

おあしす

3 2017
月

子どもの未来を
考える

今月のサロン・講座

PTA連合会 共育ひろば

サークル紹介 3月の花を添えて

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。

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。
3月3日・10日・17日・24日・31日（金）
午後7時～8時30分
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。
3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。
3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「思い出の1冊」。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。
3月27日（月）
午後6時～8時
料金：無料
※3月末で、当サロンは終了いたします。

サークル紹介

個性を形に

扱うのは生花だけではありません

季節に合ったフラワーアレンジメント
スイートピーの花言葉を知っていますか？3月にふさわしい花を聞いたところ、「門出」という意味を持つこの花を選んでいただきました。別れや出会いの多い3月にぴったりの花ですよね。フラワーシーでは、生花や造花を使ってさまざまなフラワーアレンジメントを作成しています。こだわりは季節に合った花材を用意すること。講師が毎回旬の花材を用意してくださることで、季節を感じることが出来ます。

ん。造花やプリザーブドフラワーといった加工花材も、表現の幅を広げる重要なアイテムの一つです。花を挿す作業は難しいですが、慣れてくると1回で納得のいくアレンジが出来るようになるのだそうです。自分の個性が1つの作品として花に表れるのが楽しいと語ってくれました。
生花は長くはもちませんが、部屋に花のある生活はそれだけで気持ちちがよいもの。会員の皆さんは切り落とした部分も「もったいない」と、大切に持ち帰るのだそうです。そうした優しい心で飾られた花が、日々の生活を彩ります。あなたもすてきな花々に囲まれた心華やぐ日々を、共に過ごしてみませんか？

絵本でリラックス！ あうちえほんの楽しみ方



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）。
3月8日（水）
午前11時～11時30分

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。
3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。
3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。
3月11日・25日（土）
午後2時～4時
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。
3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。
3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。
3月22日（水）
午後3時～4時30分

科学おはなし会



絵本を通して、科学の楽しさを知ろう。
3月26日（日）
午後2時～3時



- ① 赤いバラを使った華やかなアレンジメント。
- ② 紫のバラでしっとりとした印象に。
- ③ 春らしくさわやかな桜のアレンジメント。

今月の講座

ちびっこ体操 (全 5 回)



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
5月9日～6月6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：2,050円

ママリズムピクス(ひよこ組) (全 8 回)



リズム体操を通して、産後
の体を引き締めましょう。
5月8日～7月3日(月)
(6月12日除く)
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：4,960円

ママリズムピクス(こっこ組) (全 8 回)



リズム体操を通して、産後
の体を引き締めましょう。
5月8日～7月3日(月)
(6月12日除く)
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：4,960円

大人の農業体験教室 「はじめての春夏野菜作り」



種まきから収穫までを学
ぶ、本格農業体験講座。
5月7日、6月4日、
7月2日、8月6日(日)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：10人
料金：1,040円

カフェテラス絵瑠座で 「ビブリオバトル」



おしゃれな喫茶店の一角
をお借りして、ビブリオバ
トルを行います。
4月15日(土)
午後3時～4時
対象：どなたでも
定員：10人
料金：450円(ドリンク代)

NTTドコモの 「らくらくスマートフォン教室」



貸出用スマートフォンを使
って基本的な操作を学び
ましょう。
※アプリは扱いません。
4月13日(木)
午前10時～正午
対象：おおむね60歳以上
定員：20人
料金：無料

インドカレー店 BINITA で 「ナン焼きグランプリ」に挑戦



持ち寄った具材でオリジ
ナル・ナンを作ります。
4月8日(土)
午後3時～4時30分
対象：4歳～小学生の
子どもと保護者
定員：10組(1組3人まで)
料金：1,400円
(3人は追加料金)

はつち体操



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。
4月5日・19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

