

1月

# oasis

オアシス



1月表紙 「山のうなぎ」長芋で、風邪予防  
男声が織りなす力強いハーモニー 第101回サークル紹介  
アウトリーチで繋がる輪  
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 やよい図書館



# 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。

## 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。  
1/12・26 (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。  
1/10・24 (木)  
午後6時～9時  
料金：200円

## 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。  
1/20 (日)  
午後1時～4時  
料金：無料

## にやよいのお正月



本を借りてガチャガチャを回し、オリジナルカレンダーをゲットしよう。  
1/5 (土)  
午前9時～  
なくなり次第終了

## 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。  
1/6 (日)・19 (土)  
午後3時～4時  
料金：無料

## ママ・パパのための あうちえほんタイム



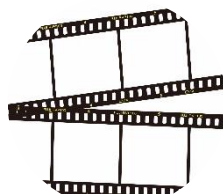
のぐちえさんによる保護者向け講座。毎月第2水曜日。お子様連れ可(託児なし)。  
1/9 (水)  
午前11時～11時30分  
※事前申込制  
詳細はやよい図書館まで

## 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。  
1/20 (日)  
午後2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。  
1/31 (木)  
①午前11時～  
②午後2時～  
③午後6時～  
料金：無料

## あかちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を楽しみます。毎月第3・4木曜日。  
1/17 (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  
1/24 (木)  
0歳～3歳向け  
午前11時～11時20分

## 科学おはなし会



科学の実験とおはなしを一緒に楽しみましょう。  
1/23 (水)  
午後3時～4時



第101回 足立男声合唱団  
活動日：毎月第1、3、5月曜日  
時間：午後7時～9時  
入会金：なし  
月会費：4,000円  
連絡先：090-4092-4110 (中村)

## 数少ない男声のアンサンブル

「足立区には、女声や混声のアンサンブルはあるが、男声のアンサンブルがない」という当時の状況をきっかけとして、今から10年前、春のふれあいコンサートに参加した男性有志により結成されたのが、足立男声合唱団です。現在は、月3回、月曜日の夜間帯に活動しています。

練習内容は、最初の30分間、身体をほぐすための体操を行い、発声練習をします。そしてその後に合唱の練習となります。

サークルの魅力は、なんといっても男声のアンサンブルという点です。男声の合唱は、混声や女声の合唱とは異なり、低音がかつ重厚、そして力強さがあります。そのハーモニーには、なんとも言えない快さがあり、それが男声合唱の一番の醍醐味であると、代表の中村さんは語ります。

## バラエティ豊かな メンバーと共に

練習の成果は、毎年4月に行われる春のふれあいコンサートと10月に行われる足立区合唱祭で披露されます。昨年開かれた春のふれあいコンサートでは「若い力」と「MessiahよりHallelujah」の2曲、足立区合唱祭では、「銀色の道」「アニーローリー」「流浪の民」の3曲を演奏し、力強い合唱を披露しました。

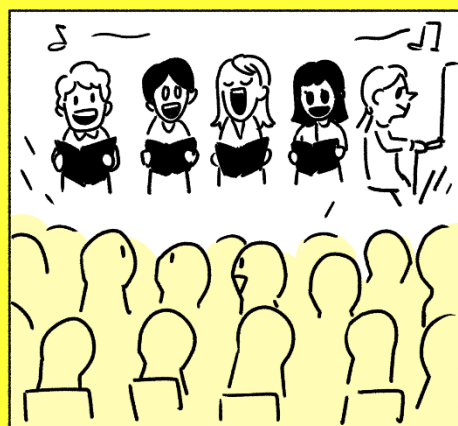
足立男声合唱団ではこれからも歌と一緒に楽しめる仲間を募集しています。定年退職してから趣味としてサークルで活動されている方や、合唱の楽しみはもちろんのこと、練習後の飲み会が楽しみたいという方など、バラエティ豊かなメンバーが揃っています。まずは、見学だけでもOKです。オアシスをご覧の皆さん、男声独特のハーモニーの心地よさを「足立男声合唱団」で味わってみませんか？



