

8月

oasis

オアシス

古典にふれる



8月パプリカで夏を乗り切ろう。

コツコツ楽しくマージャンを覚える 第96回サークル紹介

大人も子どもも真剣勝負 ビブリオバトル

足立見番外 緑のカーテン

読書感想文のコツ！

足立区中央本町地域学習センター 体育館 やよい図書館



マージャンを覚える



マージャンを覚える

和気あいあいとした雰囲気

「やよい健康マージャン」は、中央本町センターで8年ほど前に開かれていった脳トレーニングのイベントをきっかけとして作られたサークルです。現在は月3回活動しています。

サークルの活動では、まず講師の新井さんより10分ほどマージャンの作法とレクチャーを受け、その後、実戦形式でマージャンを楽しみます。疑問があれば、その都度新井さんからのアドバイスやレクチャーを受けられるので、着実にマージャンを覚えていくことができます。また、勝ち負けを競うよりも、それぞれの楽しみ方でマージャンを楽しんでいるため、和気あいあいとした雰囲気が特徴のサークルです。

初心者にやさしいサークル

新井さんは、「マージャンは、頭の体操になるテーブルゲーム。運の要素が大きいため、初級者でも上級者に勝つことが多いのが面白い。生徒の皆さんにコツコツ頑張ってマージャンを覚えていき、上達していく姿を見ることが講師としての喜びであり、会員さんが楽しくマージャンをやっている時が一番嬉しい。」と語ります。やよい健康マージャンは、サークル全體を活発化させていくため、9月から全くの初心者も参加できる入門講座を行います。教材(特に点数計算の教材)が充実していて、初心者でも参加しやすくなっています。マージャンに興味がある方、この機会にぜひ参加してみませんか?



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、地域交流にぜひご活用ください。

あおちゃんの病院



動かなくなった、音が出なくなつ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。

8/19 (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。

8/25 (土)
午後2時~4時
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。

8/9・23 (木)
午後6時~9時
料金:200円

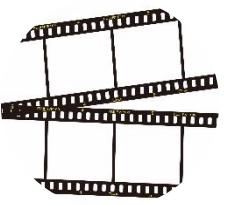
のひのひまなぼー 夏休み宿題広場



子ども向け夏休み特別自習室です。まなぼーで宿題しよう!

8/1 (水) ~5 (日)
午前10時~午後4時
料金:無料

夏のスペシャルえいが会



夏の思い出に、みんなで映画を楽しみましょう。

8/12 (日)
午後3時~4時

やよい図書館 ビブリオバトル



好きな本を熱く語り合うビブリオバトルを行います。

8/5 (日)・18 (土)
午後3時~4時
料金:8/5 無料
:8/18 450円

ママ・パパのための あうちえほんタイム



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)。

8/8 (水)
午前11時~11時30分
※事前申込制
詳細はやよい図書館まで

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。

8/19 (日)
午後2時~3時
料金:無料

おはなし会



絵本の読み聞かせをします。毎月第2水曜日。

8/8 (水)
午後3時30分~4時

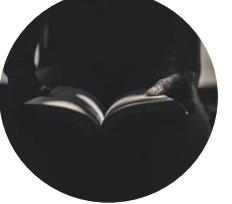
あかちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を楽しめます。毎月第3木曜日。

8/16 (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

こわいおはなし会



ママと一緒に絵本だけを集めたおはなし会です。

8/26 (日)
こわいかも?おはなし会
午後3時~3時30分
こわい?!おはなし会
午後3時45分~4時30分

大おはなし会



絵本の読み聞かせの他に、工作などを行います。毎月第4水曜日。

8/22 (水)
午後3時~4時



第96回 やよい健康マージャン

活動日:毎月3回 金曜日
時間:午後1時~5時
入会費:なし
月会費:3,000円
入会随時受付中!!

