○ちゃん、本当に上手になったね～！」

清水先生の明るい声が部屋いっぱいに響く中、ピンと背筋を伸ばす生徒達。みんなとっても嬉しそうです。

モダンバレエは、様々な音楽に合わせて自分を表現する「現代舞踊」の一つ。自由度が高く、より人間の持つ身体的魅力とパワーが引き出される点が特徴です。

笑顔が溢れる、アットホームな雰囲気の中で活動している「concerto」。ここには生徒達の健やかで伸び伸びとした「美しさ」が満ちており、モダンバレエを学ぶには、ぴったりとも言える環境が整っています。



華やかな舞台の裏側で

レッスンでは、音楽に合わせて基礎的な練習を繰り返し行い、各々の完成度を確かめます。身体の全てを使って表現ができるよう、指先の動きにまで注意を払って踊るそうです。

「レッスンは地味ですが、舞台は華やかで楽しい！」と語る清水先生。同じ動きを反復するレッスンは、確かに華やかとは言えないかも知れませんが、生徒達はこうした努力の重要性を充分理解しています。笑顔で練習に取り組む様子は、見ているこちらまで元気になる程、活き活きとしていました。



乗り越えた子が持つ「輝き」

とある生徒さんのお母様から、こんなことをお聞きしました。

「難しい動きが出来るようになった時の、子どものキラッとした表情が見られた瞬間が、一番楽しいです」

子どもが最も輝く瞬間というのは、努力によって様々な苦難を乗り越えられた時…、すなわち「成長した瞬間」ではないでしょうか。

モダンバレエ concerto は、そんな最高の「輝き」に満ちているサークルです。5月からは、サークルの体験講座も開催されます。（詳しくは3ページに！）

まずは見学からでもOK。既にキラキラしている子も、（これからの子も、）「concerto」で一緒に輝いてみませんか？



『モダンバレエ concerto』
活動日時：毎週火曜日
〔幼児の部〕 15：50～16：50
〔小学生の部〕 16：50～18：00
入会金：2,000円 会費：月5,000円
連絡先：03-3848-4715（清水）

青井住区
センター TEL 3852-3750
〔休館日〕3日 10日 17日 18日 24日 29日

＜悠々館＞
【優雅に太極拳】
日時：4月20日（水）13時～ 毎月第3水曜日
新しい講座です。講師は石鍋百合枝先生。
【住区 de 団らん】
日時：4月19日（火）17時～
和気あいあいと、おしゃべりしながら夕食を食べましょう。
＜児童館＞
【おめでとうパーティー】
日時：4月13日（水）15時～
進級・新入をお祝いして、ゲームやビンゴであそびます。
【ペーパーフラワー】
日時：4月25日（月）～5月6日（金）14時～
カーネーションを作りましょう。

住区センター 情報



中央本町住区
センター TEL 3852-1434
〔休館日〕3日 10日 11日 17日 24日 29日

＜悠々館＞
【赤十字減災セミナー】
日時：4月21日（木）13時30分～
災害から大切な人を守る知識と実技を学びましょう。
【住区 de 団らん】
日時：4月28日（木）17時～
和気あいあいと、おしゃべりしながら夕食を食べましょう。
＜児童館＞
【新入進級お祝い会】
日時：4月20日（水）14時30分～
○Xクイズや大型トランプで遊びましょう。
【ベビーマッサージ】
日時：4月28日（木）10時30分～
対象：2カ月～1歳未満の子ども 持ち物：バスタオル

弘道住区
センター TEL 3840-9354
〔休館日〕3日 10日 11日 17日 24日 29日

＜悠々館＞
【うたごえ住区ぼくす】
日時：4月9日・23日（土）13時30分～
昔なつかしい歌をみんなで一緒に歌いましょう。
【住区 de 団らん】
日時：4月7日・21日（木）17時～
和気あいあいと、おしゃべりしながら夕食を食べましょう。
＜児童館＞
【進級新入お祝い会】
日時：4月13日（水）14時30分～
新入生を交えて楽しいゲームあそびをします。
【紙芝居】
日時：4月27日（水）15時30分～
みんなで楽しい物語を聞きましょう。