サークル  
紹介  
男声<sup>が</sup>織りなす力強いハーモニー

# アウトリーチで 繋がる輪

アウトリーチの  
大まかな流れ



出演できる団体が決まったら、開催施設と出演団体の方で細かい打合せをしていただき、当日発表をむかえます。



中央本町センターから、登録団体の方に、アウトリーチができないか相談します。



施設の担当者からアウトリーチの依頼を受け、日時などの詳細を確認します。



「東京足立相撲甚句会」のアウトリーチ出演

11/23（金）に行われたデイサービスセンターたくみでのアウトリーチ活動の様子。聴衆の方々は発表を聞くだけでなく、甚句会の皆さんと一緒に合唱をしたりと、わきあいあいと楽しめた様子でした。

## 今月の募集講座

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。  
2/20（水）  
午後2時～4時  
対象：16歳以上  
定員：20人  
料金：無料

インドカレー店 BINITA で  
「バレンタインに贈るナンづくり」



持ち寄った具材と生クリームでデコレーション。  
2/16（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：1,300円  
（3人以上追加料金）

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。  
2/14・28（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

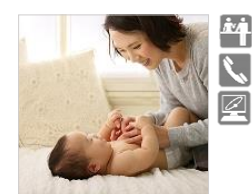


イスに座ったままできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。  
2/6・20（水）  
午後1時30分～3時  
対象：65歳以上  
定員：25人  
料金：無料

すくすくベビーマッサージ



色彩の基本を学びながら、自分に似合う色を探しましょう。  
3/16・23・30（土）  
午後1時30分～4時  
対象：16歳以上の女性  
定員：10人  
料金：3,000円



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。  
3/12（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

親子で行く「足立  
清掃工場見学ツアー」



普段は見られない清掃工場の中を親子で見学します。  
3/9（土）  
午後1時30分～3時  
対象：小学生と保護者  
定員：10組（1組3人まで）  
料金：20円  
（3人以上追加料金）

商店街の小さな起業セミナー  
～五反野から始めよう～（全3回）



中小企業診断士や実際のお店の店主から、小さなお店やビジネスを始める方法を教わります。  
3/3・10・24（日）  
午後1時～4時  
対象：20歳以上の方  
定員：13人  
料金：3,000円

アスリートと学ぶ  
こども空手体験教室



空手選手の演舞を見て、一緒に空手の組手を教わしましょう！  
3/23（土）  
午後2時～4時  
対象：小学生  
（小学3年生以下は保護者同伴）  
定員：150人 料金：無料  
※3/10まで受付後、抽選結果を郵送

「アスリートと学ぶこども空手体験教室」は2/11（月）から募集開始になります

ひとりずつやってみよう  
「3歳の器械体操」（全3回）



器械体操を通して、バランス感覚・柔軟性を培い、また、自立心を養います。  
3/28（木）・29（金）・30（土）  
午後1時～2時  
対象：3歳の子ども  
定員：25人  
料金：2,280円

紙粘土で作るお菓子な  
スイーツデコレーション



クマちゃんメロンパン・チョココロネ・クリームパンのクリップを作ります。  
3/23（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

1月26日（土）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）

※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お問い合わせください。

# ビブリオ①

## バトル

11月4日(日)開催

今回のビブリオバトルは、区外から参加のバトルーさん2名と職員1名の計3名で行いました。

最初に紹介されたのは、「このマンガがすごい!2018 オンナ編」にも選ばれた『大きい犬』(スケラッコ/著 リイド社)。表紙に描かれた、タイトル通りの大きい犬が印象的な短編集です。少し不思議な世界観に引き込まれるものでした。

次に、さまざまな国、年代、職業の女性を写した『世界の美しい女性たち』が紹介されました。女性カメラマンが撮影しており、女性たちの自然な表情が魅力的です。

最後は、昨年展覧会も行われ話題になった、『怖い絵』(中野京子/著 朝日出版社)を職員が紹介しました。

今回のチャンプ本は、『世界の美しい女性たち』でした。モデルになった女性たちがどんな人物なのかも載っており、その人の人生を知ることができ、より深く写真を味わうことができます。一冊だそうです。(松野)

