

3月

oasis

おはじきサラリ入門



3月表紙 チンゲン菜のβカロテンで免疫力アップ

レツツ・エンジョイ！バウンドテニス 第103回サークル紹介

今月のサロン・講座紹介

足立見 足立区立郷土博物館

他施設イベント情報



年8回開催される大会

運動不足・ストレス解消に



中央本町BTクラブは、昭和60年頃に開催された足立区主催のバウンドテニスの企画を発端とし、その後、現講師の花井さんの尽力で設立されました。現在は、毎週火曜日、中央本町体育館で活動しています。

活動内容は、コートのセッティングを行った後、準備体操を行い、ウォーミングアップのストローク（ボールをワンバウンドさせて打つプレー）を楽しみます。その後、試合形式の練習を行い、練習後は、オフティング、整理体操を終えて終了となります。

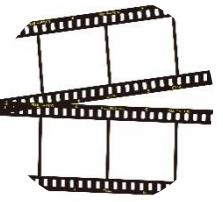
中央本町BTクラブでは、年間8回もの大会を開催しており、毎週の練習で培われた技量を発揮できる場が多く設けられています。特に、12月開催の中央本町大会（クリスマス大会）では、100人近くの参加者がおり、大いに盛り上がります。

現在、中央本町BTクラブでは、更なる発展のため、会員を募集しています。練習も一つひとつ細かく教えてもらえるので、初心者やラケットを持ったことがない方でも大丈夫です。これからスポーツに夢中で打ち込みたい方、バウンドテニスに興味がある方、中央本町BTクラブと一緒に楽しみませんか？

第103回 中央本町BTクラブ

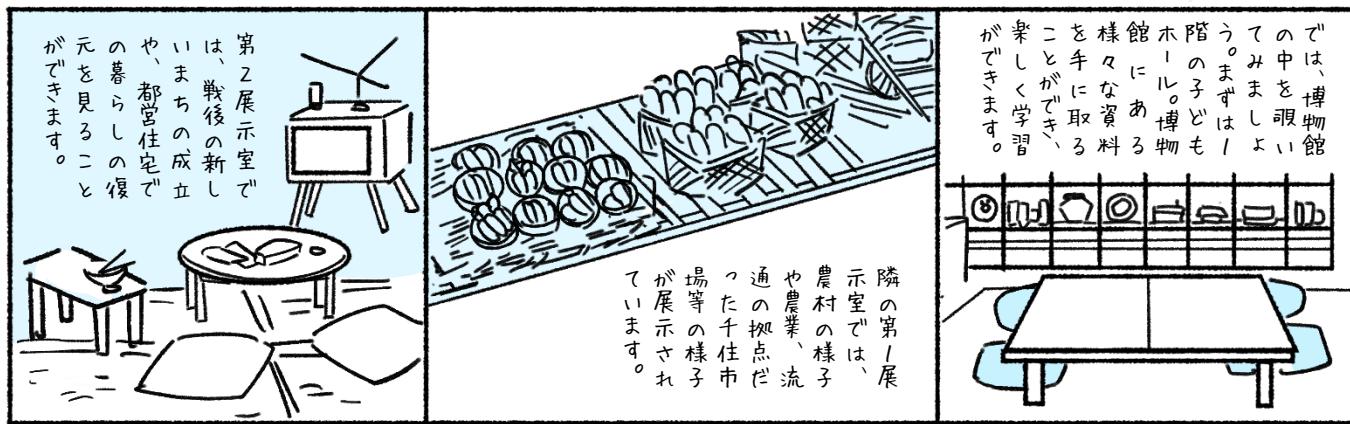
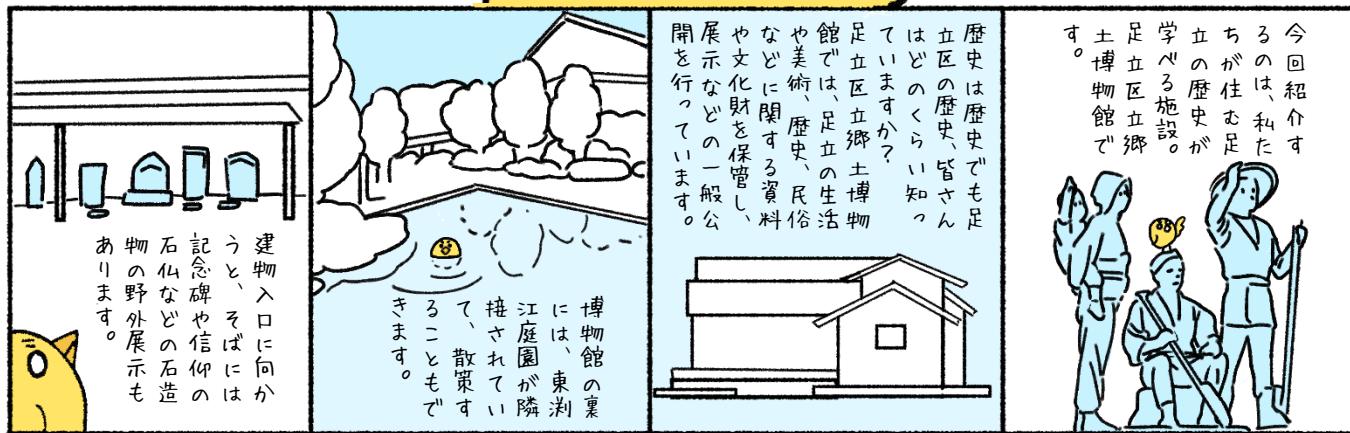
活動日：毎週火曜日
時間：午後0時30分～3時
入会金：1,000円
月会費：2,500円
連絡先：080-5022-5903(中島)