栗島住区
センター TEL 3848-3471

栗島住区センターは、建て替え工事のため、悠々館・児童館は平成25年9月1日よりしばらくの間、休館となります。なお、建て替え工事の臨時事務所は、中央本町4-8-14となります。

《平成28年夏頃新規オープン予定》

五反野コミュニティ
センター TEL 3886-2643
〔休館日〕3日 10日 17日 24日 25日 29日

＜悠々館＞
【カラオケ広場】
日時：4月9日（土）13時～
自分の好きな曲を楽しく歌いましょう！
【住区 de 団らん】
日時：4月13日（水）17時～
和気あいあいと、おしゃべりしながら夕食を食べましょう。
＜児童館＞
【工作週間】
日時：4月11日（月）～15日（金）15時～
対象：小学生 プリズムメガネや万華鏡などを作ります。
【一輪車の日】
日時：4月18日（月）
みんなで一輪車に乗れるようになりましょう！

やよい図書館 TOPICS

館長が紹介する「印象に残った一文」とは？

「なんだか元気がでないなあ、と思ったら たぶん、季節不足。」

かわいらしい和菓子の絵に惹かれて、手に取ったこの本。ページをひらけば、美味しそうな季節の料理が、美しい写真と可愛いイラストで紹介されていました。今はスーパーやレストランへ行けば、いつでも何でも食べられる時代。それはとても便利ですが、何となく物足りなさを感じることもあります。それはきっと「季節不足」なのでしょう。この本をひらいて、あらためて旬のものをいただくことの意味に気が付きました。

『口福だより おいしい暮らし歳時記』 広田千悦子／絵・文 小学館 (丸山)

「誰か×誰か」「誰か×何か」の組み合わせが面白い！

ファンタジー×動物

『グリフィンとお茶を』 荻原規子／著 徳間書店

著者が幼い頃に慣れ親しんだ「動物物語」を振り返りながら、物語に出てくる様々な動物について書かれたエッセイ。題名からも分かるように、ファンタジー小説にはおなじみのグリフィンやユニコーンなどの幻獣が登場します。しかし、外国の児童文学のファンタジーに出てくるものだけではなく、日本の昔話や神話に登場する動物も出てくるので、誰でも楽しめる1冊になっています。全部で20の動物が紹介されているので、気になるものや自分が好きなものから読んでいくのも楽しいです。(坂井)

原作本から入って良し、映画から入っても良し。

第25回 のぼうの城

★原作「のぼうの城」著者：和田竜 小学館

★映画「のぼうの城」出演：野村萬斎、榮倉奈々、佐藤浩市、成宮寛貴

時は豊臣家全盛の時代。天下統一を目前に控え、豊臣家は関東最大勢力の北条氏を攻略しようとしていた。北条氏側の忍城・領主成田家一門の成田長親（なりたながちか）は「でくのぼう」、略して「のぼう様」と民衆から親しまれていた。北条氏攻略を前に、成田家は北条氏を裏切り、戦わずして豊臣家につこうとしていた。しかしひょんなことから忍城勢三千人 vs 豊臣家二万人で戦うことになってしまう。

映画の見所は迫力の水攻め！ 豊臣家という莫大な財力・人力を使い、総延長28kmの堤を造り、忍城を水で囲む。水を流し入れるシーンも見所ですが、そんな水攻めをされた中、忍城勢がどのように戦うのか？ をぜひご覧ください。また豪華な俳優陣も見所の一つ。成田家側だけでなく、豊臣家側も山田孝之、上地雄輔など個性的な俳優が映画を彩っています。

次回は『ハウルの動く城』です。お楽しみに！（大塚）

フレーズ
&
センテンス

かける
×本精読



Cinema
library



知的書評合戦
ビブリオバトル

本を通して人を知る、人を通して本を知る。

4月のビブリオバトル開催予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 鹿浜図書館 15:30~	2
3 やよい図書館 15:00~ 梅田図書館 15:00~	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17 やよい図書館 15:00~	18	19	20 竹の塚図書館 13:30~	21	22	23
24	25	26	27	28	29 梅田図書館 15:00~	30

