

おあしす

2 2017
月



今月のサロン・講座

PTA連合会 共育ひろば

サークル紹介 弾ける元気と打球

本と出会う やよいTOPIX

ビブリオバトル



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。

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。
2月9日・23日(木)
午後6時～9時
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。
2月1日・15日(水)
午後5時30分～9時
料金：200円

朗読カフェ



テーマは「鳥」。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。
2月20日(月)
午後6時～8時
料金：無料

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。
2月19日(日)
午後2時～3時
料金：無料

おもちゃの病院



動けなくなった、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。
2月19日(日)
午後1時～4時
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。
2月11日・25日(土)
午後2時～4時
料金：200円

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。
2月3日・10日・17日・24日(金)
午後7時～8時30分
料金：200円

おはなし会



絵本の読み聞かせをします。毎週水曜日。
2月1日・8日・15日(水)
午後3時30分～4時

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。
2月16日(木)
1歳半～3歳向け
午前10時30分～10時50分
0歳～1歳半向け
午前11時10分～11時25分

大おはなし会



絵本や折り紙、映画鑑賞をします。毎月第4水曜日。
2月22日(水)
午後3時～4時30分

絵本リラックス！ おうちほんの楽しみ方



のぐち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)。
2月8日(水)
午前11時～11時30分

サークル
紹介

元気と打球 弾ける

バウンドテニス

体育館をグリーンのコートで彩るバウンドテニスは、テニスの面白さをそのまま楽しめる生涯スポーツとして親しまれています。

「バウンド」とは、限られたスペースでできるバウンダリーに由来しています。テニスコートの6分の1の面積のため、すぐにボールが返ってくることで、瞬発力が育つのだとか。弾ける球は非常に速く、見ているよりも実際にプレイしてみると、その速さを感じられます。

1人1人が目標を持って

ニュー足立BTクラブには、全国大会を目指す競技志向と、友人との交流を目的とする遊技志向の方がいます。活動していく中で1度も勝てなかった相手に勝てたことや、会員との交流を通して、テニスができたことなど、印象深いエピソードも人それぞれです。

「少ない人数なのでより大勢で、にぎやかになれば嬉しい」と会員の方。男女どちらもいることで、競技としてもより濃い練習ができます。

社会人が多いため、練習は夜が中心ですが、コート内を軽やかに移動しラケットを振る姿は、1日仕事をしていたとは思えないほどにはつらつとしています。あなたも仕事終わりに、一緒に汗をかきませんか？

第78回 ニュー足立 BT クラブ

活動日：毎月8回 月・金曜日
時 間：午後6時30分～9時
入会費：1,000円
月会費：2,000円
連絡先：03-3603-4887(清野)



今月の講座

わいわいエアロビクス A・B (全7回)



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。
4月12日～5月31日(水)
(5月3日除く)
A) 午前9時30分～10時40分
B) 午前10時50分～正午
対象：16歳以上
定員：各25人
料金：各3,570円

韓国語講座 第1期 会話編 (全11回)



講師や参加者と一緒に
う、実践的な韓国語上級。
4月11日～6月27日(火)
(5月2日除く)
午後6時20分～7時20分
対象：16歳以上
定員：10人
料金：8,250円
高障割制度が無くなりました

韓国語講座 第1期 中級編 (全11回)



講師や参加者と一緒に
う、実践的な韓国語上級。
4月11日～6月27日(火)
(5月2日除く)
午後7時30分～8時30分
対象：16歳以上
定員：20人
料金：8,250円
高障割制度が無くなりました

フライデー HIPHOP レッスン A・B (全7回)



楽しく踊れるダンスチー
ムを作りましょう。
4月7日～5月26日(金)
(5月5日除く)
A) 午後4時～5時
B) 午後5時～6時
対象：A) 5歳～小学生
B) 小中学生
定員：各30人
料金：各4,270円

ヤクルトが教える 「免疫力を上げる方法」



風邪や病気に負けない免
疫力の付け方を学びます。
3月23日(木)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：30人
料金：無料

すくすくベビーマッサージ (あんよ集中マッサージ)



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。
4月11日(火)
午前10時30分～正午
対象：3ヵ月～1歳未満の
子どもと母親
定員：10組
料金：1,020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。
3月23日(木)
午前10時30分～正午
対象：3ヵ月～1歳未満の
子どもと母親
定員：10組
料金：1,020円