9月からサークル内で入門講座を行います。
詳しくは中央本町センターへお問い合わせ下さい。(TEL:03-3852-1431)

今月の講座

紙粘土で作るお菓子なスイーツコレクション



今日はお菓子なおばけチャームとねこちゃんキャンディバッグを作ります。
9/22（土）
午前 10 時～11 時 30 分
対象：小学生以上
(小学2年生以下は保護者同伴)
定員：20人
料金：1,300円

わくわくサイエンス「雪の結晶作り」



実験やクイズを交えながら、雪の結晶を作り、観察してみよう。
10/21（日）
午前 10 時 30 分～正午
対象：小学生
(小学3年生以下は保護者同伴)
定員：20人
料金：210円

声を出してよむ古典源氏物語・紫の上



源氏物語を学びながら、実際に原文を声に出してよんでみましょう。
10/17（水）
午後 2 時～4 時
対象：16 歳以上
定員：20 人
料金：4,080 円

ストレッチヒリズム体操（全8回）



無理なく身体を動かし、日頃の運動不足を解消。
10/15～12/17（月）
(11/12, 12/10 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：3,250 円

初めてのナイトフラダンス教室（全5回）



楽しくフラダンスを学び、心と体のリフレッシュをしましょう。
10/4～11/1（木）
午後 7 時 30 分～8 時 30 分
対象：16 歳以上の女性
定員：20 人
料金：3,250 円

目覚める脳と体 ゆったり体操「フルデン」（全10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。
10/3～12/26（水）
(10/24, 11/28, 12/19 除く)
午後 3 時 30 分～4 時 40 分
対象：16 歳以上
定員：35 人
料金：8,400 円

ビーズ手作り小物教室



ビーズを使ってハンドメイドの小物作りに挑戦しましょう。
9/13・27（木）
午後 1 時 30 分～3 時 30 分
対象：16 歳以上
定員：各 10 人
料金：各 1,500 円

