

11月

oasis

オアシス



こどもお仕事まつり

11月表紙 ビタミンBで脂肪燃焼！マッシュルーム
世代を超えて繋がる絵のちから 第99回サークル紹介
今月のサロン・募集講座
他施設イベント情報

足立区中央本町地域学習センター 体育館 やよい図書



世代を超えて繋がる絵のちから



個人に合わせた指導スタイル

その名前の通り、いつも明るく和気あいあいと活動している「たのしい絵画クラブ」。結成は平成18年と、10年以上続く長い歴史があります。

日々の練習内容は、沢山のモチーフから好きなモチーフを自由に選び取り、出来上がった作品を講師が講評するというシステムとなっています。個人の技量に合わせて上達していくきます。また、習い事としての絵画ではなく、みんなで楽しく長く続けることを一番大事なことと考えております。その上で、目標をもって取り組み、様々なコシントストにチャレンジしていくことがサークルの方針となっています。現在まで多くの美術展への出品実績があり、受賞者が多数います。本年度は、原田孝子さんが、足立区展にて足立区長賞・絵画部門を受賞しました(下図)。

絵を通しての自由な交流

「絵は、楽しく夢中になれます。同じモチーフでもそれが違う出来上がりで一人一人違ったものが表現されるのでバリエーションがあり、その違いを見るのが楽しいです。そ

して何より、子どもからお年寄りまで世代を超えて絵をきっかけに色々な方と話ができるのが一番の魅力です。今後は、みんなでレベルアップして大きな美術展にどんどん出品していきたいです」と会員は語ります。

「たのしい絵画クラブ」では、現在新規メンバーを募集しています。絵画に興味がある人であれば、どなたでも歓迎です。まずは見学だけでも大丈夫です。教室でのデッサンだけでなく、野外でのデッサン会もあります。絵画に興味がある方、秋が深まる今日この頃、この機会にぜひ参加してみませんか?

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。
11/10・24 (土)
午後2時~4時
料金: 200円

将棋サロン



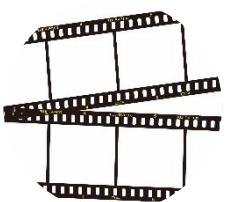
発想によってさまざまな勝ち方がある戦法や相手の考え方を予測する心理戦などを楽しみましょう。
11/8・22 (木)
午後6時~9時
料金: 200円

あもちゃんの病院



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。
11/18 (日)
午後1時~4時
料金: 無料

人権啓発上映会



人権に関する映像作品を上映します。
11/30(金)
①午前1時~
②午後2時~
③午後6時~
料金: 無料

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。
11/4 (日)・17 (土)
午後3時~4時
料金: 無料
詳細はやよい図書館まで

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)。
11/14 (水)
午前11時~11時30分
※事前申込制
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。
11/18 (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。
11/14 (水)
午後3時30分~4時

あかちゃんおはなし会

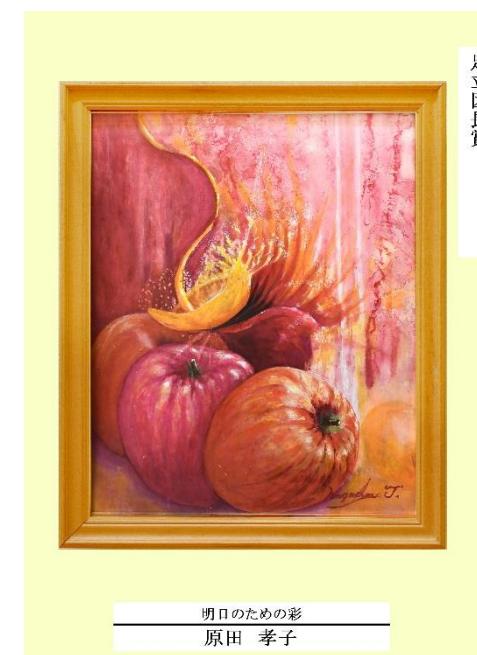


ママと一緒に絵本を楽しめます。毎月第3・4木曜日。
11/15 (木)
1歳半~3歳向け
午前10時30分~10時50分
0歳~1歳半向け
午前11時10分~11時25分
11/22 (木)
0歳~3歳向け
午前11時~11時20分

