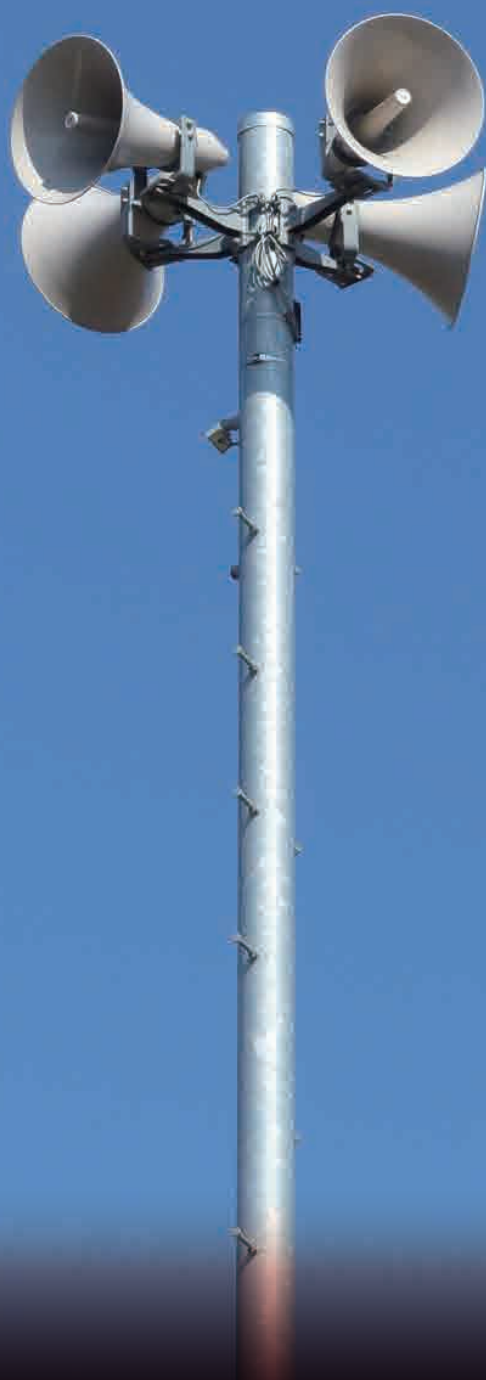


ハタハタ フレンズ

9

2019

防災の日は、
準備の日



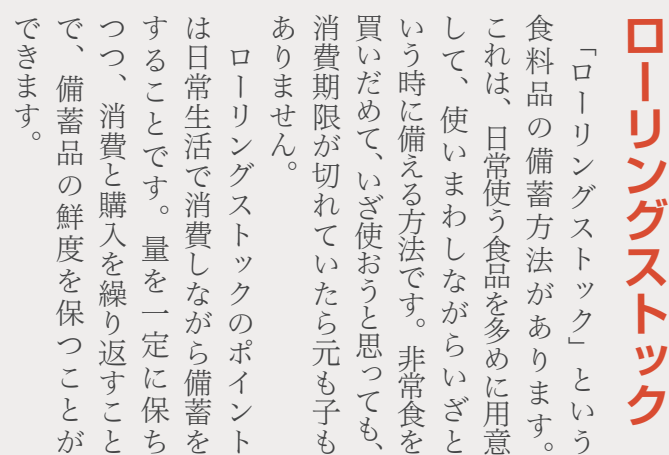
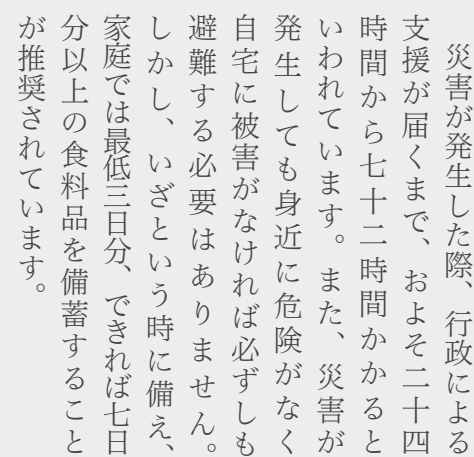
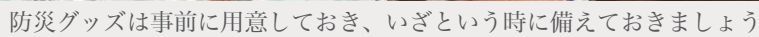
花畑地域学習センター
体育館・図書館