はつらつ体操



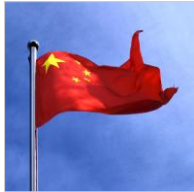
イスに座ったままできる
筋トレ・脳トレを無理なく
行いましょう。
3月1日・15日(水)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上の方
定員：各25人
料金：無料

ママリズムピクス (ひよこ組) 体験 (全2回)



リズム体操を通して、産後
の体を引き締めましょう。
4月17日・24日(月)
午前10時15分～11時15分
対象：10ヵ月～2歳未満の
子どもと母親
定員：20組
料金：1,240円

中国語講座 第1期 入門編 (全9回)



ゼロから始める中国語講
座。オリジナル教材で学び
ます。
4月17日～6月26日(月)
(5月1日、6月12日除く)
午後6時20分～7時20分
対象：16歳以上
定員：20人
料金：6,750円
高障割制度が無くなりました

韓国語講座 第1期 初級編 (全9回)



昨年度の韓国語入門編第4
期からの継続講座。オリジ
ナル教材で学びます。
4月15日～6月24日(土)
(4月29日、5月6日除く)
午前11時20分～午後0時20分
対象：16歳以上
(ハングル文字の読める方)
定員：20人 料金：6,750円
高障割制度が無くなりました

韓国語講座 第1期 入門編 (全9回)



ゼロから始める韓国語講
座。オリジナル教材で学び
ます。
4月15日～6月24日(土)
(4月29日、5月6日除く)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：20人
料金：6,750円
高障割制度が無くなりました

ヘアサロンでお仕事体験 「ヘアアレンジとロッド巻き」



美容室を貸し切り、ロッド
巻きでパーマ練習。
3月27日(月)、29日(水)、
30日(木)のいずれか1日
午前9時～10時30分
対象：5歳～小学6年生
※小学3年生以下は保護者同伴
定員：各8人
料金：各1,000円

こども向け英会話 春休みスペシャル B



「イースター」をテーマに
楽しく英語を勉強しまし
よう。
3月27日(月)・28日(火)
午前11時30分～午後0時20分
対象：小学生
定員：10人
料金：1,600円

こども向け英会話 春休みスペシャル A



「イースター」をテーマに
楽しく英語を勉強しまし
よう。
3月27日(月)・28日(火)
午前10時30分～11時20分
対象：3歳～就学前の子ども
定員：10人
料金：1,600円

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。
3月25日(土)
午前10時～11時
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人
料金：1,000円

親子で楽しく知育 「体操 de あそび」体験



マット運動やかけっこで
基礎運動能力を養います。
4月21日・28日(金)
午前10時～11時
対象：2～3歳の
子どもと保護者
定員：35組(子ども2名まで)
料金：1,240円
(3人は追加料金)

こども体操 1日体験



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
4月18日(火)
午後4時40分～5時40分
対象：小学1～4年生
定員：30人
料金：410円

ちびっこ体操 1日体験



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
4月18日(火)
午後3時30分～4時30分
対象：4歳～就学前の
子ども
定員：40人
料金：410円

ママリズムピクス (ひよこ組) 体験 (全2回)



リズム体操を通して、産後
の体を引き締めましょう。
4月17日・24日(月)
午前11時30分～午後0時30分
対象：3ヵ月～10ヵ月の
子どもと母親
定員：20組
料金：1,240円

目覚める脳と体 ゆったり体操 「フェルデン」(全7回)



自分の楽な姿勢・質の良い
動き方を学び、若々しい健
康づくりをしましょう。
4月5日～5月31日(水)
(4月26日、5月24日除く)
午後3時30分～5時
対象：16歳以上
定員：35人
料金：5,880円

ヘルシーエクササイズ (全8回)



音楽に合わせて日頃の運
動不足を解消しましょう。
4月3日～5月29日(月)
(4月10日除く)
午前10時～11時30分
対象：16歳以上
定員：50人
料金：4,080円

ストレッチとリズム体操 (全8回)



無理なく身体を動かし、日
頃の運動不足を解消。
4月3日～5月29日(月)
(4月10日除く)
午後3時30分～4時50分
対象：おおむね50歳以上
定員：50人
料金：4,080円

わくわくサイエンス 「航空科学博物館に行こう」



科学の不思議を楽しみなが
ら学びましょう。
3月31日(金)
午前8時30分～午後5時
対象：小中学生
定員：45人
料金：3,600円
(保護者3,900円)

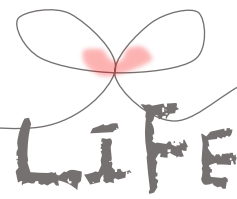
2月26日(日)から募集開始

受付時間：午前9時～午後8時(窓口・電話) 午後1時～(インターネット)

