

オキモトウォーカー OKIMOTO Walker

地域情報紙 毎月1日発行

No. 117

新春号
2017

TAKE FREE!

新年明けまして

おめでとうございます

株式会社ティー・エム・エンタープライズは
安全で清潔な空間と親切で丁寧なコミュニケーション
であなたの「知りたい」「学びたい」「運動したい」を
応援します！

《写真》今年の主役は酉！！

おきりんと一緒に(*^_^*)



AED 設置施設

Automated External Defibrillator
(自動体外式除細動器)

当センターはお客さまの安全にも心がけて
おります。安心してご利用ください。

情報ノート

お申込みは 12 月 26 日(月)午前9時より受付開始！
お問合せ 03-3889-0370 まで

16歳以上

子連れ OK インナービューティーヨガで ぽかぽか冷え改善

naoco*
1 月 14 日 (土) 24・31 日 (火)
11:00~11:40
対象：16 歳以上
定員：各 10 名
費用：1 回 810 円 (保険料込み)
※各日申込みが必要です。



歌声サロン in 興本

今井 美代子
1 月 22 日 日曜日
13:30~15:00
対象：16 歳以上
定員：30 名
費用：200 円 ※当日受付



気軽に踊ろう誰でもズンバ

渡邊 由紀
1 月 15・22・29 日 日曜日
16:00~17:00
対象：16 歳以上
定員：各 35 名
費用：1 回 810 円 (保険料込み)
※各日申し込みが必要です。



ガーデンサロン in 興本

檜崎 悠也
1 月 23 日 月曜日
10:00~12:00
対象：16 歳以上
定員：10 名
費用：無料



子連れ・マタニティさん OK はじめてヨガ

naoco*
1 月 24・31 日
火曜日 計 2 回
10:00~10:40
対象：16 歳以上 (妊婦の方は医師と家族の了承が必要)
定員：10 名
費用：1,500 円 (保険料込み)



明るくいいきき！スポーツ吹矢 A・B

サザンさわやか倶楽部
A：2 月 6・13・27 日
月曜日 計 3 回
B：2 月 1・8・22 日
水曜日 計 3 回
13:30~15:30
対象：16 歳以上
定員：各 25 名
費用：A 1,750 円 (教材費込み)
B 1,750 円 (教材費込み)



大人のためのきれいな字の書き方

「写経編」(託児付き)

土田 恵子
2 月 3・10 日
金曜日 計 2 回
13:30~15:00
対象：16 歳以上
定員：12 名 (内託児 4 名)
費用：託児なし
1,300 円
託児付き (6 カ月~3 歳の子ども)
2,320 円 (保険料込み)



簡単だから続けられる セルフボディメンテナンス (託児付き)

馬場 円
2 月 6・13・27 日
月曜日 計 3 回
13:00~14:00
対象：16 歳以上の女性
定員：10 名 (内託児 4 名)
費用：託児なし
1,530 円 (保険料込み)
託児付き (6 カ月~3 歳の子ども)
3,060 円 (保険料込み)



情報ノート

お申込みは 12 月 26 日(月)午前9時より受付開始！
お問合せ 03-3889-0370 まで

親子・子ども

興本フリースペース

子ども見守りボランティア
1 月 7~28 日
毎週土曜日
13:00~15:00
対象：小学生
定員：各 20 名
費用：無料 ※受付不要



英語大好キッズになろう！A・B

山内 陽子
1 月 23 日~3 月 13 日
月曜日 計 6 回
A：10:00~10:50
B：11:10~12:00
対象
A：1 歳 6 カ月以下の子どもと保護者
B：1 歳 7 カ月~3 歳の子どもと保護者
定員：各 12 組
費用：各 4,800 円 (教材費保険料込み)



ママリフレッシュ

赤ちゃんすやすやベビーダンス

山本 亜紀子・石場 晃子
1 月 25 日、2 月 1・22 日
水曜日 計 3 回
11:15~12:30
対象：首の据わって抱っこ可能な
3 カ月~2 歳の子どもと保護者
定員：12 組
費用：3,000 円 (保険料込み)



書道教室

~きれいな字を身に付けよう~ A・B

柳川 恵子
1 月 31 日 火曜日
A：16:15~17:05
B：17:15~18:05
対象：小学生
定員：各 6 名
費用：700 円



ママの産後ボディケア& ベビーマッサージ

村上 美智子
2 月 8・15 日 水曜日
10:30~12:00
対象：2~10 カ月の子どもと母親
定員：各 10 組
費用：1 回 1,300 円
(教材費・保険料込み)
※各日申込みが必要です。