Hanahata Community News Paper vol.78 2019.9

防災について……………2
ミニ歴史講座……………3
長寿健康増進事業について…4
図書館だより……………5～8

お客様の声・ビオトープ…9
講座情報……………10～11
サロンの紹介・アクセス…12

九月一日は防災の日です。近年、異常気象や地震が相次ぎ、災害への備えが急務となっています。家庭での災害対策は、どのようなものがあるのでしょうか。



食料品などはローリングストック、防災グッズは常備

『足立区第十七出張所から花畑区民事務所への変換』



昭和49年（1974年開館） 初代花畑センター（右にある建物の場所は現在のあすか苑になります。）

普段、区役所の手続きなどでお世話になっている花畑区民事務所ですが、今回その沿革についてご紹介いたします。花畑地域は江戸時代から明治時代にかけて花又村と呼ばれておりました。明治二十二年の市制町村制の施行により、周辺の八か村と合併し東京府南足立郡花畑村となり、その後昭和七年になって東京市が拡張された際に南足立郡の十か町村が編入され、現在の足立区の誕生となりました。

昭和二十二年、東京都でも二番目に面積が広がった足立区は、区民の利便と事務処理の迅速を計るために区内に十九か所の出張所を開設しました。花畑地域を管轄した第十七出張所は内匠橋近くの花畑小学校の隣に開設されました。当時は居住している地域を管轄する出張所で手続きをする事と定められておりました。

昭和四十一年四月になって、日本住宅公団花畑団地の七十九号棟前に建設された区立花畑保育園の隣に、足立区第十七出張所の分室



完成した花畑保育園

として花畑地域に初めて出張所が開設されました。

地域の急激な人口の増加に対処するもので昭和四十九年に初代の花畑センターが開設されると、第十七出張所分室も移設されその後、昭和五十一年四月に第十七出張所から独立して花畑出張所となり、さらに昭和六十一年四月の組織改正により花畑区民事務所となりました。

第十七出張所から分室へ平成八年には地域におけるコミュニティ活動の中心施設として改築された新花畑センターの時代を経て、今年で七十二年の歴史を刻む花畑区民事務所です。



平成8年（1996年）に改築された現在の花畑地域学習センター



現在の区民事務所

健康寿命を延ばすためには

近年、平均寿命だけではなく「健康寿命」を伸ばす取り組みが注目されています。健康寿命を延ばすためには、どうしたら良いのでしょうか。

健康寿命とは「健康上の問題

で日常生活が制限されることなく生活できる期間」です。男性の平均寿命が八〇歳に対し、健康寿命は七十二歳。女性は平均寿命八十六歳に対し健康寿命は七十四歳と発表（厚生労働省）されています。医学の進歩により平均寿命は延伸しており、今後健康寿命をどのようにして延ばしていくかが大きな課題となっています。

健康寿命を延ばすためには、ただストレッチや運動などをして身体の健康を保つだけでなく、外に出てコミュニケーションをとり、心の健康を保つことも重要です。無理のない範囲で活動し、人と触れあうことは、生きがいにもつながります。