※詳しくは各図書館へお問い合わせください。

やよい図書館 4/3・17

15:00から2階のフリースペースにて開催！

図書館職員がやってみました。

春がやってきました！ 春といえば、思い出すのは花より団子、食べ物がおいしい季節です。そんな私のイチオシは「空豆」。子どもの頃は嫌いでしたが、ゆでたての空豆を食べて以来、その美味しさのとりこです。

そんなこんなで、今回は「そらめくんのベッド」を作りました。空豆のさやは、武骨な外見からは想像

できないような、気持ち良いさわり心地。そのふわふわ感を出すために、手芸用のポリエステル綿ではなく、化粧用のコットンを使用しました。ちなみに、外側は樹脂粘土を使用。せつかくなので、そらめくんも作りました。磁石をうめこんだので、冷蔵庫にくっつけることもできます。でも、これを見たらますます空豆が食べたくなくなってしまうかも…。 (丸山)

Vol. 5 『そらめくんのベッド』 なかやみわ／さく・え 福音館書店



※絵本と実物を図書館内に展示しています。また、制作過程を facebook にて公開しています。

クイズにこたえて、図書館でプレゼントをもらおう。

もんだいにこたえてスタンプを集めるとプレゼントがもらえるよ！

もんだい：この中で、春になると咲くピンク色のお花はどれでしょう？

① こすもす ② さくら ③ つくし

こたえ。





親子で「**おうちえほん**」のススメ

NPO法人「絵本で子育て」センター絵本講師 のぐち りえ

Vol.11



寝かしつけにオススメの絵本はありますか？

★風邪の功名！？★

私がこの原稿を書いているのは、あと1週間で3月という日。立春が過ぎて「もうすぐ春だあ〜♪」と気を抜いたせいか、数日前に発熱してしまいました。久々の39度台。身体中の節々と筋肉が痛い！熱ってこんなに辛かったっけ！？家族に移してはいけなくて、夫と息子は別の部屋へ。ひとり隔離された私は、誰に気兼ねすることなく、「痛い、痛い！ホントにイタイーっ！」と一晩中、ぶつぶつ…（いいえ、ここは正直に）叫んでおりました。嗚呼、四十を過ぎたイイ大人が情けないですね（苦笑）

さて、ここ数年は発熱といっても微熱程度、こんなに辛いのは久しぶりだったのですが、実は嬉しい体験もしました。それは…翌日に、靴のサイズ27センチの立派な体格の息子（小5）に本を読み聞かせてもらい、寝落ちしたことです！（笑）

息子曰く「辛い時に昔話を読んでもらおうと楽になるからね〜」と。息子の音読は宿題で毎日のように聞いていますが、それとは全然違うやさしい声。温かい時間。本を読み聞かせてもらって、大人になっても嬉しいものです。

★寝かせる時間を親子の時間に★

そこで、今回は「寝る前のおうちえほんタイム」について考えたいと思います。私のおうちえほん講座でもよく質問されるのが、

【寝る時のおすすめ絵本、すんなり寝てくれる

ような絵本はありますか？】

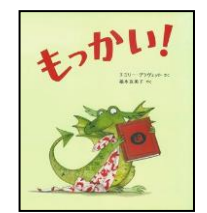
私は、「これを読んだらあっという間に寝た！という絵本よりも、お子さんが『これ、読んで』と持ってきた絵本を読んであげて。」とお答えしています。まだお子さんが小さくて選べない場合には、「ママが読みたい絵本を読んで。できれば、お子さんと笑顔になれるようなもの、ゆったりとリラックスして読める絵本がよいですね。そういう“ねんね”をテーマにした絵本ならありますよ。」とお伝えしています。

★1日の終わりは、あなたの声で★

子どもの成長のために十分な睡眠時間を確保してあげるのは、親の大切な役割ですね。子どもを寝かしつける時間。まだ食器を洗ってない！洗濯物を畳んでない！等々、夜だからといって余裕のあるママは居ないでしょう。でも、ここで考えたいのは“眠りにつく時の子どもの気持ち”。生まれてたった数年の子どもたちは、大人が思っている以上に、毎日色々なことを頑張っています。そんな一日の終わりにどんな気持ちで眠りについてほしいですか？日常生活でつい言うことば「早く！早く！」。一日の終わりまで「早く寝て〜！」ではちょっと可哀想。