はつらつ体操

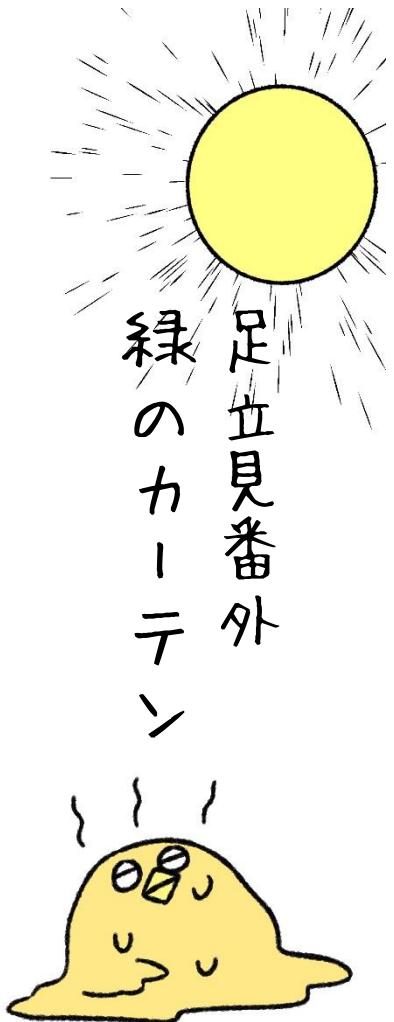
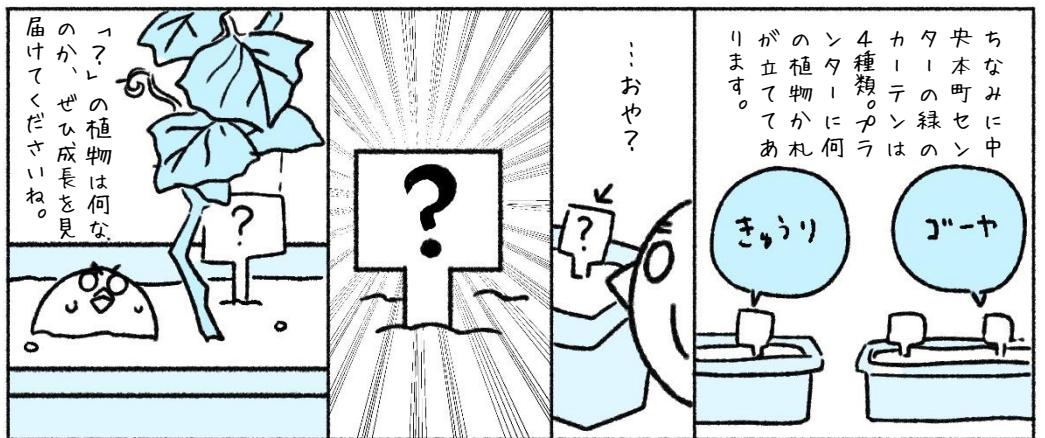
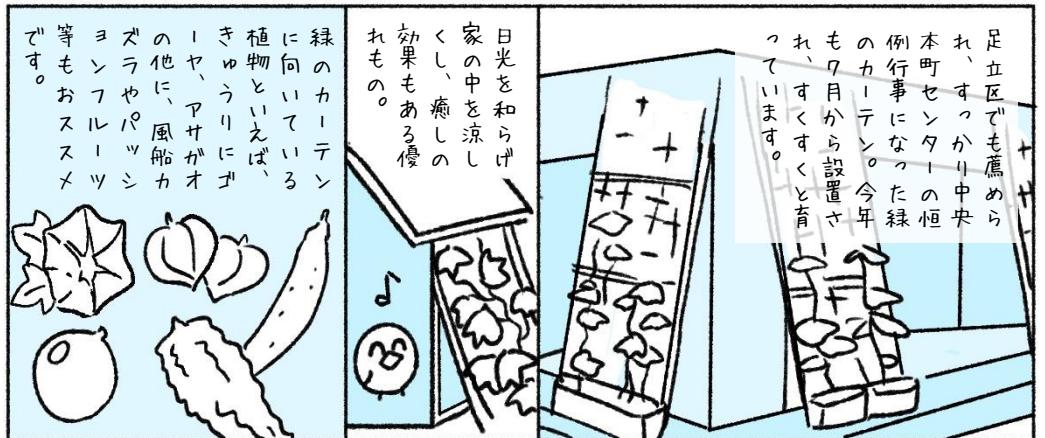


イスに座ったままできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。
9/5・19（水）
午後 1 時 30 分～3 時
対象：65 歳以上
定員：各 25 人
料金：無料

8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）

申込方法：窓口・電話・インターネット（一部除く）



韓国語中級編 第3期（全10回）



第2期からの継続講座。オリジナル教材で学びます。
10/9～12/18（火）
(11/6 除く)
午後 7 時～8 時 30 分
対象：16 歳以上
(簡単な韓国語会話ができる方)
定員：20 人
料金：7,500 円

すくすくベビーマッサージ



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。
10/9（火）
午前 10 時 30 分～正午
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

フライデー HIPHOP レッスンB（全11回）



楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
10/5～12/21（金）
(11/23 除く)
午後 5 時～6 時
対象：小中学生
定員：30 人
料金：6,710 円

フライデー HIPHOP レッスンA（全11回）



楽しく踊れるダンスチームを作りましょう。
10/5～12/21（金）
(11/23 除く)
午後 3 時 55 分～4 時 55 分
対象：5 歳～小学生
定員：30 人
料金：6,710 円

中国語入門編 第3期（全7回）



音楽に合わせて日頃の運動不足を解消しましょう。
10/15～12/17（月）
(11/12, 12/10 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

韓国語初級編 第3期（全9回）



第2期からの継続講座。オリジナル教材で学びます。
10/13～12/22（土）
(10/20, 11/3 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

韓国語入門編 第3期（全9回）



第2期からの継続講座。オリジナル教材で学びます。
10/13～12/22（土）
(10/20, 11/3 除く)
午前 10 時～11 時
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