今年度もみなさまの健康の後押しをすべく、長寿健康増進事業を開催します。それぞれ興味のある講座に参加して、心と身体の健康を保ちましょう。



バスで巡る足立区内の 郷土史跡探訪教室

📅 10/18 (金)
🕒 午前 10 時～正午
👤 25 人
📍 第 1・2 学習室集合
📞 8/26 より受付



男性のための そば打ち体験教室

📅 11/23 (祝)
🕒 午前 10 時～正午
👤 16 人
📍 料理室
📞 9/26 より受付



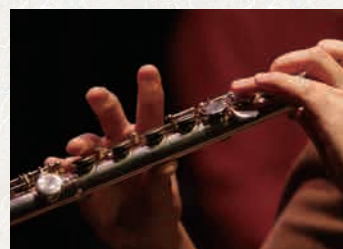
歳をとっても美しく！ お化粧教室

📅 10/17 (木)
🕒 午前 10 時～正午
👤 10 人
📍 第 3 学習室
📞 8/26 より受付



笑って健康！ 新春寄席 2020

📅 1/16 (木)
🕒 午前 10 時 30 分～正午
👤 30 人
📍 レクリエーション
📞 11/26 より受付



年忘れ クラシックコンサート

📅 12/14 (土)
🕒 午前 11 時～正午
👤 30 人
📍 レクリエーション
📞 10/26 より受付

長寿健康増進事業

いずれも足立区内にお住まいで 75 歳以上の方対象です。お申し込みの際に、保険証 8 桁の番号が必要となります。
※65 歳～74 歳までの方も後期高齢者医療保険加入者であれば参加可能です。



休館のお知らせ

9月25日 水 ～ 30日 月

花畑図書館は上記期間、蔵書の点検作業と館内特別整理のため休館します。皆様にはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。なお、9月30日(月)は区内全図書館が休館となります。ご注意ください。

📅 9月25日(水) ～30日(月)

大人向け 夜のお話会

いつもは子どもたちが聞いているおはなし会ですが、大人の方にも楽しんでいただけるお話を用意しました。図書館員によるお話会です。お気軽に聞きに来てください。



- 📅 九月七日(土)
- 🕒 午後七時～七時四十五分
- 💰 無料
- 👤 十六歳以上の方
- 📍 花畑図書館おはなしのへや
- 📞 不要

パズルを作って解いて、頭の体操

クロスワードパズル、スケルトンパズルを自分で作って解いてみませんか？



- 📅 十月四日(金)・十一日(金)
- 🕒 ※二日間とも参加できる方
午後二時～四時
- 💰 無料
- 👤 十六歳以上の方
- 📍 花畑地域学習センター 二階 第三学習室
- 📞 各センターの事前申し込みの電話・窓口
またはインターネットで事前申し込み

花畑ボードゲーム・タイム

花畑図書館の児童コーナーで平日の午後六時～七時四十五分はボードゲームが利用できるようになります。利用したい方はカウンターまでお問い合わせください。



- 📅 平日
- 🕒 午後六時～七時四十五分
- 💰 無料
- 👤 中学生～高校生
- 📍 花畑図書館 児童コーナー
- 📞 花畑図書館窓口にて当日申し込み

赤ちゃん

まねすることは
大きくなること

赤ちゃんはそばにいる大人の真似をします。歩いている姿を真似して歩き始めます。話しかけたら言葉を覚えます。真似する事は大きくなること。そんな素敵な時間をこの親子の馬は過ごしています。

仔馬を見つめる優しさが溢れる眼差し。ボロルマーさんの絵を見ていると安心感を覚えます。日々の育児はこの母馬のように穏やかな顔だけではこなせません。しかし一日一回、寝顔でもいいからこの母馬のように愛おしい目で我が子を見つめる時間を取りたいですね。

