

# やよい

12 2016  
月

セフターの裏方  
見せちゃいます！



今月のサロン・講座

PTA連合会 共育ひろば

サークル紹介 ミュージックバルで繋がる絆

本と出会う やよいTOP10

ビブリオバトル



# 今月の講座

## ママ&ベビー リズムピクス A (全 6 回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。  
1月 23 日～3月 6 日 (月)  
(2月 13 日除く)  
10:15～11:15  
対象：10 カ月～2 歳未満の  
子どもと母親  
定員：20 組  
料金：3,720 円

## サークル・ダンシング！ (全 9 回)



楽しく踊れるダンスサークルを作りましょう。  
2月 2 日～3月 30 日 (木)  
16:10～17:00  
対象：5 歳～小学生  
定員：20 名  
料金：5,490 円

## 小学生プログラミング体験 「パソコンでゲームを作ろう」



ゲームの操作方法も自分で決めます。  
2月 5 日 (日)  
10:30～12:00  
対象：小学生  
※小学 2 年生以下は保護者同伴  
定員：15 名  
料金：1,000 円

## わくわくサイエンス 「カイロを作ろう」



カイロの中身ってなんだろう？ 実際に作って、温かくなる理由を知ろう。  
1月 22 日 (日)  
11:00～12:00  
対象：小中学生  
定員：15 名  
料金：300 円

## 平田農園で農業体験をしよう 「大根の収穫」



野菜畑を見学して、大根の収穫を体験します。  
1月 15 日 (日)  
※予備日 1 月 22 日 (日)  
10:00～12:00  
対象：4 歳～小学生の子どもと保護者 (1 組は保護者含む 4 名まで) 定員：20 組  
料金：500 円  
(3 名以上は追加料金)

## はつらつ体操



イスに座ったままできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。  
12 月 7 日・21 日 (水)  
13:30～15:00  
対象：65 歳以上の方  
定員：各 25 名  
料金：無料

## 粘土で作るお菓子な スイーツコレクション



粘土を使って、かわいい小物に素敵なスイーツをデコレーションしましょう。  
1月 28 日 (土)  
10:00～11:00  
対象：小学生から大人まで  
※小学 2 年生以下は保護者同伴  
定員：20 名  
料金：1,000 円

## すくすくベビー・マッサージ (からだ全身マッサージ)



オイルを使ったマッサージを行い、子どもの免疫システムの向上を図ります。  
1月 26 日 (木)  
10:30～12:00  
対象：3 カ月～1 歳未満の  
子どもと母親  
定員：10 組  
料金：1,020 円

## ママ&ベビー リズムピクス B (全 6 回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。  
1月 23 日～3月 6 日 (月)  
(2月 13 日除く)  
11:30～12:30  
対象：10 カ月～2 歳未満の  
子どもと母親  
定員：20 組  
料金：3,720 円

## ウクレレサークル体験講座 (全 4 回)



ウクレレの魅力を存分に体験しましょう。  
2月 4 日・11 日・18 日・  
25 日 (土)  
14:00～16:00  
対象：16 歳以上  
定員：10 名  
料金：無料

## フライヤー・ダンシング！ B (全 9 回)



楽しく踊れるダンスサークルを作りましょう。  
2月 3 日～3月 31 日 (金)  
17:00～18:00  
対象：小中学生  
定員：30 名  
料金：5,490 円

## フライヤー・ダンシング！ A (全 9 回)



楽しく踊れるダンスサークルを作りましょう。  
2月 3 日～3月 31 日 (金)  
16:00～17:00  
対象：小学生  
定員：30 名  
料金：5,490 円

# 今月のサロン

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、地域交流にぜひ活用ください。

## パソコンサロン



パソコンの持込可。インターネットのつなぎ方などをボランティアの方が丁寧に教えてくれます。  
12 月 2 日・9 日・16 日・  
23 日 (金)  
19:00～20:30  
料金：200 円

## 将棋サロン



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。  
12 月 8 日・22 日 (木)  
18:00～21:00  
料金：200 円

## 健康マージャンサロン



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ます。  
12 月 7 日・21 日 (水)  
17:30～21:00  
料金：200 円