ITサロン  <p>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。 3/9・23（土） 午後2時～4時 料金：200円</p>	将棋サロン  <p>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。 3/14・28（木） 午後6時～9時 料金：200円</p>	あもちゃんの病院  <p>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。 3/17（日） 午後1時～4時 料金：無料</p>
あはなし会  <p>絵本の読み語りをします。 毎月第2水曜日。 3/13（水） 午後3時30分～4時</p>	やよい図書館 ビブリオバトル  <p>好きな本を熱く語り合うビブリオバトルを行います。 3/3（日）・16（土） 午後3時～4時 料金：無料</p>	ママ・パパのための あうちえほんタイム  <p>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） 3/13（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</p>
俳句と短歌のサロン  <p>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。 3/17（日） 午後2時～4時 料金：無料</p>	人権啓発 上映会  <p>人権に関する映像作品を上映します。 3/30（土） ①午前11時～ ②午後2時～ ③午後6時～ 料金：無料</p>	あかちゃんあはなし会  <p>ママと一緒に絵本を楽しめます。毎月第3・4木曜日。 3/21（木・祝） 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 3/28（木） 0歳～3歳向け 午前11時～11時20分</p>
大あはなし会  <p>絵本の読み語りや工作などを行います。毎月第4水曜日。 3/27（水） 午後3時～4時</p>		



足立区立郷土博物館



今月の募集講座

こども体操 A 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。
4/16 (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

インドカレー店 BINITA で「ナン焼きグランプリ」に挑戦



持ち寄った具材と生クリームでデコレーション。
4/20 (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人以上追加料金)

声を出してよむ古典 源氏物語・玉臺



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。
4/3・17 (水)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上
定員：25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。
4/3 (火)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上
定員：25人
料金：無料

こども体操 B (全5回)



有機農業を基軸に、春夏野菜を種から育てます。
5/12、6/2、7/7、8/4 (日)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：10人
料金：1,040円

こども体操 A (全5回)



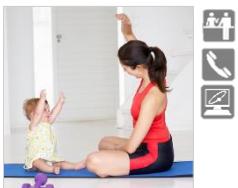
器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。
5/7～6/4 (火)
午後3時30分～4時30分
対象：4歳～就学前の子ども
定員：40人
料金：2,050円

こども体操B 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。
4/16 (火)
午後4時40分～5時40分
対象：小学1～4年生
定員：40人
料金：410円

ママ&バーリズムピックス (全7回)



リズム体操を通して、産後の体を引き締めましょう。
5/13～7/1 (月)
(6/10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：4,340円

3月26日(火)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：TEL 03-3852-1431

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



※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。

ビブリオバトル

(1)