# ニッポンの③文化探訪

新年を迎えて最初のイベントといえば、やはり初詣が一番に思い浮かびますよね。お参りをしたあとのおみくじは、いくつになっても楽しみの一つです。

その際神社からお礼をいただいて神棚にまつる、という方もいるかと思いますが、神棚について皆さんはどのくらいご存知でしょうか？

今回紹介する『心がやすらぐ神棚スタイル』は、神棚の起源、まつる方角やお手入れの方法など、基本的な知識を学ぶことが出来ます。

また、さまざまな神棚が紹介されているのもこの本の魅力の一つ。神様をおまつりするもので、しっかりした道具が必要なのでは？ と思いがちですが、一番大事なのは気持ちなのだそうです。ろうそく立ての代わりにアロマキャンドルを使ったり、招き猫を飾ったり…自分のライフスタイルに合わせた神棚を見ていると、案外堅苦しいものではないことが分かって、自分でもやってみたくまりました。

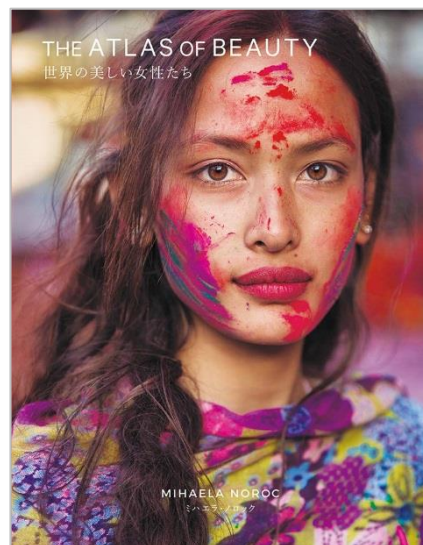
皆さんもぜひ神棚ライフを始めてみてはいかがでしょうか。(生盛)



## やよい TOPIX 本と出会う。

### ①

『THE ATLAS OF BEAUTY』  
世界の美しい女性たち  
ミハエラ・ノロック/写真・文  
パイインターナショナル

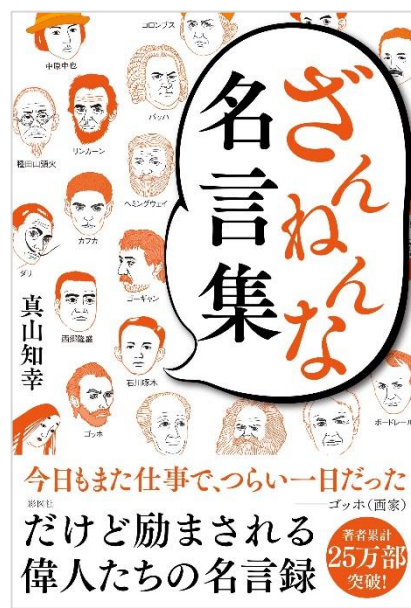


1月のビブリオバトル開催日程

◆やよい図書館	6日	午後3時～
	19日	午後3時～
◆梅田図書館	14日	午後3時～
◆東和図書館	5日	午後4時15分～
◆鹿次図書館	19日	午後2時～

### ②

『ざんねんな名言集』  
真山知幸/著 彩図社



こんな本もありますよ

- 『東大式科学牛品』 東京大学奇術愛好会/監修 主婦の友社
- 『めっちゃウケ!かんたん面白マジック』 中里正紀/著 ナツメ社

### ③

『心がやすらぐ神棚スタイル』  
阿部慎也/監修  
長崎祐子+神棚生活研究会/編著  
柏谷匠/写真 フレジヤント社



### ④

『バラと花のトールペイント』  
グティック社



## 読書の窓

### ②

1月28日は、「1」と「28」で「いつわ」という語呂合わせから、「逸話の日」とされています。あまり知られていない人物や物事のエピソードを語り合い、その本質を知る事の大切さを学ぶ事が目的の日なのだそうです。