問合せ：TEL03-3852-1431



申込方法：窓口・電話・インターネット(一部除く)



街の未来を考える。

目に見えないけど・・・

「地域をつなぐ役割は誰がやるの？」

なんて、利用者の方から聞かれたこと、実は無いです。それではなぜ、図書館・学習センターがその役割を担うのでしょうか？なぜ、それを目的にして取り組んでいるのでしょうか？

一昔前までは、そんな役割は自然と地域社会に根付いていたものであり、誰も『地域をつながなきゃ！』なんて特別な意識は無かったのではないのでしょうか。でも今は、その特別な意識を持つ時なのです。なぜなら、自分の街を元気にしたいから。足立区のみならず元気になるから。

そしてそれは、そんなに難しく考える必要はありません。中央本町センターが地域をつなぐためのきっかけを創ればいいのです。

高齢者施設に子どもたちを連れて行き、孫のバレー発表会を見るかのよ

うな演出、同年代のコーラスグループコンサートを見て私だっただけという刺激を感じてもらう。

幼稚園、保育園の給食に使われている野菜を作っている農園で親子の野菜収穫教室を行い、親世代がよくやっていた土いじりを教えながら子どもが野菜に興味を持つ、産直野菜の美味しさを体験してもらう。

近隣商店街で子どもに仕事の楽しさを学んでもらう。商品の値段、価値、労力を体感してもらう。そして、駅前を歩けば商店街の店主から声を掛けられ、安心して遊べる実感を得る。それは大人になっても地元で買い物や食事をする楽しさへと続いていきます。

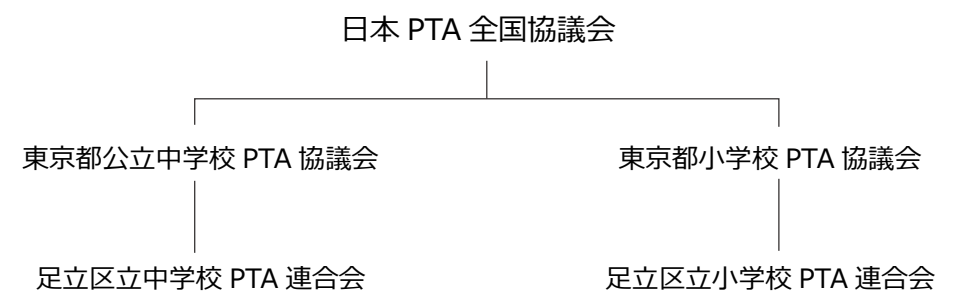
これらは全部、地域をつなぐためのきっかけなのです。そして、地域交流、地域活性化なんて大それたことではなく、1人ひとりが当事者になれば、今の時代にあった自然な根付きが生まれるはずなのです。



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



教育の架け橋

足立区の小P連・中P連は、それぞれ東京都小学校PTA協議会・東京都公立中学校PTA協議会に加盟しており、さらにその大元である、日本PTA全国協議会に加盟しております。

毎年、日本PTA全国協議会では、全国の優良なPTAを表彰しており、昨年度は小P連が、今年度は中P連が会長表彰を受賞しました。連合会の活動が評価され、大変うれしく思います。当連合会は、これからも足立区内の単位PTAの発展に貢献できるよう支援していきます。また、教育関係機関や全国のPTAとの橋渡しをこれからも続けてまいります。

特に、被災地支援など全国で繋がり互いに助け合うことは、大きな励みとなっております。連合会の活動が皆さんの架け橋となるよう頑張りますので、よろしくお願い申し上げます。

「誰か × 誰か」「誰か × 何か」の組み合わせが面白い。

落語 × 絵本

『上方落語こばなし絵本』
もりたはじめ／採話 講談社

落語を実際に聞いたことがなくても、なんとなく話は知っているという人は多いのではないだろうか。この本は、落語のこばなしを絵本で簡単に読むことができます。クスツと笑ってしまうものから、オチに納得するものまで、落語の面白さを大人から子どもまで楽しむことができます。本文は関西弁で書かれていて、とても軽快なしゃべりを感じられますが、読んだらやっぱり落語家さんの生のしゃべりを聞きに出かけたくなるような1冊です。(坂井)