## 朗読カフェ



テーマは「海外の作品」。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。  
12 月 19 日 (月)  
18:00～20:00  
料金：無料

## IT サロン



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。  
12 月 10 日・24 日 (土)  
14:00～16:00  
料金：200 円

## 絵本でリラックス！ あうちえほんの楽しみ方



のぐちりえさんによる保護者向け講座。毎月第 2 水曜日。お子様連れ可 (託児なし)。  
12 月 14 日 (水)  
11:00～11:30

## 俳句と短歌のサロン



日々の風景や想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。  
12 月 18 日 (日)  
14:00～15:00  
料金：無料

## おもちゃの病院



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。  
12 月 18 日 (日)  
13:00～16:00  
料金：無料

## おはなし会



楽しい絵本の読み聞かせをします。毎月第 3 木曜日。  
12 月 7 日 (水)  
15:30～16:00

## 赤ちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を読みます。毎月第 3 木曜日。  
12 月 15 日 (木)  
1歳半～3歳向け 10:30～  
10:50／0歳～1歳半向け  
11:10～11:25

## 大おはなし会



絵本の読み語りや折り紙、映画鑑賞をします。  
12 月 21 日 (水)  
15:00～16:30

## クリスマスおはなし会



クリスマスにちなんだ絵本を読みます。サンタさんが来るかも！?  
12 月 14 日 (水)  
15:00～16:00

# 今月の講座



# 共育ひろば

— 足立区立小・中学校 PTA 連合会 —

事務所：月・水・金 10:00～17:00  
Tel 03-3840-6645 (代表) / Fax 03-3840-1131

PTA連合会では、11月に教育についての研修を行いました。中PTA連では「PTAと学校とのコミュニケーションをテーマに、他区の中学校長を講師に迎え、さまざまな経験・実践を通してお話をしていただきました。学年良い生徒が育つといいます。また、小PTA連では「ネット・ケータイのトラブル最新事情と子どもを守るためにアミリーアルール」をテーマにした講演会を開催。ネットトラブルは、コミュニケーション不足で起こるという事例もありました。

現代の子どもたちは、大人よりもずっとさまざまなネット情報や知識を持っています。そうした子どもたちを守るためにには大人が協力して、適切なルールを作っていく必要があります。

どちらの講演からも、人とかわる力の大切さを学びました。学校が抱える問題を解決していくために一緒に考えていかなければなりません。PTAの会長として、また、子どもたちの成長を見守る保護者として、考えさせられるよい研修となりました。人とのかかわり方を子どもたちに身に付けてもらうためにも、私たち大人が率先して、その姿を示していかなくてはならないのかも知れませんね。

ボールペン字上達講座  
(全6回)



ボールペン習字の技術・知識を丁寧に学べます。  
2月17日～3月24日(金)  
19:00～20:30  
対象：16歳以上  
定員：15名  
料金：2,520円

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の使用法を学びます。  
2月12日(日)  
9:00～12:00  
対象：16歳以上  
定員：20名  
料金：1,400円(新規)  
1,200円(更新)  
更新は認定証発行3年以内の方

インドカレー店 BINITA で  
「バレンタインに贈るナンづくり」



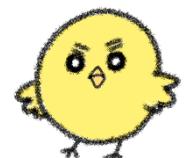
持ち寄った具材でオリジナル・ナンを作ります。  
2月11日(土・祝)  
15:00～16:30  
対象：4歳～小学生の子どもと保護者  
定員：10組(1組3名まで)  
料金：1,300円  
(3名追加料金)

## インターネットからの予約方法

足立区ホームページ 検索



- ① 足立区ホームページ画面右下の「電子申請・各種予約」を選択
- ② 生涯学習施設・スポーツ施設の「講座予約システム」を選択
- ③ 「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を選択
- ④ 講座専用の予約フォームが表示されます  
(ログインナンバー未登録の方もご予約できます)



## 12月26日(月)から募集開始

申込方法：窓口・電話・インターネット(一部除く)  
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

各講座のイメージ画像右をご確認ください。

窓口



電話



インターネット



## 尊重し輝ける みんなの個性

土曜日の夜、中央本町センターにはミュージックベルの綺麗な音色が響き渡ります。ベルから流れ出す音は繊細で手首の動き一つで音が変わってしまうほど。曲の中では全員が自分のパートを持ち、それぞれがかけがえのない1人なのです。