フレーズ & センテンス ①

① 信じてみたい

米澤 敏 / 著 出口 春菜 / 画

創元社

なにか良いことがおこる予感やきざしを感じたことがありますか？この本では、どちらかというと本人の意志とは関係なく、たまたま出会つたり見たりしたきざしを書きなイラストと共に紹介しています。

日本だけでなく、イギリス、アメリカなど世界各地からその数50個。きざしは良いものよりも悪いものの方が圧倒的に多いといいます。でも悪いきざしもどちら方によつては逆転させることもできるかも。

ひとつ紹介。韓国では豚の夢は吉夢だそう。豚の貯金箱があるように豚は金運上昇のシンボルなのだと。でもいい夢は他の人に話してはいけません。せっかくの運が逃げてしまふのだそうです！

今回フレーズ&センテンスとして選んだのは、「茶柱が立つ」という言葉です。茶柱が立つと良いことがあらとうですね。でもすぐに飲んではいけないです。倒れた方角から幸運がやってくるとのこと。じっくり待つてみてくださいね。（大瀧）

「ツボ」の ③ 文化探訪

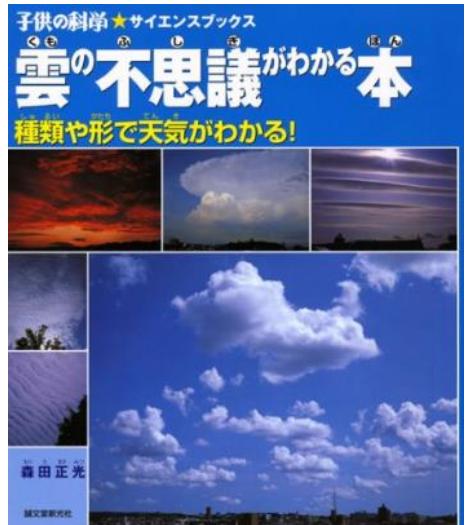
今回取り上げる日本文化は「祭り」です。8月は、各地で夏祭りが行われます。浴衣を着て縁日を回り、華やかな神輿や花火を眺める、夏の風物詩の一つですね。

夏祭りでよく行われるものに盆踊りがあります。その名通り盆に精霊を迎える、死者を供養するための行事です。盆踊りの起源には諸説ありますが、空也上人が始めた踊念仏と盂蘭盆の行事が結びつき、室町時代に定着し始めたと言われています。

一口に「祭り」といっても、神を祭るもの、豊穣を願うもの、厄祓うものなどその意味は様々です。『日本の祭り 知れば知るほど』では、主なものから珍しいものまで、全國の祭りの起源やエピソードが紹介されています。また、地方ごとのお祭り地図が載っているので、今まで知らなかつた自分が住んでいる地域の祭りや、行きたい祭りが見つかるかもしれません。この本を読んで、今年の夏を楽しみましょう。（松野）



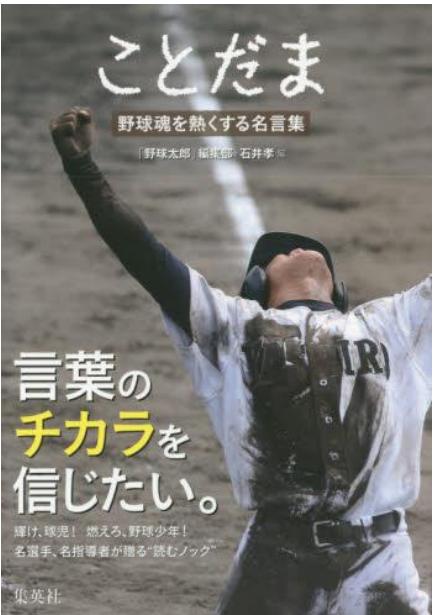
やよい TOPIX 本と出会う。



④ 雲の不思議がわかる本
森田正光 / 著 実業之日本社



③ 日本の祭り 知れば知るほど
菅田正昭 / 著 実業之日本社



② ことだま 野球魂を熱くする名言集
「野球太郎」編集部 + 石井孝 / 編 集英社
こんな本もありますよ
『イチローへの手紙』
ジーン・D.オキモト / 作 ダグ・キース / 絵
吉池幹太 / 訳 河出書房新社
『あるキング』
伊坂幸太郎 / 著 德間書店