偉人達のエピソードは、いかにその人物が立派な人間かといった視点から語られる事が多いと思います。しかし、そんな偉人でも、生きること疲れを感じたり、将来への不安を抱えた一人の人間であった事は、あまり知られていないのではないのでしょうか。『ざんねんな名言集』は、偉人達の弱く脆い心が垣間見える言葉ばかりを収録しています。偉人達が「今日もまた仕事で、つらい一日だった」とか、「何をする気もない」などの言葉をもらしていたのかと思うと、私たちとあまり変わらないのだと、少しホッとしてしまいますよね。

偉人伝などでは知ることのできない彼らの人間味溢れる言葉を知って、そのギャップを語り合ってみませんか。(白藤)

## 再生館④セレクト

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。

1月のおすすめ講座は、リサイクル体験講座「メガネケースにトールペイント」です。

今回紹介する本『バラと花のトールペイント』には、使用している筆や絵の具が掲載されているのはもちろんのこと、全作品の描き方を写真で解説。しかも実物大の下絵付きです。ぜひチャレンジしてみてください！

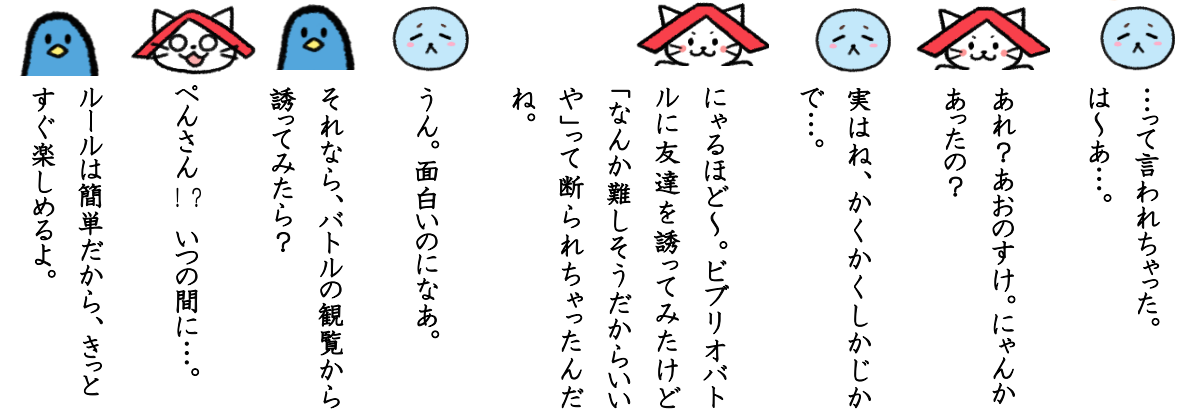
### リサイクル体験講座

「メガネケースにトールペイント」

- 日時：1/30(水) 午前10時～正午
- 対象：区内在住・在勤・在学の方
- 内容：持参したメガネケースにトールペイントを施し、オリジナルの絵柄のケースを作る
- 定員：10名(抽選・当選者のみハガキで通知)
- 費用：300円
- 申込：電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「メガネケースにトールペイント」をハガキ・ファックスで送付
- 期限：1/23(水) 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

# 知的書評合戦 ビブリオバトル

……ってなに？



## ★ビブリオバトルのルール★



やよい図書館 ビブリオバトル  
【日時】第1日曜日・第3土曜日 午後3時～4時  
【場所】中央本町地域学習センター  
2階 フリースペース  
※偶数月の第3土曜日は、カフェテラス  
絵瑠座で行います。

【費用】無料

※カフェテラス絵瑠座で開催の回は、450円  
が必要です。(飲み物代)

【対象】どなたでも

【申込】不要(当日受付)

【問合せ先】やよい図書館 電話：03-3852-1433

ぺんさんありがとう！  
もう一回誘ってみよう！  
よかった。楽しんでもらえるといいね。  
ちなみに、やよい図書館では月2回ビブリオバトルを開催しているよ。  
他の足立区立図書館でも開催しているから、いろんなところに参加してみると、たくさんのお友達に出会えてもって楽しいんじゃないかな。