フルートミニコンサート in 興本

演奏：上野 ひろみ
1 月 15 日 日曜日
10:30~11:00
対象：どなたでも
費用：無料 ※受付不要
会場：1 階 ホール

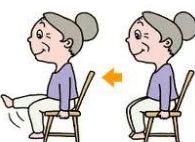


強い心身を作ろう「空手教室」

星 智
2 月 3 日~3 月 31 日
金曜日 計 9 回
19:00~20:30
対象：小学生以上
定員：20 名
費用：4,410 円 (保険料込み)



その他



貴方におすすめ♡

講座紹介！

12/26(月)
受付開始!

デジタル一眼レフカメラ 初心者セミナー

小貝 明生
1月22日 日曜日
10:30~12:00
対象：16歳以上
定員：10名
費用：525円



デジタル一眼レフカメラの使い方を初心者向けにレクチャーします。
実際にカメラ・機材に触れながら、デジタル一眼レフカメラ、写真撮影の面白さを伝えていきます。
カメラはレンタルしますので、購入を検討されている方の体験教室としても最適です。



わがまちの仏像・神像めぐり 豪商冬木屋の名残りー田中稲荷神社と冬木弁天堂

多田 文夫
2月19日 日曜日
13:30~15:30
対象：16歳以上
定員：10名
費用：230円（保険料込み）



前半は講義で深川の材木商・冬木屋と冬木屋が活躍した時代について学び、後半は別邸敷地内にあった田中稲荷神社と冬木弁天堂を訪れます。

長寿健康増進事業

後期高齢者医療被保険者証をお持ちの75歳以上の方を対象とした、無料でご参加いただける講座です。

本と音楽を味わう朗読コンサート

出演：荒川 奈月、大津 さやか 他
2月19日 日曜日
14:30~15:30
定員：30名

お話の中に音楽を、音楽の中にお話を盛り込むことで、その世界観が広がり、楽しんでいただける内容となっております。



OKIMOTO Walker 図書ページ



本のメロディー



2017年
1月号



賀春



今年も興本図書館のご利用を 心よりお待ちしております



百人一首大会

歌を覚えて百人一首を楽しもう！大会まで、窓口で「百人一首覚えるシート」を配布します。

【日時】1月15日（日）
13:30~15:00

【場所】2階 教養室(和室)

【対象】小学生以上の方

【定員】18名

【申込】興本図書館窓口・電話にて受付中



ゆるい読書かふえ

伊坂 幸太郎／著『PK』について感想などを語り合います。また、自分が好きな本1冊を参加者のみなさんに紹介します。

【日時】1月21日（土）
14:00~16:00

【場所】2階 第1学習室

【対象】16歳以上の方

【申込】各センター窓口・電話にて受付中

えほんdeほんわかい

午後のひと時をお茶を飲みながら和やかな雰囲気でお話をしたり、聴いたりして楽しみませんか？

【日時】1月24日（火）
13:00~16:00

【場所】2階 第2学習室

【対象】16歳以上の方

【申込】当日受付（直接お越しください）

今月の特集棚

大人 芥川賞・直木賞
笑う門には福きたる

ティーンズ 家族
開運

児童 とりどしだよ
ユーモア

本ページ掲載事業は費用無料
【問合せ・申込】 興本図書館3889-0370

新刊棚

毎月数多く入る新刊の中からピックアップしてご紹介します！

一般

『世界の個性派カフェ&レストラン』

PIE BOOKS／編著 パイインターナショナル

あなたはどの店に行ってみたいですか？

まるで宮殿のように精巧な造りのカフェや、海中の岩の上に建つ一軒家のレストラン、洞窟の中にあるレストランなど、世界各地のめずらしいカフェやレストランを美しい写真で紹介しています。



ティーン

『E 高生の奇妙な日常』

こんな日常ありえない！

田丸 雅智／著 角川春樹事務所



感情が高まると体が燃えはじめる生徒や、自分で考案した肉体改造に挑戦して身体の中に本物のばねを作る生徒、常識破りなテニスの練習に着手する生徒たち等が登場。日常ではありえないE高生たちの奇妙な日常を描いたショートショートストーリー。1話1話が短いのでサクサク読めます。