1月19日(土)開催

今回はフリースペースでの開催でした。初参加の方を含め、3人でのビブリオバトルとなりました。

最初に紹介されたのは『The M ANZA』(あさのあつこ／作・ジャイブ)。対照的な2人がお笑いコンビを組むという物語に参加者も興味津々の様子でした。

初参加の方が紹介してくれたのは『思考の整理学』。なぜ朝に勉強した方が良いのか、という疑問の解説が詳しく書かれており、自分の頭の中の事をよく知ることができる一冊だと語ってくれました。

最後を飾ったのは『老ウォールの惑星』(小川一水／著 早川書房)。遠く離れた星に不時着してしまった主人公の心情に、深く感情移入しながら読んだ本だそうです。

今回のチャンプ本は『思考の整理学』でした。人に紹介することで読んだ本の印象が強く残るので、また参加してみたいと語ってくれました。

(白藤)

ニッポンの文化探訪③

文化探訪

3月の伝統行事といえば、ひな祭り。女の子の健やかな成長を願うこの行事では、ひな人形を飾ります。

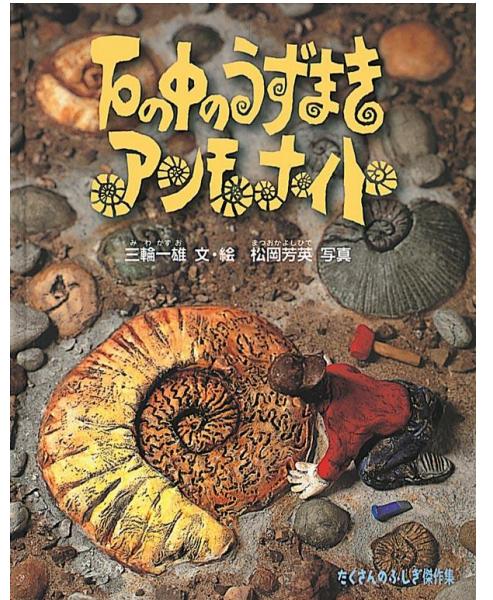
ひな人形で目を引くのは、やはり華やかな衣装の女雛かと思します。平安時代に完成された十二单は、何枚もの着物を重ねる儀礼・正装その重ね着の配色(かさねの色目)によって、季節や自然の様子を表現していました。着ている人のセンスが表れるものでもあったとか。

『和の色のものがたり』では、季節ごとに分けてかさねの色目を紹介しています。日本の伝統色の名前には、植物など自然が由来になっているものが多くあります。さらに、例えば「梅」とつくものだけでも、紅梅、蒼紅梅、一重梅など、濃淡の微妙な違いによっていくつもの種類があるようです。昔から自然に対して繊細な感覚を持っていたことが分かりますね。

自宅におひな様を飾っている方は、ぜひ着物の色をじっくり見てみてください。(松野)

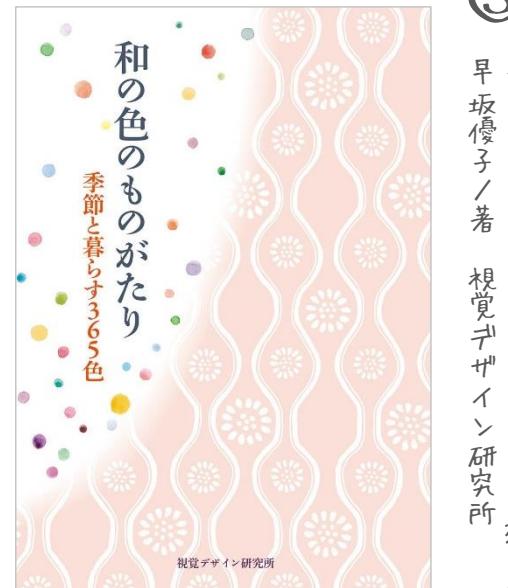


やよいTOPIX 本と出会う。



(4)

石の中のうずまきアンモナイト
三輪一雄 文・絵 松岡芳英 写真
福音館書店

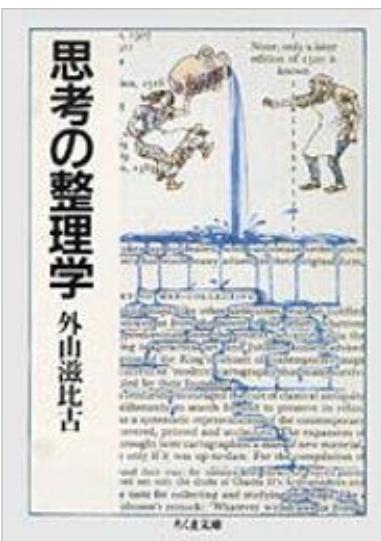


(3)