『まねっこ ビュンビュン』

イチンノロブ・ガンバートル／文
バーサンスレン・ボロルマー／絵
津田 紀子／訳
福音館書店



一般

もう一つの美しさのはじまり

皆さんのお家にはお花は飾られていますか？
生のお花も素敵ですが、楽しんだあと、ドライフラワーにしてみるのはいかがでしょうか。

この本はドライフラワーに向いているお花が季節ごとに紹介されているほか、それらを組み合わせるリースやブーケなどのアレンジメントも紹介されています。

様々なお花を簡単にドライ加工することができます。
生花にも劣らない鮮やかさや雰囲気があり、長く楽しめるのも魅力的です。

写真も美しく、眺めているだけでも楽しい一冊です。

『ドライフラワーでつくる

大人可愛い季節のリースと

アレンジメント』

Kristen／著
日東書院

新書

インターネットを使わない時間を
作りませんか

タイトル名を見て、今の生活リズムを考えさせられた一冊です。

最近の生活はスマートフォンを使って、知りたい情報の検索、SNSでのやり取りや動画の視聴に時間が消費され、読書や目を休める時間が消えてしまいました。

この本では、インターネット依存の危険性の説明

児童

自然を感じてみませんか？

この本の主人公のすずは、山に住んでいるおじいちゃんに招かれ、初めて山に行くことになりました。すずは山の大自然に出迎えられるながら、おじいちゃんの家へ向かいます。ある日二人が寝ていると、外からなにやらこわい音が聞こえてきます。「風が、プレゼントのよういをはじめたあいずだよ」とおじいちゃんは言います。そして翌朝になると……？山へ行ったことがない方も、美しい自然に触れたような気持ちにさせてくれる一冊です。

『きんいろの雨』

中川 なをみ／文 舟橋 全二／絵
くもん出版



ティーンズ

ぜひ、お気に入りのみつけて下さい

から、一日一時間はネットを断って読書に費やすことで、精神を磨き教養の豊かな森を育むことを提案しています。
また、「沈潜する」という言葉が多く出てきますが、昔の旧制高校の学生が自己研鑽や自分を磨くことを表現しています。
読書の秋。皆さんも本に沈潜して、自己と向き合い新たな発見や深い人格の形成と一緒に试试看ませんか。
『ネット断ち』
毎日の「つながらない一時間」が知性を育む
齋藤 孝／著 青春出版社

世界各地の変わった生き物を紹介している本です。たくさんのおもしろな生物の生態を種類別にユーモアを交えた説明と共にわかりやくまとめてあります。とても読み応えがあり、スツと頭に入ってくる知識の種としておすすめの一冊です。
個性的で不思議な生態に至るまでの進化とその理由や歴史を知り、命の尊さや地球の偉大さを感じ取ってみてください。

『世界の奇妙な生き物図鑑』

サー・ピルキンソン・スマイズ／著
岩井 木綿子／訳
エクスナレッジ

今月の

★記念日★

九月一日は『防災の日』です

☑一九二三年九月一日に発生した関東大震災が招いた大惨事の教訓を生かそうと『防災の日』が制定されました。また、この日は『防災用品点検の日』でもあり防災への意識を高める日です。

災害に備えて水や食料を買いためている我が家では、この日は備蓄品を開放して消費し、また新しく買い替えるようにしています。長期保存していた缶詰やレトルト食品の入れ替えや、ローリングストックを試してみてください。

紹介したい本

児童

『めざせ！

災害サバイバルマスター①

助けを呼ぶ／火起こし』

片山 誠／監修
七十二時間サバイバル教育協会／協力
太郎次郎社エディタス

一般

『自衛隊防災BOOK』

マガジンハウス／編
マガジンハウス



初

初めてお香を焚いてみました

大好きな紅茶のブランドから「お香」が発売されたとの情報を耳にし、香りのプロフェッショナルが作るお香はきつといい香りに違いはないと盲信してさっそく入手し、その穏やかな香りに癒されました。

日本で最も古いお香は「日本書紀」に記されています。島に流れついた流木を島民が薪にして火に焼べたところ、思いがけず芳しい香りが漂い、すぐに朝廷に献上したそうです。

この夏、遊びで疲れた方、お仕事を頑張りがすぎた方、お香の深く癒される香りに包まれてリラックスタイムを過ごしてみてください。



参考にした本

『香をたのしむ』
ハートフルフレグランスの進め

一条 真也／著 現代書林

小倉百人一首 クイズ

？ に入る言葉は何か？

左京大夫顕輔

秋風に たなびく雲の 絶え間より
もれ出づる月の ? さやけさ

イ・音の □・影の ハ・弦の



(答えは、11ページの下を見てね)

今月の特集コーナー



児童 再発見



ティーンズ 図書館員のおすすめ



一般 健康一番！心・体・脳

お客様の声

センターでは一階入口と二階通路の一角にお客様の声ボックスを設けています。「もっと〇〇してほしい」「××はどうしてなの？」などなんでも結構です。

お客様の意見・ご要望をお寄せください！ 最近寄せられた声を一部ご紹介します。



センターで大会など開催している時に選手(?)の人達が、毎回たばこを住居の階下まで吸いに来て迷惑です。施設で喫煙所とか作って対応してください。



貴重なご意見ありがとうございます。歩道での喫煙に関しても、煙を含め騒音等、近隣住民の皆様の迷惑にならないよう来館者へ啓発チラシを配布したり、利用の多い土日の大会に合わせ巡回を増やしたりする等の対応をいたします。改善されない状態が続く場合は、施設の貸し出しの制限等について、関係機関と協議する措置を講じます。