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。
11/28 (水)
午後3時~4時



活動日: 毎月2回
第1、第3土曜日
時間: 午後3時~5時
入会金: 1,000円
月会費: 3,000円
連絡先: 090-9817-7542 (小林)

今月の講座

韓国語入門編 第4期
(全9回)



第3期からの継続講座。オリジナル教材で学びます。
1/19～3/23 (土)
(2/9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

ストレッチヒルズム体操
(全8回)



無理なく身体を動かし、日頃の運動不足を解消。
1/21～3/25 (月)
(2/11、3/11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

子ども体操 B
(全8回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。
1/22～3/19 (火)
(2/12除く)
午後4時40分～5時40分
対象：小学1～4年生
定員：40人
料金：3,280円

親子でやってみよう
知育・体操 (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。
1/18～2/22 (金)
(2/1除く)
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：3,600円
(3人は4,200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。
1/21～3/25 (月)
(2/11、3/11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

子ども体操 A
(全8回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。
1/22～3/19 (火)
(2/12除く)
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：3,280円

わいわいエアロピクス
B (全10回)



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。
1/16～3/20 (水)
午前10時50分～正午
対象：16歳以上
定員：25人
料金：5,100円

ママリズムピクス
(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。
1/21～3/4 (月)
(2/9除く)
午前10時30分～11時30分
対象：5ヶ月～1歳の子どもと母親
定員：20組
料金：3,720円

韓国語中級編 第4期
(全9回)



第3期からの継続講座。オリジナル教材で学びます。
1/22～3/26 (火)
(2/12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：6,750円

わいわいエアロピクス
A (全10回)



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。
1/16～3/20 (水)
午前9時30分～10時40分
対象：16歳以上
定員：25人
料金：5,100円

ビーズステッチで手作り小物教室



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。
12/13・1/10・24 (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
(3人以上追加料金)

インドカレー店 BINITA で
「クリスマスナン」づくりに挑戦



持ち寄った道具と生クリームでデコレーション。
12/8 (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：各1,400円
(3人以上追加料金)

年末大掃除のコツは
プロに聞け



お掃除のプロが教える今すぐ使える掃除術を学びます。
12/3 (月)
午前11時～正午
対象：16歳以上
定員：30人
料金：無料

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。
12/5・19 (水)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上
定員：25人
料金：無料

花屋 理美フラワースタジオと
クリスマスキャンドルアレンジ



お花屋さんが教える、かわいいクリスマスドア飾りを一緒に作ります。
12/15 (土)
午後1時～2時
対象：小学生 (保護者同伴可)
定員：15人
料金：800円

目覚める脳と体 ゆったり体操
「フェルデン」 (全9回)



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。
1/8 (火)
午前10時30分～正午
対象：3ヶ月～1歳未満の子どもと母親
定員：10組
料金：7,560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。
12/19 (水)
午後2時～4時
対象：16歳以上
定員：20人
料金：無料

基礎から学ぶ空手教室
(全3回)



韓空手同好会の体験講座です。空手を通じて心と体を鍛えましょう。
1/11～25 (金)
午後6時30分～7時30分
対象：5歳～小学生
定員：20人
料金：30円

11月26日(月)から募集開始 ★子どもお仕事まつりの募集詳細はP8・9へ

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

※各講座の詳細については、中央本町地域学習センターまで

申込方法：窓口・電話・インターネット (一部除く)

今月の講座

9月2日(日)開催

「夜、人が狼に姿を変えてしまふ
作品はいくつもありますが、この作
品では：ガオーッ！ なんと虎になっ
てしまうのです！」

思わず身を乗り出してしまいます
うな引き込まれる語りで『李陵・山
月記・弟子・名人伝』(中島敦／著
角川文庫)を紹介してくれたのは、
はるばる静岡から来てくださったバ
トラーさん。広く知られている作品
だからこそ改めて読んで欲しい、と
熱く話してくださいました。

つづいて職員2名が紹介したのは
『かわいいmizu+ama文房具。毎
日がちょっと楽しくなる!』(mizu
+ama／著 G. B.)と『武士道シッ
クスティーン』(譽田哲也／著 文藝
春秋)です。色とりどりにアレンジさ
れた文房具の写真を見ているだけで
も楽しめる一冊と、剣道に打ち込む
少女たちが織り成す青春小説。今
回も魅力的な本がたくさん紹介紹
介されました。が、「もう一度読みた
い」と参加者に強く思わせてくれた
『李陵・山月記・弟子・名人伝』がチ
ヤンプ本に輝きました。(生盛)