原作本から入ってもよし、映画から入ってもよし。

第34回



原作『ブレイブストーリー』
宮部みゆき／著 角川書店

映画『ブレイブストーリー』
松たか子、大泉洋、常盤貴子、
ウエンツ瑛士／出演

普通の小学生ワタル。しかし父親が浮気相手と家を出ていき、母親は倒れてしまう。ワタルは何でも夢が叶えられると聞き、町の幽霊ビルの異世界へとつながる扉をくぐる。最初は見習い勇者として大した装備も無いまま、冒険を始めるワタルが様々な試練を乗り越えてどのよう成長するのかが、見どころです。また、ワタル同様、願いのために異世界に来ていた転校生のミツル。しかし、願いを叶えられるのは異世界にきた人のうち、1人だけ。2人のうちどちらが願いを叶えられるのか、ハラハラする展開が続きます。主人公は子どもですが、彼の乗り越える試練や心の動き方は大人でも楽しめます。(大塚)

今回は『ハリー・ポッター』です。

図書館職員がやってみました。

短編「紙の動物園」は、中国人の母を持つアメリカ人の少年が主人公。少年が泣いていると、母親は折り紙で命を持っているように動き回る動物を作ってくれました。特に折り紙の虎は、少年にとって唯一の友達でした。物語ではクリスマスの包装紙で作っていたので、私も家にあった包装紙を引っ張り出し、いざトライ！物語の雰囲気や伝えられるような、なるべく立体的な折り方を探し、『リアル折り紙』(福井久男／著 河出書房新社)のトラを折ることに。30cm四方の大きな紙で折りましたが、やはり細かい部分は難しい…。命を宿するような折り紙にはまだたどり着けそうにありません。(丸山)



※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。

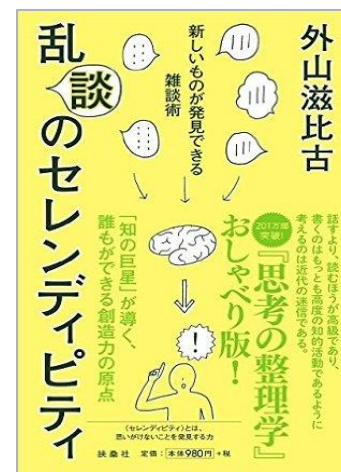
こんにちは。TRY BOOK担当の丸山です。今回挑戦する本は『紙の動物園』。表題作になっている短編から、動物の折り紙に挑戦します。



Vol.12

『紙の動物園』
ケン・リュウ／著 早川書房

館長が紹介する
「印象に残った一文」とは？



『乱談のセレンディピティ』
外山滋比古／著 扶桑社



「本当に新しいことは、
談論風発の風に乗って飛来する。
それをとらえるのが英知である。」

セレンディピティとは、思いもかけない偶然の発見を意味する言葉で、主に科学の分野における発見について使われています。しかし著者は、文系の研究分野においてもセレンディピティは起こる、そしてそれには、まったく専門外の人々との会話が有効である、と述べています。自身の経験に照らしながら、話すなら4〜5人が良い、専門外の人と話すのが重要、など様々なポイントが書かれています。図書館がこうした乱談の場になり、新たな発見が生まれる場になったらいいな、と思いながら読みました。(丸山)

記念日から見つける、とっておきの1冊。



今月のテーマは、ビスケットです。1885年2月28日、長崎に滞在する外国人の間でのみ流通していたビスケットの作り方が、日本に伝わりました。それを記念し、現在ではビスケットの日と制定されています。

130年以上前から、日本で愛され続けているビスケット。様々なメーカーで商品化されていますね。そのまま食べても充分美味しいけれど、工夫するともっと美味しい！

今回紹介する本は、タイトルの通り森永製菓の商品をベースにしたレシピ本です。ビスケットにチョコレートで絵を描いたり、炒めた玉ねぎを乗せたり…。簡単なレシピも多いため、小さなお子さんでも大丈夫。本日のおやつにいかがですか？(新井)