各レベルに合わせて毎回アレンジする楽譜からは、個性派揃いの会員全員が輝けるようにという講師の大司さんの心遣いが感じられます。奏でられる美しいハーモニーには、そんな大司さんの愛情とそれに応えようとする会員たちの気持ちが溶け込んでいるようです。



# 「ユーフォリックベル」で 繋がる糸

第76回 OTONOHA 朴川

活動日：毎月2回 土曜日 時間：17:30～21:30  
入会費：1,000円 月会費：2,000円  
連絡先：080-3715-0612（日笠）

①練習風景：音合わせは、互いの呼吸を合わせることが大事。  
②集合写真：和気あいあいと、楽しく活動中♪

## 心に届く音楽を 目指して

最初は友人に誘われなんとなく始めたという方も、今では徐々に難しくなる曲を仕上げ、聞いてもらうことで達成感を覚えるそう。OTONOHAではそういった、音楽に対する真摯な想いが演奏を通じて伝わってきます。

### 新たな一步として

失敗した時や上手くいかない時、励ましてくれる温かい仲間達がいるOTONOHA。活動6年目を迎えた今、大司さんは、「練習し発表するだけでなく、新しい事に目を向け、進化を続けたい。」と話します。現在は会員募集をしていませんが、今後新たに小学生からの「OTONOHA プログループ」を募集する予定です。あなたも、力をあわせてひとつの曲を作りませんか？



う巡回も行っています。見かけることは少ないかもしれません、皆さんが目にするちょうどしたことに、設備職員は深くかかわっています。

この時期になると、中央本町センターでは、外観が華やかに彩られるイルミネーション点灯がはじまります。太陽が沈む時間が早くなる冬

建ての屋上から2階のテラスへと取り付けられています。

今年のコンセプトは、富士山です。富士の麓には白い雲とさくらめく星たち。色鮮やかなピンク色の桜が歩道をほのかに照らします。

お立ち寄りの際は、ぜひご覧ください。

何年、何10年先も長く地域と共にるために、日々、工夫とユーモアを忘れない裏方の仕事。皆さんのが施設を利用する際は、ぜひ、これから先も使い続ける誰かを想い、大切に使ってくださいと嬉しいです。



# 中央本町センターを 快適に過ごしてもらいたい そつ、日々考えております。



あるときは伸びきった植木を整える剪定師、またあるときは襖の建てつけを直す大工さん。中央本町センターには、施設の「困った！」を解決してくれる裏方が存在します。青いツナギ姿がトレードマークの設備職員は、利用者が快適に過ごせるように、施設の電気設備や衛生・空調の機械設備の点検・保守を担当しています。

皆さんのが安心・安全に過ごせるように、些細なことも見逃さないよう

毎日250人近くの人が出入ります。街の防犯・安全としての役割もあるイルミネーションは、ただ美しいだけではありません。

このイルミネーションの飾り付け、実は毎年設備職員が行っています。メインとなる大きなツリーは、3階



季、夕方になると辺りは真っ暗になります。街の防犯・安全としての役割もあるイルミネーションは、ただ美しいだけではありません。

このイルミネーションの飾り付け、実は毎年設備職員が行っています。メインとなる大きなツリーは、3階

にあるため、日々、工夫とユーモアを忘れない裏方の仕事。皆さんのが施設を利用する際は、ぜひ、これから先も使い続ける誰かを想い、大切に使ってくださいと嬉しいです。



あるときは伸びきった植木を整える剪定師、またあるときは襖の建てつけを直す大工さん。中央本町センターには、施設の「困った！」を解決してくれる裏方が存在します。青いツナギ姿がトレードマークの設備職員は、利用者が快適に過ごせるように、施設の電気設備や衛生・空調の機械設備の点検・保守を担当しています。