ニッポンの文化探訪 ③

11月は、日本の伝統工芸品を国

内外に広めようと誕生した月間で
あることをご存知ですか? 生活の
中から姿を消しつつあった伝統工芸
品を守ろうと、昭和49年に「伝統
的工芸品産業の振興に関する法
律」が制定されました。その法律の
10周年の節目である昭和59年に
「伝統的工芸品月間」が定められ、
日本各地で伝統工芸品の魅力を広
める催しが行われています。

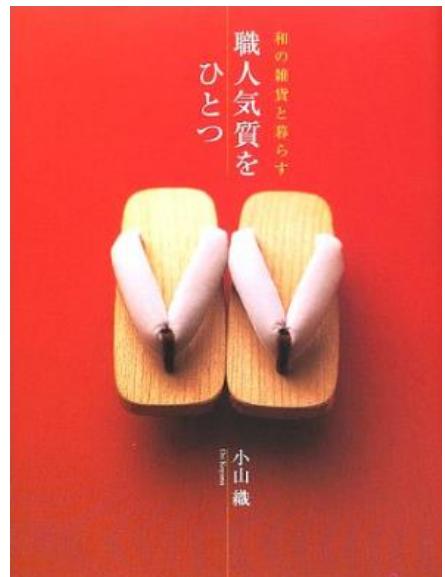
『職人気質をひとつ』は、そんな職

人技のひかる工芸品をひとつひとつ
丁寧に紹介しています。ゆかたや下
駄といった私たちに馴染みのある工
芸品の他にも、楊枝入れや水切り
といった生活感あふれるものも、職
人の方の試行錯誤を経て作られて
いるそうです。中でも楊枝入れは、か
つて日本の家庭で家具の材料として
使われていた木材である紫檀で作ら
れており、手にするとほつとつろげ
る手触りがするそうです。かつて生
活の中にあった温かみを感じること
のできる伝統工芸品。この機会にそ
の魅力を再確認してみませんか?

（白藤）



やよいTOPIX 本と出会う。



③ 職人気質をひとつ

11月は、日本の伝統工芸品を国

内外に広めようと誕生した月間で
あることをご存知ですか? 生活の
中から姿を消しつつあった伝統工芸
品を守ろうと、昭和49年に「伝統
的工芸品産業の振興に関する法
律」が制定されました。その法律の
10周年の節目である昭和59年に
「伝統的工芸品月間」が定められ、
日本各地で伝統工芸品の魅力を広
める催しが行われています。

『職人気質をひとつ』は、そんな職

人技のひかる工芸品をひとつひとつ
丁寧に紹介しています。ゆかたや下
駄といった私たちに馴染みのある工
芸品の他にも、楊枝入れや水切り
といった生活感あふれるものも、職
人の方の試行錯誤を経て作られて
いるそうです。中でも楊枝入れは、か
つて日本の家庭で家具の材料として
使われていた木材である紫檀で作ら
れており、手にするとほつとつろげ
る手触りがするそうです。かつて生
活の中にあった温かみを感じること
のできる伝統工芸品。この機会にそ
の魅力を再確認してみませんか?



こんな本もありますよ
④ 小暮写真館
宮部みゆき／著 講談社
まほうのカメラ
木曾秀夫／作・絵 フレーベル館

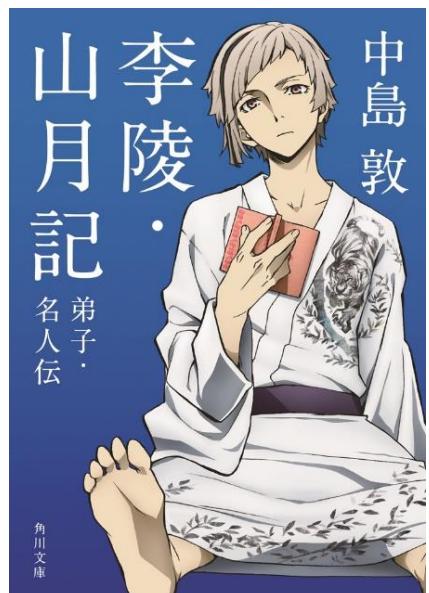
② トイカメラのレッスン

11月は、日本の伝統工芸品を国

内外に広めようと誕生した月間で
あることをご存知ですか? 生活の
中から姿を消しつつあった伝統工芸
品を守ろうと、昭和49年に「伝統
的工芸品産業の振興に関する法
律」が制定されました。その法律の
10周年の節目である昭和59年に
「伝統的工芸品月間」が定められ、
日本各地で伝統工芸品の魅力を広
める催しが行われています。