『森永製菓のおやつにしましょ』
森永製菓株式会社／著
幻冬舎エデュケーション

こんな本もありますよ 『号泣する準備はできていた』
江國香織／著 新潮社

『かんたんでおいしい！魔法のクッキングBOOK』
枝元なほみ／著 ポプラ社

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：節分の日に、鬼に投げる食べ物？

① トマト ② にんじん ③ 豆

こたえ：



中央本町住区センター

TEL03-3852-1434
休館日：5日・11日・12日・
13日・19日・26日

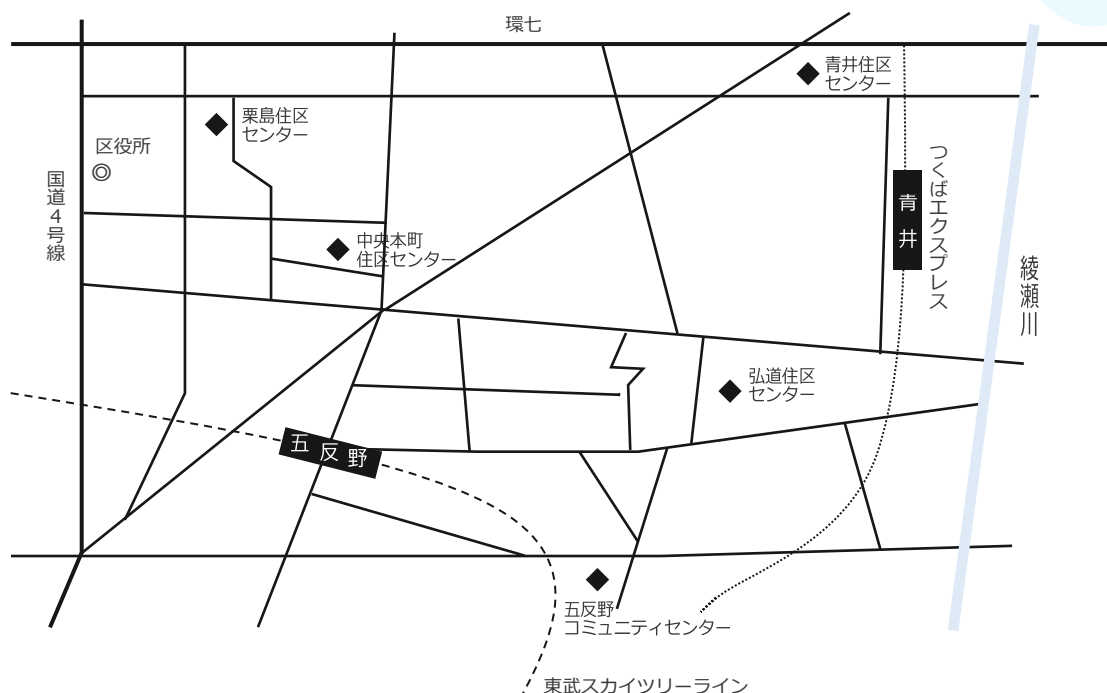
- ◆悠々館◆住区 de 団らん
2月23日(木)午後5時～ 費用は500円。カラオケなどを楽しみながら夕食会。
- ◆児童館◆なわとび大会
2月15日(水)午後2時30分～
対象は小学1年生からです。

五反野コミュニティセンター

TEL03-3886-2643
休館日：5日・11日・12日・
19日・26日・27日

- ◆悠々館◆料理教室
2月16日(木)午前9時～ 詳しくは開催館配布の別紙をご確認ください。
- ◆児童館◆プラパンの日
2月15日(水)午後2時～ マグネット付きのかわいいプラパン工作です。

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たち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。



青井住区センター

TEL03-3852-3750
休館日：5日・11日・12日・
19日・20日・26日

- ◆悠々館◆フラダンス・カラオケ発表会
2月5日(日)午後0時50分～
一緒に楽しく盛り上げましょう。
- ◆児童館◆風船バレーボール大会
2月22日(水)午後2時30分～
大会は個人戦です。13日(月)練習日。



弘道住区センター

TEL03-3840-9354
休館日：5日・11日・12日・
13日・19日

- ◆悠々館◆住区 de 団らん
2月2日・16日(木)午後5時～
参加者と一緒に楽しく語らいましょう。
- ◆児童館◆バレンタインラッピング
2月8日(水)午後3時～
大切な人にチョコを贈ろう！



栗島住区センター

TEL03-3848-3471
休館日：5日・11日・12日・
19日・20日・26日

- ◆悠々館◆お雑煮会
2月5日(日)午前11時～
楽しく美味しくお雑煮を食べましょう。
- ◆児童館◆まめまき
2月3日(金)午後3時30分～
わいわい楽しく豆まきをしよう。



12月4日(日)のビブリオバトルは、ゲイのカップルが赤ちゃんを養子に迎えるまでをつづったエッセイ、動物にまつわる伝説や不思議な話を集めた本、世界の食卓に並ぶ「きんぴら」的「料理のレシピブック」と続き、最後は40年以上ギターを習っているという方が話すギタリストを主人公にした小説の紹介で幕を閉じるという、たいへん濃い内容のバトルとなりました。

今回のチャンプ本は、紹介した方も実際にいくつか作ってみたという『セカイのきんぴら』でした。料理の写真もおもしろかったです！

おうちでカンタンに作る世界の家庭の味!!