皆さんのが安心・安全に過ごせるように、些細なことも見逃さないよう





### 中央本町住区センター

Tel 03-3852-1434

休館日: 4日・11日・12日・  
18日・23日・25日・  
29日～1月3日

◆悠々館◆出前講座

12月14日(水) 13:00～ 内容は、膝・  
肩・腰・関節を大切にする運動です。

◆児童館◆もちつき大会

12月11日(日) 11:00～12:00  
300名限定(子ども・保護者含む)。



### 五反野コミュニティセンター

Tel 03-3886-2643

休館日: 4日・11日・18日・  
23日・25日・26日・  
29日～1月3日

◆悠々館◆演芸鑑賞会

12月10日(土) 13:00～15:00  
ジョージ・ジョンガラの三味線演奏です。

◆児童館◆プラバンの日(受付 13:55～)

12月14日(水) 14:00～ 小学生以上  
焼かないプラバン作りです。

## 住区センター

地域の方が利用できる交

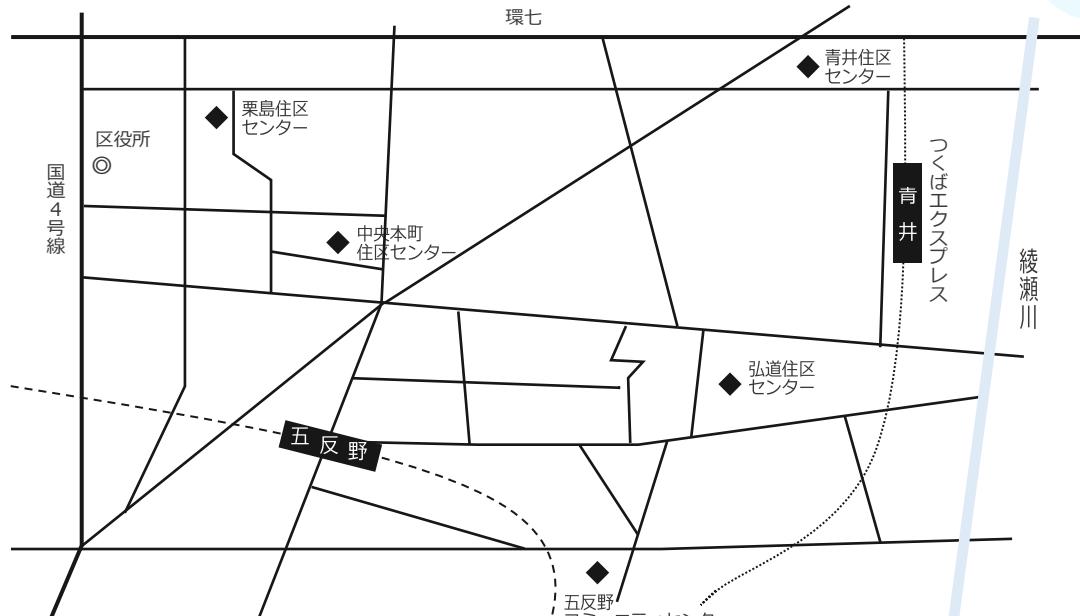
流の場。遊びを通して子ど

もの成長を見守る児童館。

趣味や健康づくりで豊かな

生活を支援する悠々館。イ

ベントの紹介です。



### 栗島住区センター

Tel 03-3848-3471

休館日: 4日・11日・18日・  
19日・23日・25日・  
29日～1月3日



### 弘道住区センター

Tel 03-3840-9354

休館日: 4日・11日・12日・  
18日・23日・25日・  
29日～1月3日

◆悠々館◆クリスマス会

12月24日(土) 13:30～

イブの日を、楽しく過ごしましょう。

◆児童館◆クリスマス工作(事前申込)

12月5日(月)～10日(土) 14:30～  
クリスマスツリーのメモボード作り。

◆悠々館◆手芸教室(事前申込)

12月8日(木) 13:00～ 材料費 100

円。クリスマスリースを作りましょう。

◆児童館◆クリスマス会(受付 13:00～)

12月4日(日) 13:30～ 幼児～大人  
人形劇「てぶくろを買ひに」「江戸しぐさ」

◆悠々館◆クリスマス会

12月22日(木) 14:00～ 60歳以上

皆で楽しい時間を過ごしましょう。

◆児童館◆クリスマス会(受付 13:00～)