緑のカーテンで 夏を涼しく過ごそう



家庭で出来るゴーヤ・ヘチ
マの育て方を学び、終了後
に、種を配布します。
5月21日(日)
午前10時～11時30分
対象：どなたでも
定員：10人
料金：無料

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。
5月13日(土)
午前9時～正午
対象：どなたでも
定員：20人
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

親子で楽しく知育 「体操 de あそび」(全 5 回)



マット運動やかけっこで
基礎運動能力を養います。
5月12日～6月9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人まで)
料金：3,100円
(3人は追加料金)

こども体操 (全 5 回)



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
5月9日～6月6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：2,050円

今の介護がよく分かる 「介護体験と介護保険制度」



介護・介護保険についての
講演、訪問入浴・介護機器
の説明と体験を行います。
4月22日(土)
午後1時30分～4時
対象：16歳以上
定員：30人
料金：無料

カミカミ期から始める 幼児食セミナー



食育指導や実際に幼児食
の具材の大きさや硬さの
体験を行います。
4月20日(火)
午後1時30分～2時30分
対象：9ヵ月～1歳4ヵ月の
子どもと保護者
定員：30組
料金：無料

コックン期から始める 離乳食セミナー



食育指導や実際に離乳食
の具材の大きさや硬さの
体験を行います。
4月20日(火)
午前10時30分～11時30分
対象：マタニティ～8ヵ月の
子どもと保護者
定員：30組
料金：無料

わくわくサイエンス 「ハーブティー色水遊びをしよう」



ハーブティーの色の変化
を見て、酸性・アルカリ性
について学びましょう。
4月16日(日)
午前11時～正午
対象：小中学生
(小学2年生以下は保護者同伴)
定員：15人
料金：200円

3月26日(日)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：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

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



インターネットからの予約方法

足立区ホームページ → 電子申請・各種予約を選択 → 生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システムを選択
→ 「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を選択 → ログイン画面が表示されます(未登録の方もご予約できます)。

今月の講座

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25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25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

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。
5月9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。
4月25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



「これ、ください。」
可愛らしい声が事務所に向けられる。年の頃は3歳くらいだろうか、女の子の小さな手が母親から手渡された10円玉を握りしめ、もう片方の手のひらにはチョコレートに乗せている。後ろには、我が子をそっと見守る母親の姿。近くにいた老婦人の顔にも、微笑ましいものを見たというふうな笑みが浮かんだ。

子どもの広場 再び open
カフェもあるよ♪

子どもの広場

こうした光景が、最近よく見られるようになりました。昨年の夏よりオープンしたフリースペース「こどもの広場」。期間限定でカフェコーナーを設け、大人もほっと一息つける空間として老若男女、幅広い世代の方々にご利用いただきました。その中でも特に小学生を中心に、自宅や友だちの家ではない第2、第3の居場所として、放課後に集まる選択肢の1つとなりつつある「こどもの広場」。気兼ねなく楽しめる遊びの場、勉強のできる場は、子どもたちにとって、地域の方々の見守る安心できる場所です。日々、のびのびと過ごす様子が垣間見えます。

未来って

どうやって創造するの？

少子高齢化が深刻化する中、この先の時代を新たな視点と想像力をもって担っていくのが現代の子どもたちであるといわれています。豊かな生き方をし、将来の夢を実現してい

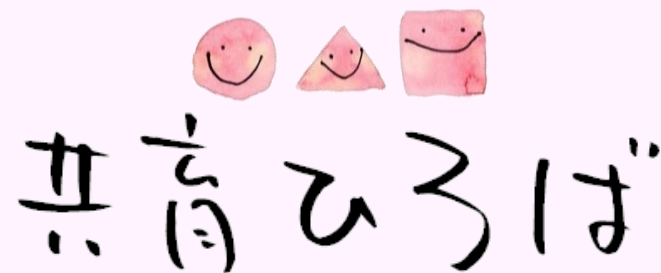
子どもの未来を考えよう

く力を秘めた子どもたち。しかし今、彼らを取り巻く社会環境は世辞にも良いとは言えません。治安、学力、健康、貧困…。

さまざまな問題が渦巻く中、足立区では、全ての子どもたちが、生まれ育った環境に左右されることなく成長し、親世代の前から続く不の連鎖に負けることなく自立してける「力」を身に付けていけるように新たな取り組みを進めています。