当施設をご利用される方も、近隣の方も、気持ちよく過ごしていただける環境を作り出していくことを念頭に、今後も管理運営を行ってまいります。

**当センターは「館内」「敷地内」禁煙です
何卒、ご協力お願いいたします**



※掲載のご意見は紙面の都合上、一部省略修正して記載しております。ご了承ください。
公序良俗に反するご意見・質問等お答えできない場合もございます。

足立区桑袋ビオトープ公園

🏠 <http://ces-net.jp/biotop/>

☎ 03-3884-1021 📠 03-3884-1041

泥んこハス掘り体験



ハス田に入り、泥の中からオオガハスのレンコンを掘り出す。
※レンコンは食用ではありません。

事前申込 ※電話でのお申込みはできません

📅 10月13日(日)・14日(月祝)

🕒 午後2時～3時30分

💰 無料

👤 60人(各日30人、抽選) 4歳以上

※小学2年生以下は保護者の申込も必要

☑ 10月1日(火) 必着

当公園のあやせ川清流館窓口へ。もしくは往復ハガキまたはFAXに参加希望者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話・FAX番号、参加希望日時(最大第2希望まで)及び「泥んこハス掘り体験」と明記の上、当公園へ送付。

家族で探そう鳴く虫 ～ちびっこ自然体験～



公園スタッフと一緒に、家族で鳴く虫を探してふれあおう。
※保護者の方向け！鳴く虫の生態について書かれた「生き物ものしりシート」の特典つき

事前申込 ※電話でのお申込みはできません

📅 9月22日(日)

🕒 午前10時30分～11時30分

💰 無料

👤 20名(抽選)

※未就学児とその保護者

☑ 9月10日(火) 必着

当公園のあやせ川清流館窓口へ。もしくは往復ハガキまたはFAXに参加希望者全員の住所・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・電話・FAX番号、及び「家族で探そう鳴く虫」と明記の上、当公園へ送付。

鳴く虫を探そう



コオロギなどの鳴く虫を観察しよう。何種類の鳴く虫が見つかるかな？

当日申込

📅 9月29日(日)

🕒 午後2時～3時

💰 無料

👤 20名(先着順) どなたでも

※イベントの受付は、あやせ川清流館にて午前9時から参加証の配布を開始します。

※未就学児は保護者の参加が必要

〒121-0061 足立区花畑 8-2-2

✉ bio-park@ces-net.jp

親子キッチン「カうどん、 さつまいもとりんごの茶巾しぼり」

小学生が一人でも食事が作れるようになるための料理教室です。



📅 10/6 (日)
🕒 午前 10 時～午後 1 時
💰 1,500 円 👤 12 組
👩 木下 操・山本 登美子
📍 料理室
※ 小学 1 ～ 3 年生と保護者

子ども 造形美術教室 A・B

子ども自身のもつ、感性を養います。
絵画をベースにした美術教室です。



4 日制

📅 10/3 ～ 24 の毎週木曜日
🕒 A: 午後 3 時 30 分 ～ 4 時 30 分
B: 午後 4 時 30 分 ～ 5 時 30 分
💰 1,820 円 👤 各 20 人
👩 石峰 恭子
📍 第 1・2 学習室
※ A: 3 歳～就学前の子ども
B: 小学生

ママとふれあい ベビーオイルマッサージ

ベビーマッサージを通してお子様に触れてコミュニケーションをとります。



📅 10/2 (水)・16 (水)
🕒 午前 10 時 ～ 11 時 30 分
💰 1 回 1,130 円 👤 各 10 組
👩 石田 理佳
📍 教養室
※ 2 カ月～1 歳未満の子どもと母親