和の色のものがたり 季節と暮らす365色
早坂優子 著 視覚デザイン研究所
福音館書店



(2)
クラシック音楽
一曲も聴いたことのない人のための
超入门書
中川右介 著 青春出版社



(1)
思考の整理学
外山滋比古 著 琉球書房

◆ やよい図書館	3日 午後3時~
◆ 梅田図書館	16日 午後3時~
◆ 東和図書館	2日 午後3時40分~
◆ 鹿浜図書館	2日 午後4時15分~
◆ 竹の塚図書館	16日 午後2時~
	21日 午後3時~

リサイクル体験講座「アンモナイトのレプリカ作り」	
■ 日時:	3/23 (土) 午後1時~2時30分
■ 対象:	区内在住、在学、在勤の5歳以上の方 (小学3年生以下は保護者同伴)
■ 内容:	木くずをリサイクルした粘土でアンモナイトのレプリカを作ります。
■ 定員:	30名(抽選・当選者のみハガキで通知)
■ 費用:	200円
■ 持物:	ハサミ、粘土用ヘラ
■ 申込:	電話・窓口または住所、氏名(フリガナ)、電話番号、「アンモナイトのレプリカ作り」をハガキ・ファックスで送付
■ 期限:	3/16 (土) 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

再生館

(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。

3月のおすすめ講座は、リサイクル体験講座「アンモナイトのレプリカ作り」です。アンモナイトは太古の海に生きた生き物です。今回紹介する本「石の中のうずまきアンモナイト」では、アンモナイト化石のさまざまな魅力が書かれており、実際に化石探しをしてみたりなります。ぜひ読んでみてください。

3月のおすすめ講座は、リサイクル体験講座「アンモナイトのレプリカ作り」です。アンモナイトは太古の海に生きた生き物です。今回紹介する本「石の中のうずまきアンモナイト」では、アンモナイト化石のさまざまな魅力が書かれており、実際に化石探しをしてみたりなります。ぜひ読んでみてください。

本書はそんな「クラシック音楽を知つてはいるけど…」と思っている方に読んでもらいたい一冊です。「そもそも本格的なクラシック音楽とは何か?」という疑問から始まり、どんなコンサートに行けば良いのか、CDの選び方やより理解するための歴史も解説されています。読み進めていくと、どんどんクラシックに対する入り観がなくなっていく、私もCDを探してみたりなりました。(生盛)

3月19日は何の日か、皆さんご存知ですか?

この日は1991年に「3(ミュージック)」の語呂合わせから、日本音楽協会ユニオンによって「ミュージックの日」と制定されました。それにちなんで今日は「クラシック音楽」を紹介したいと思います。

クラシック音楽はCMや運動会のBGMなど、様々な場面で耳にする機会が多くありますよね。私も有名な曲はいくつか知っていますが、どうやって楽しむものなのか分からず、長い間「クラシック音楽」よく分からない」という先入観がありました。

クラシック音楽はCMや運動会のBGMなど、様々な場面で耳にする機会が多くありますよね。私も有名な曲はいくつか知っていますが、どうやって楽しむものなのか分からず、長い間「クラシック音楽」よく分からない」という先入観がありました。

読書の窓

(2)

3月19日は何の日か、皆さんご存知ですか?