その一端を担う生涯学習施設である中央本町センターでも、多くの関連イベントを開催。足立区が抱える問題をそっと皆さんに投げかけています。

未来を担う子どもたちが多世代との交流を通し、豊かな人間性を育む大切な時期を過ごすことは、彼らが大人になったとき、厳然とした差として現われるはずです。この場所では、次世代を大切にすることを心として循環し、明るい未来を創造してくれるものと信じています。



— 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

広報紙が人をつなぐ

今回は、3月に開催する広報紙コンクールと、これまでに開催されたスポーツ大会の結果について紹介いたします。

PTA連合会では、今年度の各学校の広報委員の皆さんが作った広報紙を審査し、表彰を行っています。昨年度は、第十一中学校と花畑第一小学校が最優秀賞を受賞しました。広報紙はPTA活動を会員や地域の皆さんに伝える大切な役割を持っています。難しそうに感じる方が多いのですが、初めての方でも出来るように各学校で工夫をしています。

チーム力で勝負！

2月5日に開催された中学駅伝についてご報告いたします。

今年も足立区を代表して生徒たちが頑張ってくれました。各区市町

村から選抜された中学2年生の生徒による区市町村対抗の駅伝競走大会は、全50チーム中、女子5位・男子2位と素晴らしい成績を残してくれました。

さらに今年開催されたスポーツ大会の結果ですが、次のようになりました。応援してくださった皆さん、ありがとうございました。

【ソフトボール大会 優勝】
六木小学校／谷中学校
【バレーボール大会 優勝】
扇小学校／入谷南中学校
【卓球大会 優勝（小P連のみ開催）】
栗原北小学校

この1年間、さまざまな足立区のPTA活動と役割についてお伝えさせていただきました。この紙面での紹介は今回で終了となりますが、これからも皆さんに各学校PTAとPTA連合会を応援していただけると幸いです。ありがとうございました。

「誰か × 誰か」「誰か × 何か」の組み合わせが面白い。

回文 × 芸術

『ひかり埃のきみ 美術と回文』
福田尚代／著 平凡社

竹やぶ焼けた、私負けましたわ——。回文と聞くと、ジョークや遊びの印象を持つ方が多いのではないのでしょうか。しかし、今回ご紹介する「ひかり埃のきみ 美術と回文」を読めば、その印象はガラッと変わってしまふでしょう。

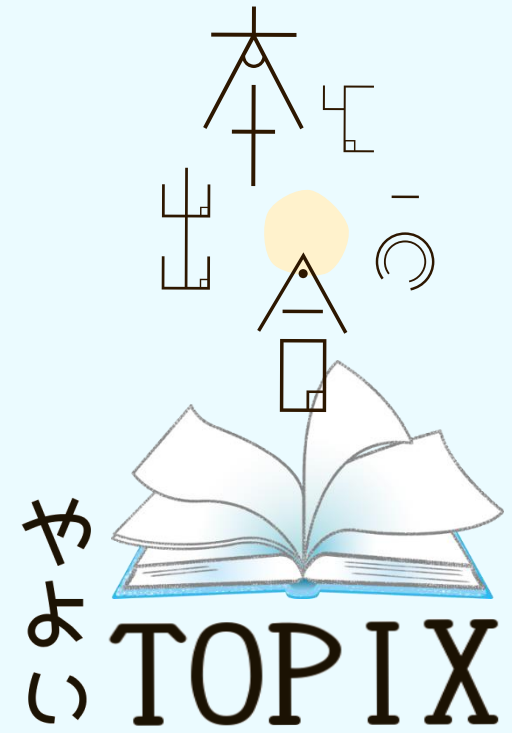
芸術家である著者が綴る回文はまさに一篇の詩のよう！物語性や幻想的な描写に感動していると、回文であることをつい忘れてしまいます。（新井）