『職人気質をひとつ』は、そんな職

人技のひかる工芸品をひとつひとつ
丁寧に紹介しています。ゆかたや下
駄といった私たちに馴染みのある工
芸品の他にも、楊枝入れや水切り
といった生活感あふれるものも、職
人の方の試行錯誤を経て作られて
いるそうです。中でも楊枝入れは、か
つて日本の家庭で家具の材料として
使われていた木材である紫檀で作ら
れており、手にするとほつとつろげ
る手触りがするそうです。かつて生
活の中にあった温かみを感じること
のできる伝統工芸品。この機会にそ
の魅力を再確認してみませんか?



再生館 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。

11月のおすすめ講座は、リサイ
クル体験講座「楽しく布絵『柿』」で
す。今回紹介する本は『お気に入りの
はぎれで作る布絵手紙』です。余り
布でも、とても素敵な絵はがきにで
きあがります。実物大の型紙つきな
ので、絵の苦手な方も大丈夫! 飾っ
たり送ったり、楽しんでみて下さい。

リサイクル体験講座「楽しく布絵『柿』」	
■日時	11/25 (日) 午後1時~3時
■対象	区内在住・在勤・在学の方
■内容	はがきの上に余り布を貼り合わせて柿の絵 柄を描き、オリジナルの絵はがきを作る
■定員	10名 (抽選・当選者のみハガキで通知)
■費用	500円 (材料費込)
■持物	はがき (無地のもの) 1枚、手拭きタオル
■申込	電話・窓口または住所、氏名 (フリガナ)、 電話番号、「楽しく布絵『柿』」をハガキ・ ファックスで送付
■期限	11/18 (日) 応募
■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

11月30日は「カメラの日」。
1977年

の日、世界初のオートフォーカス
機能を内蔵したコンパクトカメラ・通
称「ジャスピンコニカ」が小西六写真
工業(後のコニカ)から発売されました。

今では当たり前のように使われ
ているオートフォーカス機能ですが、
発売当時は革新的な技術であり、
爆発的にヒットした商品でした。

誰でも手軽にきれいな写真を撮
れるようになった今、あえて低画質
で、独特の雰囲気を楽しむカメラが
あるのをご存知ですか?『トイカメ
ラのレッスン』は、レトロなデザイン
と、味のある写真が撮れることが魅
力であるトイカメラの使い方や、お
すすめの機種・フィルムの選び方など
をやさしく解説した本です。実際に
撮影した写真もたくさん掲載さ
れており、見るだけでもその面白さ
が伝わってきます。

最近では、カメラは持たずにつマ
ートフォンで写真を撮る人も多いか
と思いますが、フィルムで撮影して、
現像をされるのをワクワクしながら
待つ楽しさも良いものだなと思いま
した。(松野)

こども お仕事まつり(前編)

美容師さんやお寿司屋さん、喫茶店の給仕さん…いろんなお仕事が体験できる「こどもお仕事まつり」を今年も開催します！前回より体験できる仕事の種類が増え、11月と12月の2回に分けて募集を開始します。やってみたいお仕事を探してみよう！

東京銀器職人さん

本物の銀の指輪に、かなづちで模様をつけて自分だけの指輪を作つてみよう！

2/10(日)

時間：A 午後 1 時～1 時 50 分

B 午後 2 時～2 時 50 分

C 午後 3 時～3 時 50 分

対象：小学生

(3年生以下は保護者同伴)

定員：各 10 名 料金：各 1,000 円

喫茶店の給仕さん

喫茶店で給仕の仕事をしてみよう♪

1/12(土)

時間：午後 2 時～3 時

対象：小学生

(原則保護者同伴不可)

定員：6 名 料金：500 円

美容師さん

美容室でパーマかけに挑戦してみよう！

1/7(月)・19(土)