この日は1991年に「3(ミュージック)」の語呂合わせから、日本音楽協会ユニオンによって「ミュージックの日」と制定されました。それにちなんで今日は「クラシック音楽」を紹介したいと思います。

クラシック音楽はCMや運動会のBGMなど、様々な場面で耳にする機会が多くありますよね。私も有名な曲はいくつか知っていますが、どうやって楽しむものなのか分からず、長い間「クラシック音楽」よく分からない」という先入観がありました。

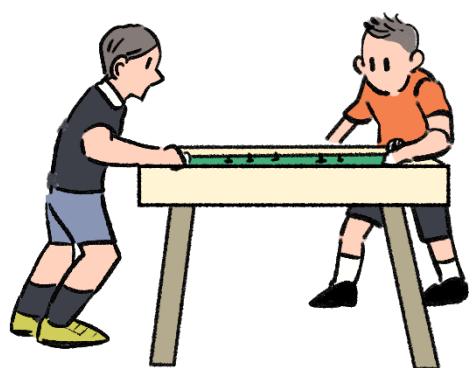
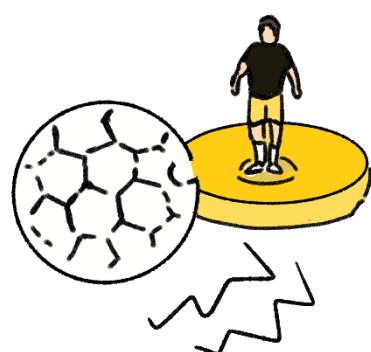
クラシック音楽はCMや運動会のBGMなど、様々な場面で耳にする機会が多くありますよね。私も有名な曲はいくつか知っていますが、どうやって楽しむものなのか分からず、長い間「クラシック音楽」よく分からない」という先入観がありました。

おはじきサッカー



●攻撃側のルール

選手の駒をはじいてボールに触れなかったら攻守の交代。また蹴ったボールが守備選手に触れても攻守の交代となります。同じ駒の選手は3回までしかはじけません。

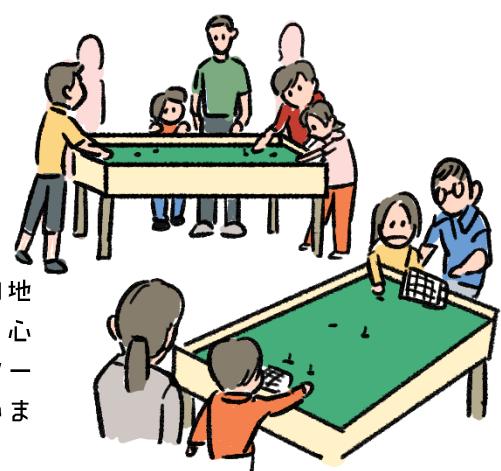


●守備側のルール

守備側の駒は自分からボールに触れることができません。攻撃側が1回ボールをはじいたら、次の攻撃までに守備側も1回はじくことができます。



●守備側のシューティングエリアを越えたらゴールに向かってシュートがうでます。

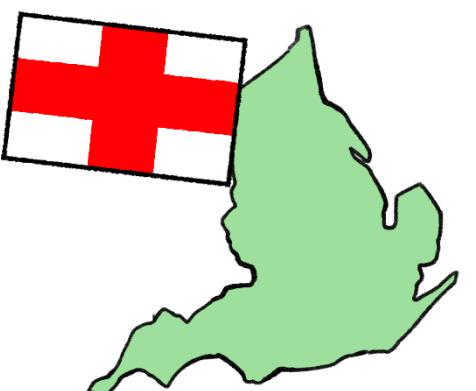


中央本町 おはじきサッカー体験会

フリースペースでおはじきサッカーの体験を行います。
4/6(土) 4/14(日)
午後2時~4時
対象: 小学生以上
定員: 10人
料金: 無料



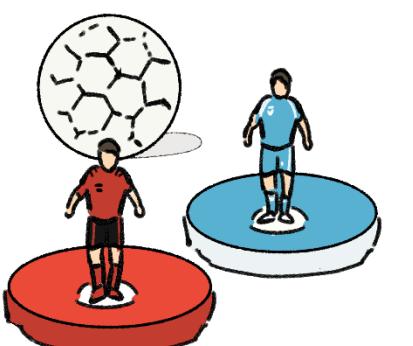
●足立区では、新田地域学習センターを中心に、おはじきサッカーが盛んに行われています。



●誕生はサッカーの母国イングランドでされました。海外ではSubbuteo(サブティオ)と呼ばれ親しまれています。



●欧米で人気高く、オリンピック競技に登録されている国もあるほど。毎年ワールドカップも開催されています。



●選手のフィギュアが乗ったおはじき。実際のサッカーと同じ1チーム11人の駒で戦います。



●おはじきをはじくのは、人差し指か中指。

「おはじきサッカー」は、小さなサッカー選手が乗ったおはじきをはじながら、ボールを運んでゴールを決める、テーブルサッカーゲームです。中央本町センターでは、4月から第1土曜日と第2日曜日に、おはじきサッカーの体験会を開催します。一体どんなゲームなのか、起源やルールを簡単に紹介します。