紹介者：久保聖子(40代・女性)



『セカイのきんぴら』
飯島 奈美 / 著 朝日新聞出版

知的書評合戦 ビブリオバトル

12月17日(土)のビブリオバトルは、クリスマス特別版ということで、五反野にある喫茶店、カフェテラス絵瑠座の一角をお借りして、飲み物付きで開催しました！テーマはクリスマスでしたが、直接クリスマスに関係する本は1冊も無し。しかし、バトルの発表を聞くと、どれもクリスマスを感ぜさせてくれる、ステキな本が集まりました。

バトル後も美味しいコーヒーや紅茶を飲みながら、ビブリオバトル談義に花が咲きました。



今月の表紙

ちゅお&にゃよいの野菜畑「フロッコリー」

地中海沿岸の野生のキャベツが食用として改良されたフロッコリー。花を咲かせずに葉を巻きながら成長するように改良されたキャベツに対し、フロッコリーは葉の部分よりも、つぼみを増やす方向で改良されました。

とても栄養価の高い野菜で、血圧を下げる働きをするカリウムや、貧血予防の鉄、糖尿病の予防として効果のあるクロムなど、生活習慣病の予防が期待できます。中でも、ビタミンCの含有量は、キャベツの4倍といわれ、さらに、最近注目されているのはその解毒作用と抗酸化作用。スルフォラファンという成分が、がんを抑制するという研究結果が発表されました。

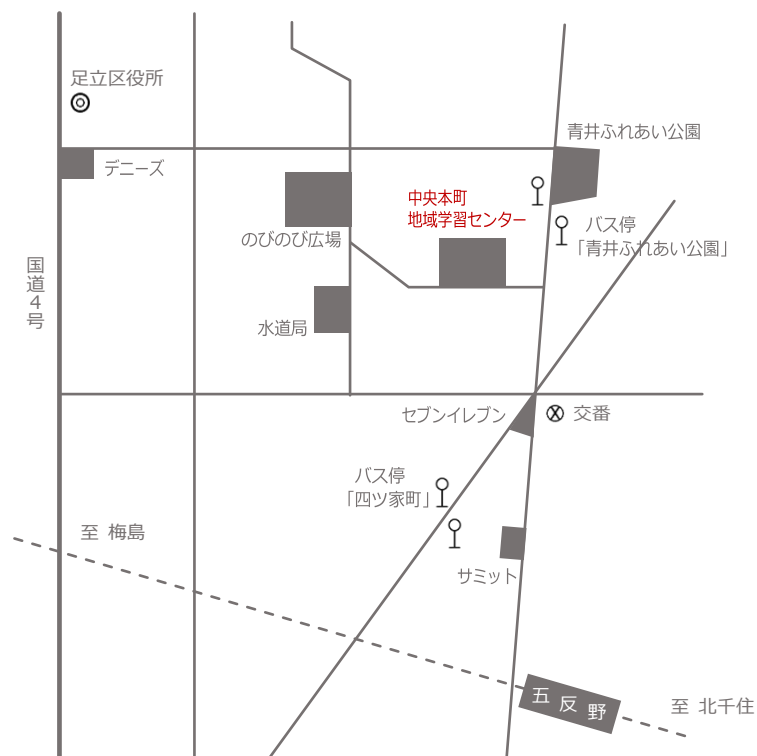
見た目はヘンテコなフロッコリーですが、健康に良い味方です。

2月のビブリオバトル開催日程					
◆やよい図書館	5日	午後3時～	◆梅田図書館	11日	午後3時～
	18日	午後3時～		26日	午後3時～
◆舎人図書館	11日	午後2時45分～	◆鹿浜図書館	25日	午後1時30分～
◆竹の塚図書館	15日	午後1時～			



「ゆめのはいたつにん」
教来石小織 / 著 センジュ出版





◆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

「美しいまち」は「安全なまち」
ビューティフル・ウィ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」2月号（毎月1日発行）

休館日／（センター）2月13日（月） （図書館）2月13日（月）・28日（火）

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 やよい図書館 TEL03-3852-1433

mail chuolcc-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」

「おあしす」は、中央本町地域学習センター・やよい図書館のイベントや地域情報など、皆さまの学びと地域交流を応援するミニコミ紙です。

Blog



Facebook



Twitter



LINE