ふれあいまつりでも毎年開催しています！  
その様子をご紹介♪

## ふれあいまつりでビブリオバトル



紹介された本

- ・『珈琲屋の人々』  
池永 陽／著 双葉社
  - ・『チョコレートコスモス』  
恩田陸／著 KADOKAWA
  - ★『バッタを倒しにアフリカへ』  
前野ウルド浩太郎／著 光文社
  - ・『魂の駆動体』  
神林長平／著 早川書房
- ★がチャンプ本です。

10月28日(日)に、「ふれあいまつり」で「ビブリオバトル」を開催しました！事前に申し込んで下さった方、飛び入り参加の方や職員を含め4名のバトルが集まりました。  
最初に紹介されたのは、喫茶店を営む主人公と、その店を訪れる人々との交流を描いた連作短編集『珈琲屋の人々』。つづいて職員が紹介したのは、2人の少女がメインとなる演劇を舞台にした小説『チョコレートコスモス』です。次に、やよい図書館でのビブリオバトルに初めて参加する方が持ってきた本は、タイトルも表紙のインパクトも強い『バッタを倒しにアフリカへ』。著者の「手離せる夢は夢じゃない」という言葉に、自分の夢や将来について考えさせられたと語ってくれました。そして最後に、SF小説の『魂の駆動体』を常連の方が紹介してくれました。主人公と友人の互いに支え合っている関係性が魅力的なんだとか。  
今回のチャンプ本は『バッタを倒しにアフリカへ』に決定！紹介されたその後の話が気になる方が多く、たくさん質問が飛び交っていました。

(生盛)



### 中央本町住区センター

Tel.03-3852-1434  
休館日：1～3・6・13・14・  
20・27

◆悠々館◆  
「楽しく脳トレ、  
無理なく続けていきいき体操」  
1/16 (水)  
午後 1 時～3 時

◆児童館◆  
「昔遊び(こま、ペイゴマ、お手玉など)」  
1/8 (火)  
午後 4 時～  
対象：小学生以上



### 青井住区センター

Tel.03-3852-3750  
休館日：1～3・6・13・14・  
20・21・27

◆悠々館◆  
「シニアスクール 新春おたのしみ会」  
1/26 (土)  
午後 1 時 30 分～

◆児童館◆  
「むかしあそび」  
1/22 (火)～26 (土)  
午後 2 時～4 時  
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：1～3・6・13・14・  
20・27・28

◆悠々館◆  
「節分(豆まき)  
五反野祭囃子保存会公演」  
2/2 (土)  
午後 2 時～

◆児童館◆  
「万華鏡を作ろう」  
1/9 (水)  
午後 2 時～4 時  
受付：午後 1 時 55 分～3 時 30 分  
対象：小学生

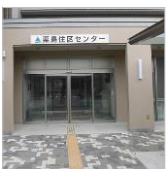


### 弘道住区センター

Tel.03-3840-9354  
休館日：1～3・6・13・14・  
20・21・27

◆悠々館◆  
「うたごえ住区ぼっくす」  
1/12・26 (土)  
午後 1 時 30 分～3 時  
対象：60 歳以上

◆児童館◆  
「こどもカフェ」  
1/23 (水)  
午後 2 時～3 時  
対象：小学生



### 栗島住区センター

Tel.03-3848-3471  
休館日：1～3・6・13・14・20・  
21・27

◆児童館◆  
「新年おめでと会」  
1/9 (水)  
午後 2 時 30 分～4 時  
対象：小学生以上

## 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。

## 足立区生物園

## イベント情報

### 「ポニー乗馬」



東武動物公園で人気のポニー、ポコちゃんが  
やってくる！公演の草地広場をポコちゃん  
の背中に乗って颯爽とお散歩してみよう！  
※午前 10 時 30 分と午後 1 時にそれぞれの  
整理券を配布します。

1/27 (日)  
午前 10 時 30 分～正午  
午後 1 時～3 時  
定員：1 日 120 人程度  
対象：小学生 1 年生以下  
※保護者同伴  
料金：200 円(入園料不要)  
場所：元漕江公園