読書の窓 ②

②

8月9日は野球の日です。日本中が盛り上がる甲子園が開催されるいる時期であり、「8」と「9」で「やきゅう」という語呂から、野球の日として親しまれています。

今回紹介するのは、「ことだま野球魂を熱くする名言集」。日本の野球を盛り上げてくれている日本選手や監督が、野球を通して感じた力強い人生観から出た言葉を多数収録している1冊です。

印象に残っているのは、「いちばん練習をやつたやつが、最終的には勝つんや!」という言葉や、「努力は人の見えないところでするものだ。努力を積み重ねると、人に見えないほど結果ができる。」といった、いま野球をしている人に贈るエールのような名言です。一方で「苦しい思いをした人間だけが、逆境をチャンスに変える。」という、多くの人々の心に響く言葉もあります。

この1冊を読んで今年の甲子園を見れば、よりいっそう彼らの姿に眩しさを感じるのではないか。どうか。（白藤）

再生館 再セレクト ④

こちらのコーナーでは、あだち再生館のおすすめ講座と、講座に関する本を紹介します。

8月のおすすめ講座は、夏休み特別講座「ペットボトルで雲を作ろう」です。

『雲の不思議がわかる本』では、お天気キャスターでおなじみの森田正光さんが、雲の種類から不思議なこれまで写真や図を使ってわかりやすく解説しています。「森田チェック」というコーナーも、なるほどそうなんだ！と楽しめますよ。夏の自由研究にもおすすめです。

夏休み親子特別講座「ペットボトルで雲を作ろう」	
■日時：8/19（日）午前10時～正午	
■対象：区内在住・在学の小学生と保護者	
■内容：気象予報士による、ペットボトルで雲を作る実験／天気を通じて地球温暖化など環境問題について学ぶ	
■定員：15組（1組3人まで 抽選・当選者のみハガキで通知）	
■費用：1組200円	
■申込：電話・窓口または住所、氏名（フリガナ）、電話番号、「雲を作ろう」をハガキ・ファックスで送付	
■期限：8/12（日）必着	
■場所・問い合わせ先：	
あだち再生館（月曜日、祝日休館）	
〒120-0011 中央本町2-9-1	
TEL：3880-9800 FAX：3880-9801	



中央本町住区センター
Tel 03-3852-1434
休館日: 5・11・12・13・19・
26

◆悠々館◆
「住区で寄席」
寄席で笑って、夏の暑さを吹き飛ばしま
しょう!
8/3 (金)
午後2時~

◆児童館◆
「シャギーラグマット作り」
夏休みの工作に可愛いラグマットを作り
ましょう!
8/1 (水) ~ 3 (金)
午後2時~4時
定員: 各20人
対象: 小学生以上



五反野コミュニティセンター
Tel 03-3886-2643
休館日: 5・11・12・19・26・
27

◆悠々館◆
「住区de団らん」
ゲームやカラオケ、おしゃべりをみんな
で楽しみましょう。
8/18 (土)
午後5時~7時

◆児童館◆
「卓球教室・大会」
先生の指導のもと、楽しく卓球を覚えよ
う! 23日は大会になります。
教室: 8/21 (火)・22 (水)
大会: 8/23 (木)
午後2時~4時
受付: 午後1時55分~
対象: 小・中学生



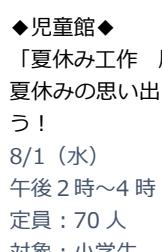
青井住区センター
Tel 03-3852-3750
休館日: 5・11・12・19・20・
26