時間：午前 9 時 30 分～10 時 30 分

対象：小学生

(3年生以下は保護者同伴)

定員：各 8 名 料金：各 1,000 円

※低学年の方には難しい内容もあります。

予めご了承ください。

お寿司屋の給仕さん

お寿司を運ぶ給仕のお仕事をやってみよう！

1/26(土)

時間：午前 11 時～午後 1 時

対象：小学 3～6 年生

(原則保護者同伴不可)

定員：3 名 料金：1,000 円

今月は 6 つの
お仕事体験を
募集します

お風呂屋さん

貸切の銭湯でふろ掃除をしてみよう！

1/27(日)

時間：午前 11 時～正午

対象：小学 2～6 年生の男子

定員：10 名 料金：310 円

図書館の職員さん

ブッカーカーかけや本の貸出の仕事をやってみよう♪

1/26 (土)

時間：A：午前 10 時～正午

B：午後 1 時 30 分～3 時 30 分

対象：小学 3～6 年生

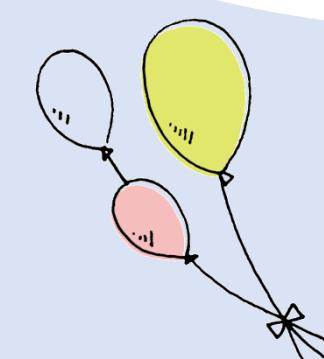
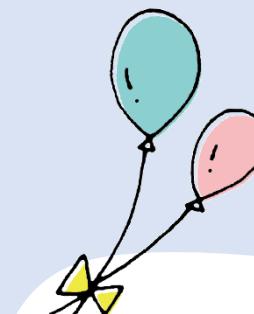
(原則保護者同伴不可)

定員：各 3 名 料金：無料

11/26(月)から募集開始！

お申込みはお電話か、直接窓口へお問い合わせ下さい。

お仕事まつり(後編)は 12/26(水)から募集開始
予定です。12月号のオアシスをお楽しみに♪





中央本町住区センター
TEL03-3852-1434
休館日: 3・4・11・12・18・
23・25



弘道住区センター
TEL03-3840-9354
休館日: 3・4・11・12・18・
23・25

◆悠々館◆
「お楽しみイベント」
出演: 風呂わくぞう・響ファミリー他
11/29 (木)
午後0時30分~
午後0時30分~

◆児童館◆
「お笑いライブ」
11/17 (土)
午後2時~3時30分
対象: 小学生
※未就学児は保護者同伴



青井住区センター
TEL03-3852-3750
休館日: 3・4・12・18・19・
23・25



五反野コミュニティセンター
TEL03-3886-2643
休館日: 3・4・11・18・23・
25・26

◆悠々館・児童館◆
「第38回青井住区まつり」
悠々館では演芸大会、児童館ではゲームや
工作を行います。
11/11 (日)
午前9時30分~午後2時
受付: 午前9時~
(児童館の受付は午後1時30分まで)

わんフェス
みんな待ってるワフ!
※天候により中止となる場合がございます。

日時 11月3日(土祝) 午前10時~午後4時
場所 元渕江公園(足立区保木間2-17-1)
申込 不要※当日直接会場へ
問先 03-3884-5577

足立区生物園 Presents

他にもいろいろ!

- 犬の健康相談
- 我が家の愛犬自慢
- 動く犬モニストレーション
- コンサート 出演:足立区立渕江中学校
- グッズ販売
- ドッグラン(1頭1時間300円)

※ドッグランのご利用は畜犬登録及び狂犬病予防注射(30年度)を済ませた方に限ります。

◆悠々館◆
「うたごえ住区ばっくす」
11/10・24 (土)
午後1時30分~3時

◆児童館◆
「からだ元気&クッキング!」
11/27 (火)
午後3時~4時
対象: 小学生
定員: クッキングは30名

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。

住区センター

◆悠々館◆
「渋谷慶太&マジックファンタジア」
11/7 (水)
開場: 午後2時~
公演: 午後2時15分~3時15分
対象: 幼児~

◆悠々館◆
「健康講座
認知症予防のために必要なこと」
11/22 (木)
午後2時~3時



ギャラクシティ
GALAX CITY

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント



2018年12月24日(月・祝) 開演 午後1時30分
(開場 午後1時)