じどう

『百人一首人物大事典』

渡部 泰明／監修 グラフィオ／編 金の星社

丸暗記だけじゃ、つまらない



自分が覚えた百人一首の歌は、どんな人がよんだのか調べてみよう。伝説の美女？ それとも琵琶が上手な貴公子？ 歌の意味だけでなく歌をよんだ人を知ること、百人一首がもっと楽しくなることまちがいなし！

えほん

『たまちゃんとあかちゃん』

たまちゃんは、あかちゃんのおねえさん

どい かや／さく 学研プラス

ねこのたまちゃんのおうちに、あかちゃんがやってきました。はじめてみるあかちゃんに、たまちゃんはきょうみしんしん。ときどきケンカもするけれど、たまちゃんとあかちゃんは、だんだんなかよくなっていきます。



第5回 はっけよい本場所！ ～おすすすめ本対決～ 結果発表

『ドーナツを穴だけ残して

食べる方法 越境する学問

大阪大学シシマカプロジェクト／著
大がらのそく大学講義 大阪大学出版会

209票

ドーナツの穴から何が見える？

「ドーナツを穴だけ残して食べる方法」を大学教授達が専門分野の視点から真剣に考えました。「食べたら穴がなくなる前提自体を疑う」「ドーナツをコーティングして中身を削る」など、教授たちの発想や結論はどれもユーモアなものばかり。

ドーナツの穴を通して、さまざまな学問の姿を覗いてみませんか？



『イン・ザ・プール』

奥田 英朗／著 文藝春秋



142票

悩んでいる人 いらっしゃ～い

いらっしゃ～いの甲高い声で、入った先には、風変りな太っちょ先生が座っていた。

悩んだ末にやってきた精神科で、とんでもない治療法がさく裂する。子どものように無邪気な精神科医と患者の行動に思わず笑いが吹き出します。

なぜか、ひきつけられる伊良部精神科医に相談してみたくなるのです。

『悪党たちは千里を走る』

82票

貫井 徳郎／著
光文社



犬の誘拐なら安全！だったはずなのに…

3人の詐欺師たちは裕福な家の犬を誘拐して身代金を取ろうと企てる。だが実行前にターゲットの家の子どもに看破されたうえ、「自分を誘拐して親から大金を取る」と狂言誘拐を持ちかけられる。安全に一攫千金を得るはずが、どんどん危険な方向へ進んでいく。

最後まで憎めない詐欺師たちのミステリー。

『恋文の技術』

73票

森見 登美彦／著
ポプラ社



どんな女性も口説き落とせる 恋文の技術ここにあり？

能登半島に島流しにあった大学院生の守田一郎は現実逃避のため友人たちと文通を始める。

主人公も変わり者だが文通相手も個性的な面々ばかり、恋が上手くいくまでパンツを脱がないと神社で願掛けする友人や後輩に服従を誓わせる独裁者の先輩等々。

彼らとの文通内容に思わず笑ってしまうこと間違いなし！

図書館HPのお知らせ

システムリニューアルのため、平成29年1月5日午前9時から（予定）図書館HPは以下のURLで公開されます。尚、個人貸出カード番号、パスワードは引継いでご利用いただけます。

<http://www.city.adachi.tokyo.jp/chiiikibunka/toshokan/index.html>

*システムリニューアルのため、蔵書検索・予約システムは12/27午後8時～1/5午前9時までご利用できません。ご了承ください。

おきりんくイズ

今月は縁起物（えんぎもの）クイズ！みんなよく知っているまねき猫（ねこ）。よくみると、右手をあげているのと、左手をあげているのがあります。右手をあげた猫は福（ふく）、金運（きんうん）をまねくといわれていますが、左手をあげた猫は何をまねくといわれているでしょうか。

①もち ②かみさま ③ひと

答えは、図書館にはりだすりん！
くわしく知りたい人は『縁起物 福を招くかたち 日本のたしなみ帖 和ごころ、こと始め。』をよんでね。

オススメ雑誌紹介コーナー

ひときわ目立たない（？）素朴な表紙に引き寄せられ、つい手にとりたくなる雑誌『天然生活』。自分の体の声を聴きながら衣食住に気を配り丁寧な生活をする、そんな提案をしてくれる記事が掲載されています。体と心が疲れていると感じたとき、是非読んでみてください。