館長が紹介する 「印象に残った一文」とは？



『世界を平和にするための
ささやかな提案』
池澤春菜[他]／著 河出書房新社



「平和」って何でしょう。世界を平和にするために、私たちに何ができるのでしょうか。「そんなこと、一般市民の私たちがいくら考えたって無駄」：そんな風に思っていないませんか？実は私もそう思っていました。でも、この本を読んでみて、大切なのは自分で考える事だと気付いたのです。社会の流れ、周りの環境、相手の思い、その他いろいろな物事を見つめ、考える。でも、思いつめてはいけません。あくまで「フマジメ」に考える。そんな小さなことで、少しずつ世界が変わっていくのだと思います。（丸山）



「平和のためにフマジメになりましょう」

記念日から見つける、とっておきの1冊。



毎年3月27日は桜の日。日本さくらの会が1992（平成4）年に制定しました。日本の歴史や文化、風土と深く関わってきた桜を通して、日本の自然や文化について関心を深めてもらうことを目的としており、日本さくらの会は学校への植樹なども行っています。今回はそんな桜の事を詳しく知れる本を紹介します。

こんな本もありますよ

『桜ハウス』
藤堂志津子／著 集英社

『桜の園・三人姉妹』
チェーホフ／著 新潮社

原作本から入っても良し、映画から入っても良し。

第35回



原作『ハリー・ポッターと賢者の石』
J.K.ローリング／作 静山社

映画『ハリー・ポッターと賢者の石』
ダニエル・ラドクリフ、ルパート・クリント、エマ・ワトソン／出演

今回は『ハリー・ポッターと賢者の石』を紹介します。人気作品なので、いまさら感もありますが……。両親が亡くなり、親戚の家で生活をするハリー。ある日魔法学校から入学を許可され、個性豊かな生徒や先生に囲まれて、勉強をはじめます。しかし、闇の魔法使いヴォルデモートがハリーを狙っていたのです。

ほろろ空を飛ぶシーンや魔法のお菓子など本を読んでいると色々想像したものを見ることができなのが映画のいいところ。また、現在は『ハリー・ポッターと呪いの子』が舞台化、『ファンタスティック・ビーストと魔法使いの旅』が公開中です。このシリーズの面白いところは様々などころに張り巡らされた伏線。原作をもう一度読んでみると、新たな気付きがあるかもしれません。（大塚）

NDCを知って図書館を有効活用！

今回は「4」です。4は自然科学です。数学、物理、科学、生物、医学といったいわゆる理系の本がここに分類されます。難しそうな本が多いと思いきや、きれいな星の本やおもしろい生き物の本もあり、理系は苦手という人も楽しめる本がたくさんあります。医療の本もここにあるので、気になることがあれば4の棚を探してみてください。

おすすめする1冊は『小説フェルマーの最終定理』。数学は苦手という人にも分かりやすく数学の歴史やフェルマーの最終定理について物語の中で描かれています。また、登場人物も魅力的なので、普通の小説としても楽しめる本です。（坂井）

What's
NDC

ここでは図書館の本を分類する際に使われる「日本十進分類法」について説明します。NDCとは簡単にいうと、000の10ジャンルの分類方法のことをいいます。

Vol.4



『〈小説〉フェルマーの最終定理』
日沖桜皮／著 PHP 研究所

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：ひな祭りの日は、いつでしょう？

① 3月3日 ② 3月21日 ③ 3月30日

こたえ：



中央本町住区センター

Tel.03-3852-1434
休館日：5日・12日・13日・
19日・20日・26日

◆悠々館◆健康推進部イベント 呼吸法
3月10日（金）午前10時～ 参加費無
料。呼吸を感じて豊かな「声」を実感。
◆児童館◆ドッジボール大会
3月29日（水）午後2時30分～
対象は小学生。チームワークで勝負！