親のイライラは子どもにも伝わってしまいます。親子が思わず笑顔になる絵本、大好きだよ♥を伝える絵本を読んで、すーっと幸せな寝落ちをさせてあげませんか？

今月の絵本



『もっかい！』
作：エミリー・グラヴェット
訳：福本友美子
発行：フレーベル館



『よるくま』
作・絵：酒井駒子
発行：偕成社



『おひさま あはは』
作：前川かずお
発行：こぐま社

おはなし会のお知らせ

おはなし会 毎週水曜日

4 / 6 ・ 1 3 ・ 2 0

ご じ ぶん
ご 午後3時30分から
かい きょうようしつ
2階・教養室

赤ちゃんおはなし会 第3木曜日

4 / 2 1

・1歳半〜3歳向け
10:30〜10:50
・0歳〜1歳半向け
11:10〜11:25
2階・教養室

大おはなし会 第4水曜日

4 / 2 7

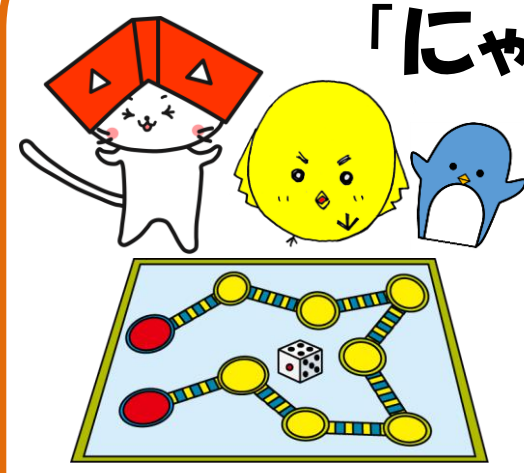
ご じ
午後3時から
かい
2階・レクホール
じょうえい お がみ
ビデオ上映や折り紙など
もりだくさん！

のぐちりえさんによる保護者向け講座 『絵本でリラックス！おうちえほんの楽しみ方』
4 / 1 3（第2水曜日）11:00〜11:30 2階・音楽室 ※お子様連れ可（託児はありません）。事前申込制です。電話またはやよい図書館カウンターでお申込みください。



マスコットキャラクター「にゃよい」がお知らせ！

春の読書週間 「にゃよいBIGすごろく」



じゅうたんコーナーに大きなすごろくが登 場！ にゃよい、ぺんさん、ちゅうおがゴールをめざすよ。ゴール後にみんなへメッセージがあるみたい。でもゴールするにはみんなのほん よ ちから ひつよう ないよう かんない
本を読む 力 が必要なんだ！ くわしい内容は、館内のチ
ラシを見て参加してね！

初めて持つのは図書カード！

図書館のカードは、0歳から作ることができます。（登録の際にはお子様が同伴され、住所・氏名を確認できるものが必要です。）カードといっしょに、親子用の読書通帳もお渡ししています。

また、木曜日の午前9時〜12時は『あかちゃんタイム』を実施中！
お子様が泣いても大丈夫。親子が気軽に来られる時間です。パパ・ママ同士
の交流の場としてもご利用ください。