図書館イベント＆講座案内

★朗読会★

1月14日（土）
13：30～15：00

～作品～

新美 南吉

「おしどり」

齊藤 洋

「七つの季節に」より

「玄関灯の光の中で」

伊藤 桂一

「竹を切る」

★おはなしかい★

まいしゅうすいようび
だいさんどうようび
15：30～16：00

★えいがかい★

1月29日（日）
13：30～14：00

年始休館日
元旦（日）～1月4日（水）
1月休館日
16（月）31日（火）

★あかちゃん おはなしかい★

第1、第3火曜日
1歳半～3歳
10：30～10：50
0歳～1歳半
11：10～11：30

発行日 平成29年1月1日 発行 興本図書館足立区興野 1-18-38 TEL 03-3889-0370

新しい事はじめませんか？

新年明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお願いいたします。🍀

2017年がスタートしました。

新しい年になり、心機一転！何か始めてみたい。趣味を見つけたい。と思う方は多いのではないのでしょうか。そのきっかけ作りとして、ぜひ、興本センターをご活用ください。

興本センターでは、毎月たくさんの講座を開催しています。あだち広報を見ていただいている方もいらっしゃると思いますが、そこに掲載されている講座はごく一部……。では、どこでその他の講座をチェックすればいいの！？というお声をたくさん頂きまして、今回は、そのご案内をさせていただきます。

その1

オキモトウォーカー

本紙、オキモトウォーカーは毎月1日に発行しております。興本センターはもちろん、自治会や町内会にて回覧していただいたり、下記場所にご協力いただき、設置しております。

本紙には、前月26日に受付を開始する講座が全て載っています！その他にも、地域のお店を紹介する『近所のストア紹介』のコーナーや、興本センターで活動しているサークルの紹介。図書館のイベントや地域の情報が盛りだくさん！！あなたに合った、習い事や趣味が見つかるかもしれませんよ♪

設置場所

西新井本町住区センター	西新井栄町住区センター
扇住区センター	興本住区センター
地域包括支援センター「扇」	ザ・プライス西新井店
足立西郵便局	足立本木郵便局
足立本木一郵便局	足立西新井本町郵便局
西新井駅	大師前駅

その2

興本センター公式ホームページ

興本センターの公式ホームページ！

こちらでは、毎月26日受付講座をちょっと早くチェック出来ちゃいます。講座予約サイトへのリンクもありますので、気になった講座にすぐに申し込むことが出来ますよ。オキモトウォーカーのバックナンバーもありますので、見逃した号がありましたらぜひ覗いてみてください。その他、サークル情報なども掲載されていますので要チェックです！

HP：<http://tme-adachi.com/okimoto/>



興本公式ホームページ

その3

興本センター公式フェイスブック

フェイスブックは開設してから約2年になりました。ここでは、翌週の体育館個人利用日を毎週日曜日にアップしています。また、休館日のお知らせ、興本センターや図書館の楽しいイベントなどを配信！皆さまの「いいねっ！」も100を超え、嬉しい限りです。

皆様の「いいねっ！」が、フェイスブック担当の活力となっております。たくさんの「いいねっ！」をお待ちしております。

フェイスブック：

<https://www.facebook.com/okimotocenter/>



興本公式 Facebook

町会イベント報告

興野町会 子ども餅つき大会

興野町会 ～子ども餅つき大会～

11月27日（日）、興野公民館（興野2-1-5）にて午前10時から12時まで、毎年恒例となりました「興野町会 子ども餅つき大会」が行われました。このイベントは、興野町会青少年部が主催しているイベントで、地元の子どもたちがお餅をついたり、つきたてのお餅を振舞ってもらえるイベントです。今年もたくさんのちびっ子たちが集まり、重い杵（きね）を振り上げ頑張ってお餅をついていました。「つきたてのお餅を食べるのは生まれて初めて」「つきたてのお餅は美味しい」と、幸せそうな顔をしていた子どもや「こんなイベントをドンドンしてください」という声も聞かれた楽しいイベントでした。子どもたちがお餅をつくまで、町会の方がお餅を捏ねたり、つきたてのお餅をきなこやあんこに絡めて手際よく調理している姿に脱帽しました。



《写真》子どもたちは、とても楽しそうにお餅をついていました。



《写真》きなこ・あんこ・大根おろし等、1人2個ずつもらえます。とっても美味しいです！

がんばれ足立の子どもたち！

足立区立本木小学校 140周年おめでとう集会

本木小学校は明治10年（1877年）3月10日に創立されました。来年の3月10日で創立からちょうど140年が経過しますが、明治5年の学制発布からわずか5年後の創立は、足立区内の学校の中でも古い方の学校です。実際の創立記念日より少し早く、12月3日（土）午前