12月14日(水) 15:00～  
絵を描いて楽しくプラバンで遊ぼう。

## 今月の表紙

### ちゅお & にやよいの 野菜畑「ハクサイ」

瑞々しい白色が目に鮮やかなハ

クサイ。冬は温かい鍋料理に欠か

せない存在です。精進料理では

「養生三宝」と呼ばれ、大根・豆

腐と並ぶ健康食材に数えられま

す。中国の不老長寿、薬膳の教

えが引用されているそうです。

約95%が水分からできていま

すが、ビタミン・ミネラル・カリウ

ムなど、健康維持に欠かせない要

素がバランスよく含まれていま

す。体調を崩しがちな冬場は、

風邪予防、免疫力向上に効果が

期待できます。またカリウムは、

塩分を排出する働きがあるため

高血圧の方にはうってつけ。水溶

性の栄養素で水に溶けてしま

ますが、スープと一緒に摂れば大

丈夫。ハクサイ料理で、寒いこの冬  
を乗り切りましょう。

## 矢的書評合戦 ビブリオバトル



10月16日(日) 開催  
ビブリオバトル

### 本から伝わる「キモチ」

集まつたのは4名。全員がバトラーとしての参加です。今回は、職員を除く3名の参加者が語る、熱いキモチをお送りします。

まずは、歴史的悪行を客観視することで世界平和を考えることで、さるという思いから、あえてヒトラーの著作を選んだ〇さん。「ヒトラーの思想が詰まつた作品ですが、影響を受けてしまうから遠ざけるのではなく、距離を保つつ、正面から鑑賞

するべき。大切なのは、二度と同じ過ちを繰り返さないことです」と。読みやすいように漫画版を持つでこられ、「こんなシリーズがあるんだー」「図書館にもあったらしいなあ」と、皆さん興味津々でした。

次は、インターネットつながりから、外へ飛び出してゆく重要さを述べる著者の言葉に、とても共感したというNさん。「今はネットの検索機能で、調べたいと思ったことを入力すれば、すぐに答えが出来ますよね。でも、そこで入力する『言葉』は、既に自分が知つているものなんですよ。未知の言葉はキーボードで打ち込めませんから。わたし、この本を読んでハッとしたんです。その通りだ！ って。わたしも、もっと外へ飛び出さんくちゃ」。Nさんはイキイキした表情で語ります。

発表後には「この本の著者は作家？ それとも学者？」「最近発売された本？」と質問がありました。細かい所まで気になるのは、参加者がその本に惹かれている証拠。質問の答えは、是非、自身で読んで確かめてみてください。

さて、今回チャンプ本に選ばれたのは、Nさん推薦の『弱いつながり検索ワードを探す旅』(東浩紀／著)です。本の持つ魅力と、それに共感したというNさんの言葉が参加者の胸に響きました。

本を紹介すると、自然と自分の想いが出てきます。それがまたバトルを活性化させてくれます。1冊の本から、「キモチ」が伝わる。そんなビブリオバトルに、あなたも参加してみませんか？ (新井)

### 12月のビブリオバトル開催日程

◆やよい図書館 4日 15:00～  
17日 15:00～  
◆舍人図書館 3日 14:45～

◆竹の塚図書館 21日 13:30～  
15:30～  
25日 11:00～  
15:00～

◆鹿浜図書館 24日 13:30～  
15:00～  
◆梅田図書館 11日 15:00～  
23日 15:00～

最後は、季語の本を持ってこられたくさん。「日本語には綺麗で素晴らしい表現がたくさんあるんです。

それを日本人が忘れててしまうのは寂しいこと。言葉は時代と共に変わりゆくのですが、それでも私は古き良き日本語を大切にしていきたい。少しでも多くの人に日本語と季語の美しさを知って欲しいです。そして、俳句にも興味を持つてくれば、どちら嬉しいです」と、俳句を嗜んでいるというKさんならではの熱い発表でした。

たKさん。「日本語には綺麗で素晴らしい表現がたくさんあるんです。

それを日本人が忘れててしまうのは寂しいこと。言葉は時代と共に変わりゆくのですが、それでも私は古き良き日本語を大切にしていきたい。少しでも多くの人に日本語と季語の美しさを知って欲しいです。そして、俳句にも興味を持つてくれば、どちら嬉しいです」と、俳句を嗜んでいるというKさんならではの熱い発表でした。