基礎から楽しい ナイトフラダンス教室

姿勢の改善や筋肉トレーニング効果、
健康・美容にも効果的です。



4 日制

📅 9/30 ～ 10/28 の毎週月曜日
🕒 午後 7 時 ～ 8 時
💰 2,680 円 👤 20 人
👩 星野 理華
📍 レクリエーションホール
※ 16 歳以上の女性 10/14 を除く

大人からはじめる クラシックバレエ教室

女性のために大人から始める初心者
向けのプログラムです。



4 日制

📅 10/5 ～ 26 の毎週土曜日
🕒 午前 11 時～正午
💰 2,680 円 👤 16 人
👩 清水 あゆみ
📍 レクリエーションホール
※ 16 歳以上の女性

基礎から始める太極拳教室

準備運動から始まり、太極拳に必要な
柔軟・筋力づくりを行います。



7 日制

📅 10/7 ～ 12/9 の毎週月曜日
🕒 午後 1 時 30 分 ～ 3 時
💰 2,380 円 👤 20 人
👩 青木 カヤ
📍 レクリエーションホール
※ 10/14、11/4・18 を除く

誰でもできる 卓上カーリング

カーリングを卓上で手軽に楽しみ
ましょう。



📅 9/5 ～ 26 毎週木曜日
🕒 午前 10 時～正午
💰 無料 👤 各 20 人
👩 協力：カーレットジャパン協会
📍 レクリエーションホール

はじめての ヒップホップダンス教室

流行りの J-POP や K-POP に乗せ
て、体を楽しく動かします。



4 日制

📅 9/25 ～ 10/16 の毎週水曜日
🕒 午後 4 時～5 時
💰 40 円 👤 15 人
👩 青木 優
📍 レクリエーションホール
※ 10/2 は 17:30 ～ 18:30

骨盤&姿勢エクササイズ

出産や加齢に伴い歪みを生じた骨盤と
姿勢を改善するエクササイズを行います。



12 日制

📅 10/1 ～ 12/24 の毎週火曜日
🕒 午前 10 時～11 時 30 分
💰 6,720 円 👤 20 人
👩 林田 玲子
📍 レクリエーションホール
※ 16 歳以上の女性 10/22 を除く

大人のぬり絵広場

指先が器用で表現力も豊かな大人だからこそ楽しめるぬり絵の広場です。



📅 9/24 (火)
🕒 午前 10 時 ~ 正午
💰 650 円 👤 16 人
🏠 石峰 恭子
📍 工作室

花畑エリアで 地域デビュー講座

生きがいづくりをテーマに講義やグループワークを行います。



5 日制

📅 10/2 ~ 30 の毎週水曜日
🕒 午前 10 時 ~ 11 時 30 分
💰 無料 👤 20 人
🏠 足立区社会福祉協議会
📍 第 1・2 学習室
※ おおむね 50 歳以上の方

ノルディックウォーキングで 花畑を歩こう

無料の 2 本ポールをレンタルで花畑地域を歩き、バランスのいい歩き方を身に付けます。



2 日制

📅 10/9 (水)・23 (水)
🕒 午後 1 時 30 分 ~ 3 時
💰 900 円 👤 20 人
🏠 相原 正臣
📍 花畑地域学習センター 1 階ホール集合
花畑公園、大鷲神社 他

美文字講座

ボールペンや筆ペン、つけペンなどを活用してテーマに沿った文字を練習します。



2 日制

📅 10/3 (木)・17 (木)
🕒 午後 7 時 30 分 ~ 8 時 30 分
💰 1,380 円 👤 20 人
🏠 伊藤 紫扇
📍 第 1・2 学習室

花畑の料理 「大豆とかえり煮干しの甘辛和え」

管理栄養士による一汁三菜で構成された栄養バランスの取れる美味しい料理教室です。



📅 10/10 (木)
🕒 午前 10 時 ~ 午後 1 時
💰 1,440 円 👤 20 人
🏠 木下 操・山本 登美子
📍 料理室

プロのぬいぐるみ作家から学ぶ あみぐるみ教室

中・上級者向けの編みぐるみ教室です。プロの作家から学べます。



3 日制

📅 10/5・12・19 いずれも土曜日
🕒 午後 1 時 30 分 ~ 3 時 30 分
💰 1,820 円 👤 15 人
🏠 ほし☆みつき
📍 第 3 学習室
※ 小学 5 年生以上のかぎ針が使用できる方