に「140周年おめでとう集会」が開催されましたので取材に訪れました。この集会は区長が参加して午後に行われた「創立140周年記念式典・祝賀会」に先立ち開催されたもので、盛大なお誕生会という趣で企画・進行は全て子どもたちの手により行われました。

1年生は巨大バースデケーキをステージに飾り、誕生日を祝う歌を歌いました。2年生は自作のお神輿を繰り出し、3年生は本木小学校の良いところを表現したダンスを披露しました。4年生は明治の小学生と平成の小学生が対話する形式の劇を上演し、5・6年生はお祝いの言葉と午後の式典で述べる言葉を紹介しました。また、集会委員会による本木小学校に関する〇×クイズ20問は会場が熱気に包まれ、全問正解者の姿もチラホラ見受けられました。

創立を祝う集会は10年毎に開催されていて、今回は10年後。今回10年後の自分に宛てて書いた手紙を学校が10年間預かるそうです。10年後がとても楽しみです。



《写真》ステージに飾られた巨大バースデケーキの前で挨拶する飯田校長先生



《写真》お神輿がお祝い気分を盛り上げます。

地域情報

近所のストアー紹介

近所のストアー紹介

子育てカフェ

eatoco～イトコ～

足立区関原 3-5-7
TEL/050-3580-8500
営業日時はHPで
確認してください

今月ご紹介するのは、子育て中の方から高齢者まで、気軽に立ち寄れるコミュニティスペースを提供する「子育てカフェ eatoco」さんへお邪魔してきました。いつでもふらりと立ち寄れる「小さい子とママに優しい居場所があったらいいな」の思いから始まった活動で、2014年に駐車場スペースでマルシェを開催。そこから回を重ねるごとに出店者やメンバーが増え、去年まで本木1丁目のさくら園芸さんを会場に開催されとても賑わっていました。

活動のひとつとして、現在は「イトコラボ」を運営！そこではお金を介さない、モノとモノの交換会「ものくる」が行なわれています。自分にとって「不要なもの」が誰かの「必要なもの」になる。物々交換を目の当たりにし、不思議な感動に包まれました。普通のお店と違い一点物なので、一期一会の出会いに運命を感じます。この日も、縁を大事にする主催者の阿部さんの人柄に惹かれるように、多くの方が気軽に立ち寄っていました。「いろいろやっていますがカフェを作って運営することが最終目標ですので、今後の動向を見守ってください。」との事。足を運んでいただければ大歓迎！HP、フェイスブックをぜひ一度ご覧になってみてください。



《写真》イトコHP（<http://www.eatoco.com/>）で、ラボの営業日時などチェックしてみてください。



《写真》物々交換は1対1で、「誰かに使ってもらえたら」という、壊れた物、生物以外でしたらなんでもOK！



サークル紹介

鳳声会

新たな気持で書道を始めてみませんか。35×135cmの紙に太字で書き初めをします。また日頃の活動としては、半紙に5文字を楷書で書きます。同じ字を行書・草書でも書きますが、その書体ならではの面白みや安定感・流動感などを楽しむ事ができます。小筆では、実用的で生活に役立つ細楷（さいかいー小さい楷書の字）・かなを書きます。会員は男女13名。入会して1年目から15年以上という人もおられます。



《写真》一人ずつ田中鳳柳先生に添削していただいています。

田中鳳柳先生のご指導のもと、都美術館や東京銀座画廊での書道展へも参加しております。自分のペースに合わせた、そして楽しい会話のはずむサークル活動です。興味がおりの方、ぜひお気軽に見学にいらしてください。お待ちしております。



《写真》田中鳳柳先生（中央）とメンバーのみなさん

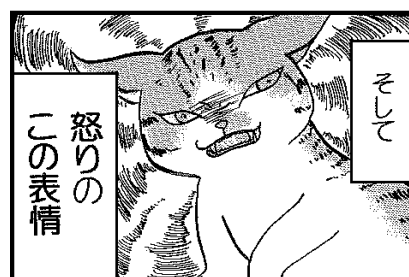
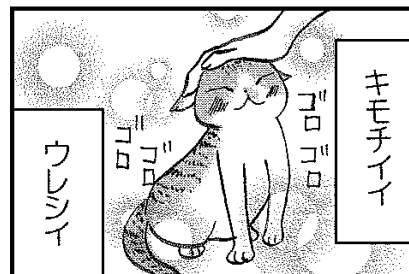
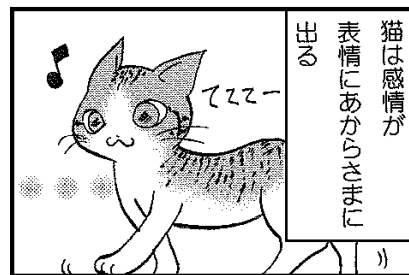
活動日：火曜日（3～4回／月） 10時～12時
連絡先：倉田柳珠 03-3886-1339 会費：4,300円