五反野コミュニティセンター

Tel.03-3886-2643
休館日：5日・12日・19日・
20日・26日・27日

◆悠々館◆カラオケ教室おさらい会
3月4日（土）午前10時～ カラオケ
教室の皆さんが一生懸命歌います。
◆児童館◆春のおたのしみ会
3月22日（水）午後2時～ 対象は小
学生。ゲームや工作、喫茶コーナーあり。

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。



青井住区センター

Tel.03-3852-3750
休館日：5日・12日・19日・
20日・26日・27日

◆悠々館◆集まろう会
3月9日（木）午後1時30分～
テーマは脳トレで認知症予防です。
◆児童館◆アイロンビーズ
3月28日～30日（火～木） 午後1時
30分～ 対象は小学生からで当日申込。



弘道住区センター

Tel.03-3840-9354
休館日：5日・12日・13日・
19日・20日・26日

◆悠々館◆シルバー昼食会 事前予約制
3月23日（木）正午～ 参加費 200 円。
みんなで楽しく食べましょう。
◆児童館◆卓球大会
3月1日（水）午後2時～
対象は小学生。楽しく卓球をしよう♪



栗島住区センター

Tel.03-3848-3471
休館日：5日・12日・19日・
20日・26日

◆悠々館◆ウォーキング 事前予約制
3月26日（日）午前9時～
郷土博物館、大谷田公園見学をします。
◆児童館◆かるた大会
3月24日（金）午後2時～
対象は小学生から。みんな来てね！

『スープ屋しずくの謎解き朝ごはん』

友井 羊 / 著 宝島社



本を通して人を知る、
人を通して本を知る。

2月5日（日）のビブリオバトル
は、初参加の方を交えて3人での開
催となりました。はたしてどんな本
が紹介されたのか、その様子をお届
けいたします！

最初は初参加のSさん。寒い冬だ
からこそ読みたくなる『スープ屋し
ずくの謎解き朝ごはん』を紹介。

S オフィス街にある、朝ごはんが
食べられるスープ屋さんが舞台の小
説です。5つの短編があるのですが、
それぞれつながりがあったことがだ
んだん分かってくるのが面白いです。
また小説って、頭の中で想像しなが
ら読むと思うんですが、その想像が
最後にひっくり返るようなお話もあ
って、久しぶりに小説を読む楽しさ
を味わいました。出てくるスープも
とってもおいしそうですよ。

次は職員竹原の発表。お気に入りの
作家、西加奈子さんのエッセイ『ミ
ッキーかしまし』を紹介。

竹原 西加奈子さんは小説家なん
ですが、絵も描かれる方で、自分の
本の装画もしています。言葉と絵の
伝わり方の違いなどは、読んでいて
あるある！とすごく共感しました。
西さんの小説もおすすめです。

最後は私、丸山の発表。

丸山 私が紹介したのは『生き心
地の良い町』です。著者は自殺が少
ない地域でその理由を探り、様々な
「自殺予防因子」を見つけていきま
す。ここに書かれていることを日本
各地で応用すれば、世界はもう少
し明るくなるんじゃないかな、と思っ
ています。

今回のチャンプ本は『スープ屋しず
くの謎解き朝ごはん』でした。初参
加とは思えない、素敵な発表だった
Sさん。実は、ご家庭で小学生のお
子さんとビブリオバトルをやっている
そうです。年齢関係なく誰でも楽
しめるビブリオバトル。ご家族での参
戦もお待ちしています！