【足立区生物園】

〒121-0064 足立区保木間 2 丁目 17-1

TEL: 03-3884-5577 FAX: 03-3884-8996 HP: <http://seibutuen.jp>



# ギャラクシティ

GALAXCITY

# NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

## ドームフェスタウィーク 特別イベント

### J-WALT PERFORMANCE lucid Dreamscapes 2019 in Tokyo JAPAN

2019 年 2 月 16 日(土) 午後 7 時～午後 8 時 30 分(入場 午後 6 時 45 分)

コンピューター、音楽、映像を組み合わせた新しい時代の総合  
芸術家 J-Walt によるエンターテインメントショーを開催。  
リアルタイムでドームに映像を生成しながらのパフォーマンス  
は必見です。



料金 【大人】500 円 【小中高生】100 円

※特別イベントのため年間パスポートと  
1 日券はご利用いただけません。  
※開始時間を過ぎてのご入場はできませんので、  
ご注意ください。

場所：ギャラクシティまるちたいけんドーム  
対象：小学生以上(中学生以下は保護者同伴)  
定員：170 名

まるちたいけんドーム星空ピアノコンサート

「即興演奏家 **ERIC ARON** vs **プラネタリアン**」

2019 年 2 月 23 日(土) 午後 7 時～午後 8 時 30 分(入場 午後 6 時 45 分)

フランス出身で世界的に活躍するピアニストで即興演奏家の  
Eric Aron 氏の演奏会をプラネタリウムで開催します。  
星にちなんだ、多くの方々に親しまれる曲も演奏しますが、  
プラネタリアンが繰り出す映像と即興演奏で応じる「対決」  
がメインイベント。世紀の対決を見逃さないように！



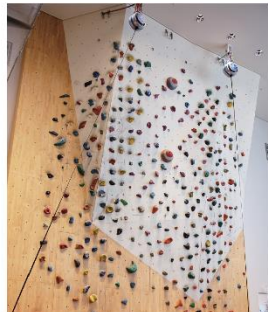
料金 【大人】500 円 【小中高生】100 円

※特別イベントのため年間パスポートと  
1 日券はご利用いただけません。  
※開始時間を過ぎてのご入場はできませんので、  
ご注意ください。

場所：ギャラクシティまるちたいけんドーム  
対象：小学生以上(中学生以下は保護者同伴)  
定員：170 名

### クライミング連続講座

プロのインストラクター  
から学べます！



全て水曜開催!!

土日祝に開催され、毎回好評の  
がんばるウォール。今回はプロの  
インストラクターが教える、特別  
プログラムとして登場です！

大人入門  
コース  
午後 7 時 15 分～午後 9 時 15 分  
① 2 月 6・13 日 ② 3 月 6・13 日

【対象】高校生以上  
【参加費】4,000 円(初回一括払い)  
【事前申込制】  
① 1 月 12 日(土) ② 2 月 9 日(土)

【場 所】がんばるウォール 【定 員】各回 10 名  
【持ち物】履きなれた靴(革靴、サンダル、長靴等は不可)  
動きやすい服装(スカート不可)

【講 師】柴田朋広(日本山岳ガイド協会認定フリークライミングインストラクター)  
※応募の際は必ず募集要項の詳細をHPにてご確認ください。http://www.galaxcity.jp/

小学生  
中学生  
コース  
午後 5 時～午後 6 時 30 分  
① 1 月 23・30 日 ② 2 月 6・13 日  
③ 2 月 20・27 日 ④ 3 月 6・13 日  
⑤ 3 月 20・27 日

【対象】小学生・中学生(小学 2 年生以下は保護者同伴)  
【参加費】1,000 円(初回一括払い)  
【事前申込制】① 募集中 ② 1 月 12 日(土)  
③ 1 月 27 日(日) ④ ⑤ 2 月 9 日(土)

大人初級  
コース  
午後 7 時 15 分～午後 9 時 15 分  
① 1 月 23・30 日 ② 2 月 20・27 日  
③ 3 月 20・27 日