たKさん。「日本語には綺麗で素晴らしい表現がたくさんあるんです。

それを日本人が忘れてしまうのは寂しいこと。言葉は時代と共に変わりゆくのですが、それでも私は古き良き日本語を大切にしていきたい。少しでも多くの人に日本語と季語の美しさを知って欲しいです。そして、俳句にも興味を持つてくれば、どちら嬉しいです」と、俳句を嗜んでいるというKさんならではの熱い発表でした。

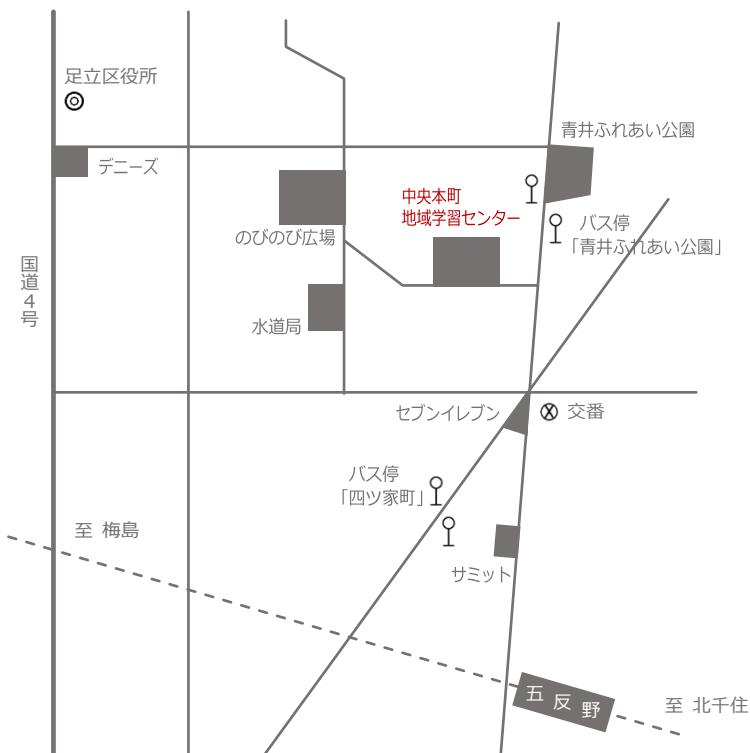
たKさん。「日本語には綺麗で素晴らしい表現がたくさんあるんです。

それを日本人が忘れてしまうのは寂しいこと。言葉は時代と共に変わりゆくのですが、それでも私は古き良き日本語を大切にしていきたい。少しでも多くの人に日本語と季語の美しさを知って欲しいです。そして、俳句にも興味を持つてくれば、どちら嬉しいです」と、俳句を嗜んでいるというKさんならではの熱い発表でした。

たKさん。「日本語には綺麗で素晴らしい表現がたくさんあるんです。

それを日本人が忘れてしまうのは寂しいこと。言葉は時代と共に変わりゆくのですが、それでも私は古き良き日本語を大切にしていきたい。少しでも多くの人に日本語と季語の美しさを知って欲しいです。そして、俳句にも興味を持つてくれば、どちら嬉しいです」と、俳句を嗜んでいるというKさんならではの熱い発表でした。





◆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ーバス「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



### 《年末年始休館のお知らせ》

本年も、当館をご利用いただき誠にありがとうございました。足立区内の地域学習センターは全館が下記日程で休館となります。期間中は、総合窓口の利用ができませんのでお気を付け下さい。なお、インターネットによる講座の各種予約は可能ですので、ぜひご活用ください。

**【年末年始休館日】12月28日(水)～1月4日(水)**

「美しいまち」は「安全なまち」  
ピューティフル・ウンドウズ運動展開中 足立区

中央本町地域学習センター・やよい図書館 「おあしす」12月号（毎月1日発行）

発行／中央本町地域学習センター・やよい図書館

発行所／〒121-0011 東京都足立区中央本町 3-15-1

中央本町地域学習センター Tel03-3852-1431

mail chuoicc-ys@zc.wakwak.com

足立区 中央本町

検索

責任／ヤオキン商事株式会社

「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」

Blog



Facebook



Twitter



LINE