中央本町住区センター
TEL03-3852-1434
休館日：3・10・11・17・21・
24・25



五反野コミュニティセンター
TEL03-3886-2643
休館日：3・10・11・17・24・
25・31

◆ 悠々館 ◆
「歌声サロン」
3/16 (土)
午後 2 時～

◆児童館◆
「ベーゴマ大会」
3/27 (水)
午後 2 時～
持ち物：持つていれば自分のベーゴマ



青井住区センター
TEL03-3852-3750
休館日：3・10・17・18・21・
24・25



弘道住区センター
Tel03-3840-9354
休館日：3・10・11・17・21
24・31

◆悠久館◆
「誕生会」
3/29（金）
午後1時30分～
申込：3/4（月）～3/16（土）
※12～3月生まれの方をお祝いしますが、
お誕生日でない方も参加できます

◆児童館◆
「アイロンビーズ」
3/25(月)~27(水)
午後1時30分~4時

「木のお医者さんになろう！」



木のお医者さんである「樹木医」を招いて、実際にどんな視点や道具を使って樹木の状態を診断しているか体験できます。

3/31 (日)
午前 11 時～正午
対象：小学生以上
定員：15 人
料金：無料※別途入園料
場所：元渕江公園 草地広場

【足立区生物園】

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

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懇々館。イベントの紹介です。



ギャラクシティ
GALAX CITY

NEWS

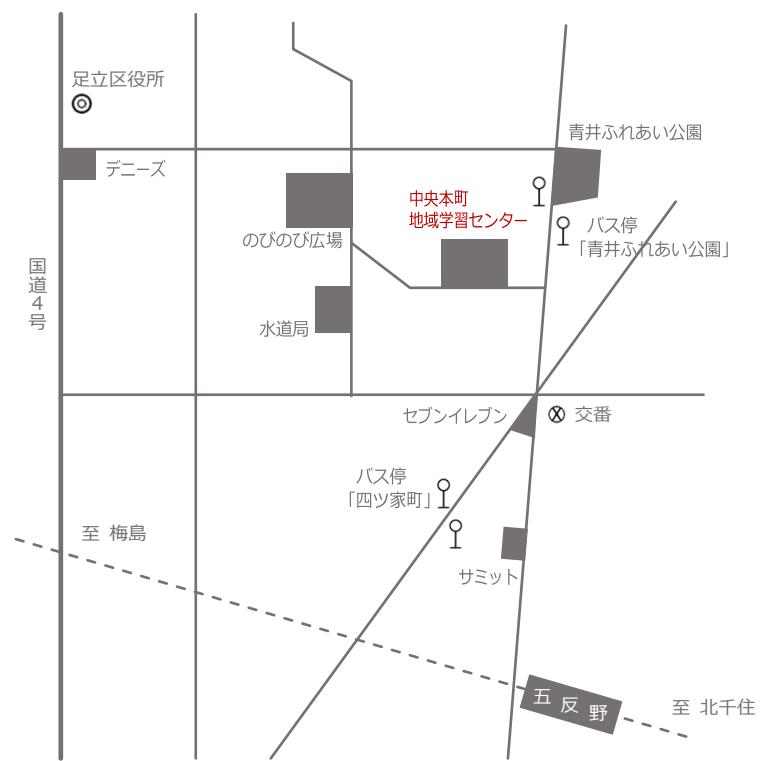
ギャラクシティのエンターテインメント



【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

【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（どこも体験エリアは午後 6 時まで）
【休館日】毎日第 2 曜曜日（祝日の場合は翌日、2 月を除く）、二月、三月、四月の連続休館日

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・体育館・やよい図書館

「オアシス」2019.3月号 vol. 365 (毎月1日発行)

休館日／(センター) 3/11(月) (図書館) 3/11(月)・31(日)

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

Twitter

HP

Facebook

LINE

「美しいまち」は「安全なまち」

ビューティフル・ウインドウズ運動展開中 足立区

足立区