【対象】高校生以上(トップロープクライミング経験者)  
【参加費】4,000 円(初回一括払い)  
【事前申込制】① 募集中 ② 1 月 27 日(日)  
③ 2 月 9 日(土)

### 青島広志のおしゃべりコンサート

### 音楽劇 パールギョントの大冒険

西新井版



「世界一受けたい授業」や  
「題名のない音楽会」などの  
テレビ番組でおなじみの青島広志が贈る、  
手に汗を握る大興奮の音楽会！  
世界中を旅するパールの大冒険に、お誘いします。

2019  
日時 2月11日(月・祝)  
開演 午後 2 時(開場 午後 1 時 30 分)  
西新井文化ホール(ギャラクホール)

出演  
青島広志 小野つとむ 横山美奈  
江口二美 小山啓久 松村一郎  
新井本志のぶ 谷口宏樹 飯田克哲

料金  
【一般】2,500 円 【高校生以下】1,500 円  
【足立区民】2,200 円 【友の会】2,000 円

チケット  
発売中

詳細・申込は公式HPまで



【住 所】〒123-0842 東京都足立区栗原 1-3-1

【アクセス】東武スカイツリーライン西新井駅下車、東口から徒歩 3 分

【開館時間】午前 9 時～午後 9 時 30 分(こども体験エリアは午後 6 時まで)

【休 館 日】毎月第 2 月曜(祝日の場合は翌日、8 月を除く)、元日 ※1・3・9 月に連続休館あり

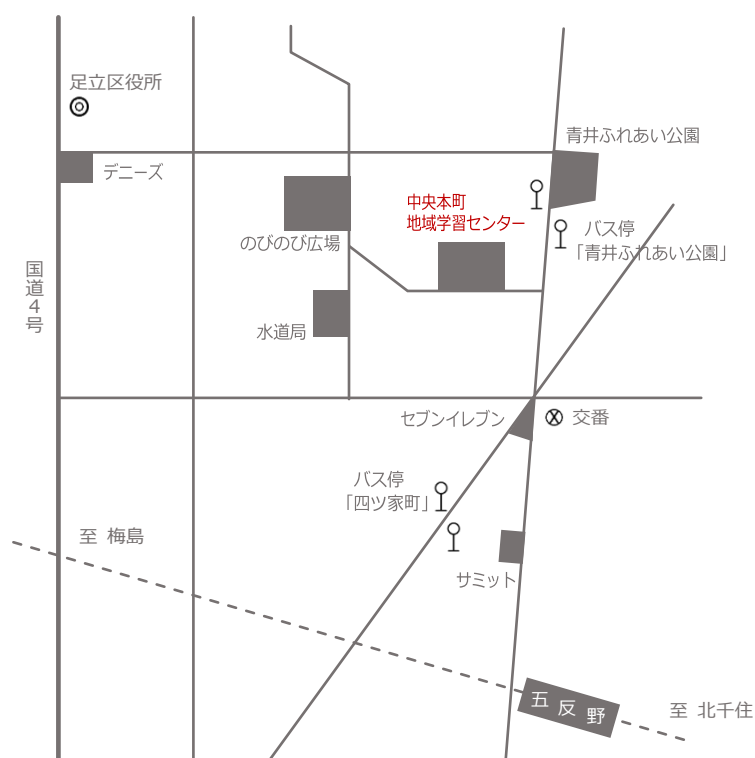
【お問い合わせ】Tel 03-5242-8161 Mail [info@galaxcity.jp](mailto:info@galaxcity.jp)

最新情報・詳細は WEB へ！

Q ギャラクシティ 検索

イベント内容に変更になる可能性があります。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れます。



◆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・体育館・やよい図書館  
「オアシス」2019.1月号 vol. 363 (毎月1日発行)

休館日／(センター) 1/1 (火) ～4 (金)・15 (火)

(図書館) 1/1 (火) ～4 (金)・15 (火)・31 (木)

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

責任／ヤオキン商事株式会社



Twitter

Blog



Facebook



LINE



足立区

「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