◆悠々館◆
「青井寄席」
明治大学落語研究会の皆さんによる夏の
落語をお楽しみください。
8/18 (土)
午後1時30分~



弘道住区センター
Tel 03-3840-9354
休館日: 5・11・12・13・19・
26

◆悠々館◆
「おしゃべりカフェ」
和気あいあいとした、団らんのひと時を
楽しみましょう。
8/20 (月)
午後1時30分~3時
定員: 40人



栗島住区センター
Tel 03-3848-3471
休館日: 5・11・12・13・19・
26

◆悠々館◆
「涼風にのってカラオケ」
カラオケで暑い夏を乗り切りましょう!
8/18 (土)
午後1時~4時
申込: 8/1 (水) ~ 10 (金)
定員: 40人

◆児童館◆
「夏休み工作 風船を作ろう」
夏休みの思い出に、工作に挑戦してみよ
う!
8/1 (水)
午後2時~4時
定員: 70人
対象: 小学生

今月の表紙

パプリカで
夏を乗り切ろう

スープでよく見かけるパプリカ
力は大型で肉厚のピーマンのよう
な形をしていますが、これは実は
トウガラシの一品種。ジューシー
な食感と甘くさわやかな味わい
が特徴の緑黄色野菜です。

栄養価では、抗酸化作用が高
いビタミンCがたっぷりで、ガン
予防に効果があるとされるカロテ
ンも大変豊富です。他にもビタ
ミンE・A、カリウムなど注
意すべき多くの含まれています。生
でも焼いてもおいしく、特に油を
使って調理するとカロテンの吸
収率が高まります。

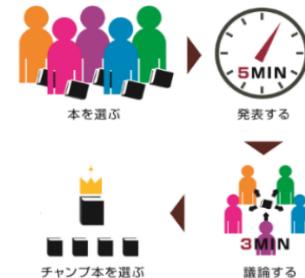
国内産だと高知・熊本・宮崎産
が多く、海外からはオランダ・韓
国・ニュージーランドから多く輸
入されています。

旬の時期は7月から10月と言
われていますので、これから季
節、料理の彩りにパプリカを添え
てみてはいかがでしょうか?

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。

矢的書評合戦 ビブリオバトル



紹介された本

『ムーたち』
榎本俊二／著 講談社

『ブルーサーマル』 青凧大学体育会航空部
小沢かな／著 新潮社

『ドッグ・メーカー』
警視庁人事一課監察係黒滝誠治
深町秋生／著 新潮社

『流れ星が消えないうちに』
橋本紳／著 新潮社

『小説言の葉の庭』
新海誠／著 KADOKAWA



6月16日(土)は「カフェエテラスで
ビブリオバトル」! 五反野にある喫
茶店「カフェエテラス絵壇座」での開催
でした。今日は観覧の方や職員も含めて、
から自分でもお気に入りの本になっ
た1冊だそうで、シュールな世界観
に皆さん興味津々でした。主人公
が啖呵をきるシーンが好きなシーン
だと語る『ブルーサーマル』は、グライ
ダーネの部活が舞台だという珍しい漫
画です。その後は『ドッグ・メーカー』
が紹介されました。悪を捕まえるた
だ語る『ブルーサーマル』は、グライ
ダーネの部活が舞台だという珍しい漫
画です。その後は『ドッグ・メーカー』
が紹介されました。悪を捕まえるた
め手段を選ばない主人公にドキド
キさせられる1冊です。続いて紹介
されたのは『流れ星が消えないうち
に』。元々著者の作品が好きだとい
うバトラーが、その中で最もお気に
入りの本を持ってこられたとのこと。
最後は『小説言の葉の庭』が紹介さ
れました。完璧じゃなくても少しず
つ歩いていけば良いというメッセージ
を自分にくれた小説だと語る姿が
印象的でした。

8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~ 18日 午後3時~
◆梅田図書館	19日 午後3時~
◆東和図書館	4日 午後4時15分~
◆鹿浜図書館	18日 午後2時~
◆竹の塚図書館	4日 午後2時~