異動のお知らせ

梅田地域学習センター
杉本 貴志

地域の皆さま、利用者の皆さま
まで一緒に、中央本町センターの
運営に取り組めた事に感謝して
います。ありがとうございました。

『公の施設はPR不足だから』と
のご意見を頂戴し、内向きな視
点を外向きに広げ、施設を知ら
ない方に知ってもらう活動を続
けてきました。

私達だけではできない事も、
地域の皆さまと一緒に何とか
できると思い、今後もブレない気
持ちでチャレンジしていきます。

舎人地域学習センター
田中 さちや

中央本町センターに配属されて
から丸4年。大変お世話になり
ました。これからは舎人地域学
習センターで皆さまをお待ちし
ています。お近くにいらした際
は、ぜひ遊びに来てください！

今月の表紙

ちゅお&にゃよいの
野菜畑「カブ」

『おおきなかぶ』というお話をご
存知でしょうか。絵本や小学校
の学芸会で馴染みのあるロシア民
話。カブが登場する物語は、日
本では『日本書紀』にまで遡りま
す。カブは、古くから重要な農
産物だったようです。

カブといえば丸い実を想像しま
すが、ダイコンのように細長いも
のやニンジンのような形のものと
実際にバラエティに富んでいます。

実の部分はほとんどが水分です
が、ビタミンCやカリウム、消化
酵素のジアスターゼが含まれてい
ます。胃もたれ・胸焼けに効果が
あります。しかし、最も栄養価
の高い部分はカブの葉。カロテン、
ビタミンB1、B2、C、カルシウム
など、嬉しい栄養素が豊富に含
まれています。

油炒めなど、ちょっとした工夫
で効果的に摂れるとよいですね。

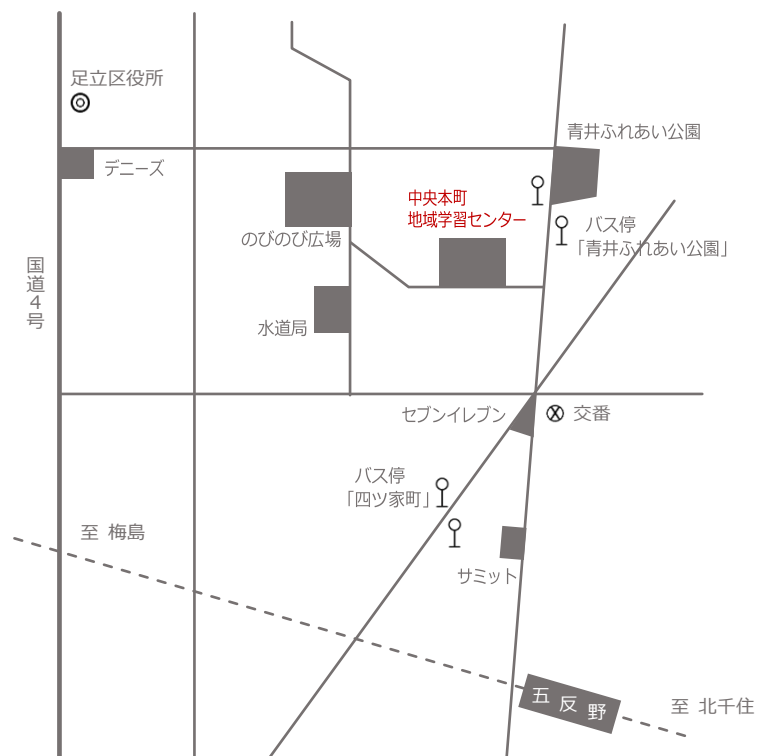
立春を過ぎても寒い季節。ほっこりとあたたかいスー
プの本はいかかですか。心で味やえる絶品スー
プがたくさんあります。そしてつくってくれた人、自分の身近な
人たちがおいしい朝ごはんを食ったくなる本です。

紹介者： とう し （40代・女性）



3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～ 19日 午後3時～	◆梅田図書館	4日 午後3時～ 20日 午後3時～	◆竹の塚図書館	15日 午後1時30分～ 18日 午後2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～		



◆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」3月号（毎月1日発行）

休館日／（センター）3月13日（月）（図書館）3月13日（月）・31日（金）

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