バスケットボール大会

花畑センターでバスケットボール大会を開催します！ぜひご参加ください。



📅 10/20 (日)・27 (日)
🕒 午前 9 時 ~ 午後 8 時 30 分 (予定)
💰 ※ 👤 100 人
📍 体育館
※ 詳細はセンターまで
※ 申し込みはチーム単位

8/26 から 受付開始

☎ AM 9:00 ~
03-3850-2618

📺 PM 1:00 ~



花畑センター



Facebook

パズルを作って解いて 頭の体操

参加者それぞれでパズルを作り、出来上がったパズルをみんなで解きます。



2 日制

📅 10/4 (金)・11 (金)
🕒 午後 2 時 ~ 4 時
💰 無料 👤 10 名
🏠 図書館スタッフ
📍 第 3 学習室

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。

さんさんストレッチ

介護予防を目的とした柔軟体操等の筋力トレーニングを行います。



📅 9/3 (火)
🕒 午後1時～2時30分
💰 300円 👤 20人
👤 内田 恵美子
📍 レクリエーションホール
※65歳以上の方

花畑おもちゃ病院

こわれた「おもちゃ」を基本無料で修理します。



📅 9/27 (金)
🕒 午後1時～4時
💰 無料 👤 なし どなたでも
👤 あだちトイ・ドクターズ
📍 1階ホール
※修理内容によっては部品代が必要です。

「のこぎりキング」のミニリサイタル

世界最大のノコギリを駆使して行う、ミニコンサートです。



📅 9/29 (日)
🕒 正午～午後12時30分
💰 無料 👤 30名
👤 下田 尚保
📍 1階ホール

📅 当日に参加が出来ます
サロンのイベントのお知らせ

ユーモア川柳

ユーモアあふれる川柳を創りながら仲間と交流を図ります。



📅 9/15 (日)
🕒 午後1時30分～4時
💰 800円 👤 20人
👤 見川 文雄
📍 第1・2学習室

歌って楽しく健康に「うたごえ仲間」

参加者同士、一緒に楽しく唄う教室です。



📅 9/10 (火)・24 (火)
🕒 午後2時50分～4時30分
💰 1回200円
👤 各50人
📍 レクリエーションホール

ITサロン

各参加者のレベルに合わせたパソコンスキルアップのサロンです。



📅 9/7 (土)・20 (金)
🕒 午後2時～4時
💰 1回200円 👤 各6人
👤 ITサロンボランティア
📍 第2学習室

交通案内

🚌 バスでお越しの場合

竹ノ塚駅から

- ・東武バス竹15系統【竹ノ塚駅東口 ⇄ 花畑団地】「団地入口」下車5分
- ・竹16系統【竹ノ塚駅東口 ⇄ 花畑団地】「花畑区民事務所入口」下車5分

綾瀬駅から

- ・東武バス綾40系統【綾瀬駅 ⇄ 花畑団地】「花畑三丁目」下車7分

P 駐車場

26台(障がい者スペース1台)

🏠 併設施設

花畑図書館・花畑区民事務所・花畑住区センター

📅 休館日のお知らせ

花畑地域学習センター: 9/17(火)
花畑図書館: 9/17(火)・9/25(水)～30(月)
花畑住区センター: 日曜・祝日 9/17(火)
花畑区民事務所: 土曜・日曜・祝日

📍 〒121-0061 足立区花畑4-16-8
☎ 03-3850-2618 📠 03-3850-2623

発行日: 2019年 9月1日

編集・発行 / 指定管理者 / TM・アズビル共同事業体



笑顔でお迎え
花畑地域学習センター スローガン

AED 設置施設
Automated External Defibrillator
当センターはお客様の安全にも心がけております。安心してご利用ください。



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