今回のチャンプ本は『流れ星が消
えないうちに』です! «ムーたち»と
接戦でしたが、美しい言葉、表現が
たくさんあるという内容に惹かれた
た。方が多く、見事チャンプに輝きました。
たくさんあるという内容に惹かれた
た。

(生盛)



ギャラクシティ
GALAX CITY

ギャラクシティ Information

お問合せはこちら



【チケット取扱い】

- ・足立区販売窓口(各地域学習センター、ギャラクシティ、庁舎ホール など)
- ・ギャラクシティ HP <http://www.galaxcity.jp>
- ・ギャラクシティ電話窓口(発売日翌日午前 9 時より開始) 03-5242-8161



▲BONNYJACKS (ボニージャックス)



▲Baby Boo
(ベイビー・ブー)

斎藤久美 ▶



STARS ON PAN (スターズオンパン)

ボニージャックス結成 60 周年記念コンサート 「昭和歌麿」

9/2(日) 午後 2 時開演 (午後 1 時 30 分開場)

料 金：前売り 3,000 円 友の会 2,500 円
足立区民割 2,700 円 当日券 3,500 円

発売日：受付中

STARS ON PAN のスティールパン教室

9/5・19、10/3・17・31、11/21、12/5・12 各(水)

全 8 回 発表会：12/16(日)

①小学生コース 午後 4 時 30 分～5 時 30 分

②中高生コース 午後 5 時 45 分～6 時 45 分

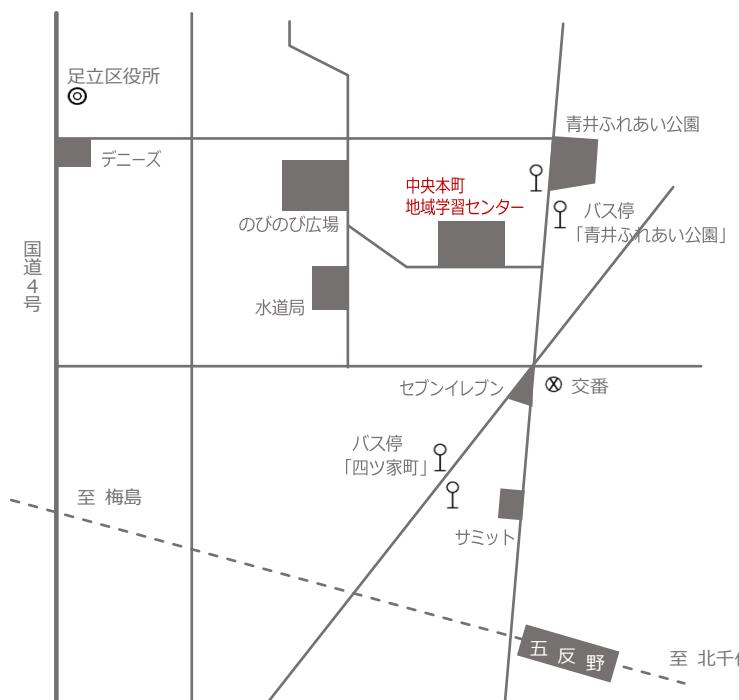
③大人<昼>コース 午後 2 時 30 分～4 時

④大人<夜>コース 午後 7 時 30 分～9 時

料 金：①9,000 円 ②9,500 円 ③・④16,000 円

定 員：①・②各 9 名 ③・④計 20 名

受付日：受付中 (事前申込制・先着順)



◆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

足立区中央本町地域学習センター・体育馆・やよい図書館

「オアシス」2018. 8月号 vol. 358 (毎月 1 日発行)

休館日／(センター) 8/13 (月) (図書館) 8/13 (月)・31 (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 chuoicc-ys@zc.wakwak.com

責 任／ヤオキン商事株式会社

Twitter

Blog

Facebook

LINE

「美しいまち」は「安全なまち」

ピューティフル・ウインドウズ運動展開中 足立区