日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
<p>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！ Aメール</p> <p>* 青字表記の講座は、事前受付が必要となります。 * 赤字表記は、当日受付となります。</p> <p>屋内施設（6月） 一般受付開始 屋外抽選申込 開始～9日</p>					1 こども向け英会話 PCサロン	2 個人利用
3 ビブリオバトル	4 お仕事体験「美容師」 ヘルシーエクササイズ ストレッチとリズム体操	5 リトミックと演奏会	6 はつらつ体操 フェルデン マージャンサロン おはなし会 スポーツ広場・個人利用	7 こどもダンス	8 小中学生ダンス PCサロン	9 韓国語入門・初級 ITサロン
10 個人利用	11 休館日	12 ちびこども体操 プレ 韓国語中級・会話	13 わいわいエアロビクス フェルデン おはなし会 おうちえほんの楽しみ方 スポーツ広場・個人利用	14 こどもダンス ベビーマッサージ 将棋サロン	15 体操deあそび プレ 小中学生ダンス PCサロン	16 朗読隊 韓国語入門・初級 個人利用無料公開日
17 おもちゃの病院 俳句と短歌のサロン ビブリオバトル	18 中国語入門・初級 リズムダンス プレ ヘルシーエクササイズ ストレッチとリズム体操 朗読カフェ	19 ちびこども体操 プレ 韓国語中級・会話	20 わいわいエアロビクス はつらつ体操 フェルデン マージャンサロン おはなし会 スポーツ広場・個人利用	21 こどもダンス 離乳食セミナー 幼児食セミナー 赤ちゃんおはなし会	22 体操deあそび プレ 小中学生ダンス PCサロン	23 ナン作り 韓国語入門・初級 ITサロン テニス5月分一般受付
24 わくわくサイエンス 野球運動場 5月分一般受付	25	26 韓国語中級・会話 講座受付 (4/25号広報)	27 わいわいエアロビクス 大おはなし会 スポーツ広場・個人利用	28 ベビーマッサージ 将棋サロン	29 3歳の器械体操	30 3歳の器械体操 韓国語入門・初級

◆Information◆ お客様へ お願いとお知らせがあります。

- ・センター敷地内は禁煙です。お近くの指定喫煙所をご利用ください。
- ・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。

【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			バスケボール	バスケボール
午後Ⅰ	12:30 ～15:00	スポーツ広場 (ファミリーテニス)		バウンドテニス・ パドルテニス	バドミントン・ 卓球
午後Ⅱ	15:30 ～18:00	バスケボール	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・ スカーゴ広場 (バウンド テニス)	ビーチボールバレー・ バスケボール	バドミントン	卓球・バドミントン・バ スケボール・ビーチボ ール

- * 利用料金：(時間区分ごと) 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いたします。
- * 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。

「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：中央本町地域学習センター・やよい図書館
責任・編集：ヤオキン商事株式会社

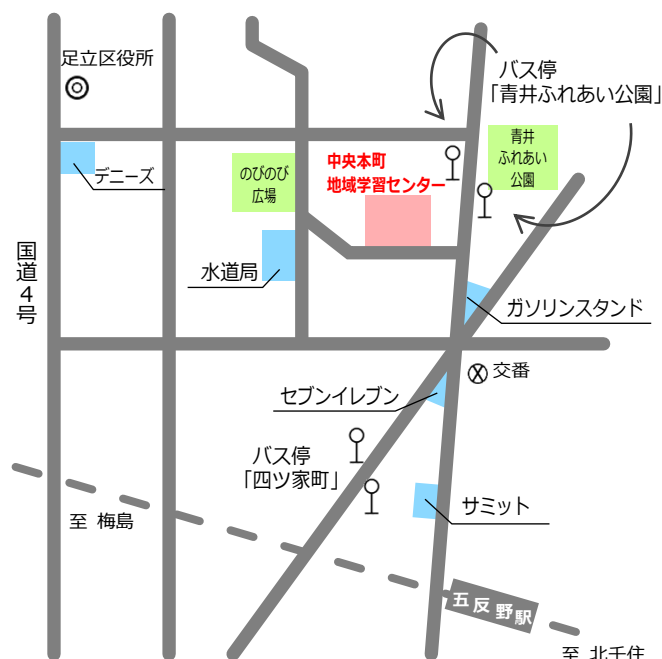
◆お問い合わせ◆ 受付時間9:00～20:00
〒121-0011 足立区中央本町3-15-1
中央本町地域学習センター TEL:03-3852-1431
やよい図書館 TEL:03-3852-1433

足立区 中央本町

検索

【4月休館日のお知らせ】

中央本町地域学習センター 11日
やよい図書館 11日、28日



◆東武スカイツリーライン五反野駅より徒歩約10分◆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◆東武バスバス停〔四ツ家町〕下車5分