西新井文化ホール(ギャラクホール)

チケット料金 一般: 1,000円(税込)
チケット発売中
全席自由 高校生以下: 無料

※無料券を窓口にてお求めください。
※未就学児の方場可

【予定曲目】

パレエ組曲「くるみ割り人形」/P.チャイコフスキ

「ロマンス」第2番/Lv.ベートーヴェン

独奏: 木野雅之

きよしこのよる(合唱)

赤鼻のトナカイ(合唱)他

※曲目は変更になる場合がございます。

若手オーケストラピトロ座、
一流ヴァイオリニストと
足立区民がコラボレーション

この日の演奏のために
ギャラク合唱団を大募集!!

詳細はHPをご覧ください。
<http://www.galaxcity.jp/>



指揮: 池田開渡

ヴァイオリン: 木野雅之

コンサートナビゲーター: Chiko



生音が、生歌が、間近で聴ける
あとりえ LIVE

夜のホワイトあとりえで定期的に開催される
アコースティックライブ
いつものギャラクシティとはちょっと違う
「LIVE HOUSE」的な空間をお楽しみいただけます。



11/9(金) vol.10: 午後7時~午後8時 円成寺さくら

11/23(金祝) vol.11: 午後3時~午後8時

~あつまれ! 歌うたいギャラクミュージックフェスティバル~
一般公募フェス(約20組)、Gがくえんシンガーソングライター部

12/7(金) vol.12: 午後7時~午後8時30分 五十嵐晴美/山中潤一

12/22(土) vol.13: 午後3時~午後8時

山中潤一/Kuyuki/南りこ/Chamaeleon

岡秀年/牧野公美/円成寺さくら/他

場所: ホワイトあとりえ

どなたでも 参加OK 入場無料

てんちフェスタ

11月3日(土・祝) 午前9時~午後4時30分



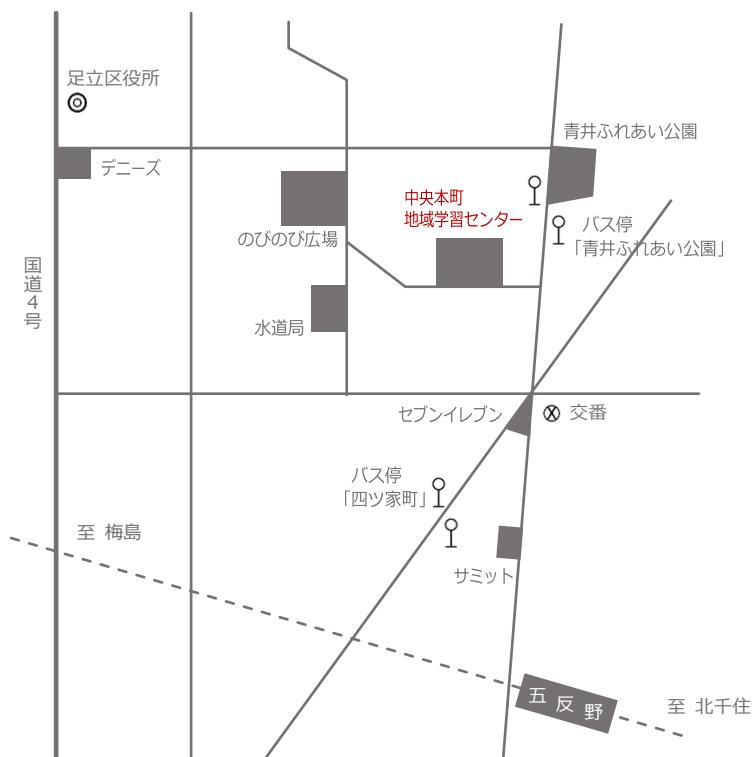
【お問い合わせ】 Tel 03-5242-8161 Mail info@galaxcity.jp

最新情報・詳細は WEB へ!

ギャラクシティ 検索

イベント内容は変更になる可能性がございます。あらかじめご了承ください。

各学習センターで、14センターすべてのミニコミ紙がご覧になります。



◆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」2018.11月号 vol. 361 (毎月1日発行)

休館日／(センター) 11/12 (月) (図書館) 11/12 (月)・30 (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

責任人／ヤオキン商事株式会社



「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