イベント情報 1 月

日	曜	イベント	会場等
1	日	元日	
2	月	振替休日	
3	火		
4	水	年末年始休館日	
5	木	パン販売	興本センター
6	金		
7	土	興本フリースペース	興本センター
8	日		
9	月	成人の日	
10	火		
11	水		
12	木	パン販売	興本センター
13	金		
14	土	興本フリースペース	興本センター
15	日	フルートミニコンサート	興本センター

日	曜	イベント	会場等
16	月	全館休館	興本センター・図書館
17	火		
18	水		
19	木	パン販売	興本センター
20	金		
21	土	興本フリースペース	興本センター
22	日		
23	月	ガーデンサロンin興本	興本センター
24	火		
25	水	利用者懇談会	興本センター
26	木	パン販売	興本センター
27	金		
28	土	興本フリースペース	興本センター
29	日		
30	月		
31	火		

猫あるある②



地域の防犯・防災情報

救急出場件数が急増します！

年末年始の救急事故をなくしましょう



救急要請が急増する原因

- ・風邪やインフルエンザなどの冬季に流行する病気の発生
- ・忘年会、新年会などにおける急性アルコール中毒
- ・餅を喉につまらせたことによる窒息事故



風邪やインフルエンザ予防のポイント

- ⑤ 外から帰ったら、丁寧に手洗いとうがいをする。
- ④ 人ごみを避ける。
- ③ 咳やくしゃみをするときは、マスクやティッシュペーパーなどで口と鼻を覆う。
- ② バランスの良い食事をする。
- ① 十分な睡眠をとる。

飲酒事故を防ぐポイント

- ⑤ 自分の適量を知り、その日の体調に注意する。
- ④ 短時間のうちに多量の飲酒(一気飲み)はしない。
- ③ 飲酒の無理強いはいらない。
- ② 周囲の人は、酔った人に付き添って、一人にさせない。
- ① 酔った人が吐いた場合、喉につまらないように注意する。

餅などによる事故を防ぐポイント

- ④ 餅は小さく切って、食べやすい大きさにする。
- ③ 急いで飲み込まず、ゆっくりと噛んでから飲み込む。
- ② 乳幼児や高齢者と一緒に食事をする際は、適時食事の様子をみるなど注意を払う。
- ① いざという時に備え、応急手当の方法をよく理解しておく。



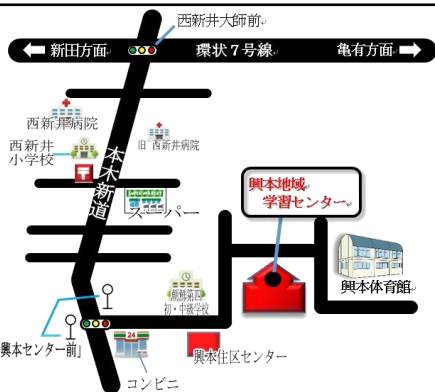
西新井消防署 03 - 3853 - 0119

西新井消防署ホームページ

西新井消防

検索

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/hp-nisaiarai/index.html>



OKIMOTO Walker

発行：株式会社ティー・エム・エンタープライズ
 発行日：平成 29 年 1 月 1 日
 発行所：興本地域学習センター・図書館・体育館
 〒123-0844 足立区興野 1-18-38
 <お問い合わせ先> 受付時間 9:00~21:00
 TEL 03-3889-0370 FAX 03-3889-9760
 E-mail: info-okimoto@abox3.so-net.ne.jp
 HP: <http://tme-adachi.com/okimoto/>

「美しいまち」は「安全なまち」
 一人ひとりのちょっとした気づかいで、まちをもっと
 美しく、安全にします。
 みなさんで無理のない美しいまちづくりを
 いざよう。



ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中 足立区



興本地域学習センター Facebook