

# 新しい生活様式へ



花畑地域学習センター  
体育館・図書館

Hanahata Community News Paper vol.87 2020.6

|                |                |
|----------------|----------------|
| 新しい生活様式へ……………2 | イチオン講座・ビオトープ…9 |
| 認知症サポーター養成講座…3 | 講座情報……………10～11 |
| ミニ歴史講座……………4   | サロンの紹介・アクセス…12 |
| 図書館だより……………5～8 |                |

# 「新しい生活様式」

一人一人の心がけが大切です

## とは

新型コロナウイルス感染拡大を防止しながら暮らしていくために、「新しい生活様式」が求められています。不要不急の外出は避け外出する時はマスクを着用する、三つの密（密集・密閉・密接）を避ける、手洗いうがいをする、といったものは実践されている方も多いのではないのでしょうか。

今後センターをご利用いただくにあたって「新しい生活様式」の実践は大変重要です。換気や消毒の徹底、出入口へ消毒液の設置、カウンターへビニールカーテンを掛ける、などセンターが率先して行っているものもありますが、ご利用の皆様にご協力いただきたいことも多くあります。

マスク着用でのご利用や、会話をするときには可能な限り真正面を避ける、少しでも体調の優れない場合は利用を控えていただくなど、お願いすることもあるかもしれません。一人一人の心がけが大切ですので、ご協力をお願いいたします。



リスク軽減の為、換気が推奨されています



基本的  
生活様式



外出・三密を避けてテレワークが主流に



感染防止の為、手洗いを徹底しましょう

# 誰にもやさしい地域づくりを 認知症サポーター養成講座



正しい知識を身につけて、認知症への理解を深めましょう

認知症サポーターをご存知ですか。認知症サポーターとは、認知症に関する正しい知識や理解を持ち、地域などで認知症の人やその家族に對してできる範囲で手助けする人のことです。特別な職業や資格ではなく、養成講座を受講すれば誰でもなることができます。

高齢化が進み認知症の人数が増える中、介護施設や家族だけでは認知症の人を支えることが困難となっています。認知症は特別なものではなく、日常生活や地域に当たり前に存在しており、ともに暮らしていくためには周囲の理解と協力が必要不可欠です。

養成講座では、認知症への理解や、認知症の診断・治療・予防について、認知症の方と接する時の心構えなどを学びます。修了した方には修了証としてオレンジリングが渡されます。



認知症サポーターになることは、認知症の人だけでなく他のさまざまな障がいを抱えている人にもやさしい地域づくりに繋がります。養成講座を受講して誰にもやさしい地域づくりを目指しませんか。

## 認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識と介助・サポートボランティアとしての知識を学ぶ教室です。



- 📅 6/20 (土)
- 🕒 午前 10 時～ 11 時 30 分
- 💰 無料 👤 30 人 📍 第1・2 学習室
- 📍 地域包括支援センター はなはた

※中止になる可能性がございます。あらかじめご了承ください。



修了した方には、オレンジリングが渡されます

『三二歴史講座 花畑昔のものがたり』  
『昭和の記憶・ニッポン放送足立予備送信所』

足立区地域学習団体 花畑四季の会



現在のニッポン放送の送信所と送信塔

花畑大橋通りを環状七号線方面に進み、足立保木間郵便局の交差点の先を右折した所の東六月町七丁目十一番地に、フェンスに囲まれたニッポン放送の足立予備送信所があります。足立風土記によるとニッポン放送は昭和二十九年七月十五日に、この場所から本放送を開始しました。

当時の送信塔は、高さ百二十五mの円柱の鋼管で出力は五十kW、送信範囲は関東一円がサービスエリアでした。

残念な事に当時の送信塔の写真は残されておりませんが、昭和三十三年撮影の航空写真を見ると、広い農地の中に長く伸びた送信塔の影が写っております。昭和四十年代に入ると送信所周辺の都市化が進んだ事により、昭和四十六年十一月に現在の千葉県木更津市に移転しました。

昭和五十二年になって郵政省からの要請で、木更津の送信所に事故があった際の緊急放送用の予備送信所となり、送信塔も現在の高さ二十八m

の送電線の鉄塔のような形になりました。記憶にも新しい昨年九月、台風十五号が千葉県を襲い木更津送信所への電力供給が停止した緊急事態の際に、この足立予備送信所からニッポン放送の電波が発信されました。

今も多くの人々の記憶に残る、あの空に突きささるように立っていた送信塔があったニッポン放送足立送信所は、予備送信所として緊急事態の際には今も空に向けて電波を発信しております。



昭和 33 年頃のニッポン放送の送信所と送信塔（航空写真）



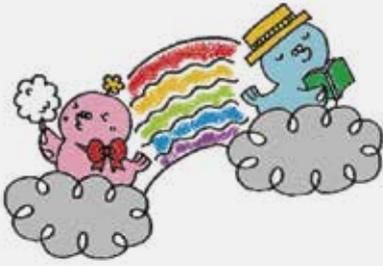
平成 7 年頃の送信所と送信塔  
提供：足立区立郷土資料博物館



現在の送信塔



現在の送信所の施設



## 図書館からのお願い

いつも図書館の本を大切にご利用いただき、ありがとうございます。  
雨の多い時期は、本を濡らしたという申し出が増えます。  
本は、水に弱いため、ビニール袋に入れるようお願いいたします。



### 中高生ボランティアに参加しませんか♪

中学生・高校生の皆さん。図書館でボランティア活動してみませんか？  
「ボランティア通信」の作成、おすすめ本の紹介POPの作成、イベント  
のお手伝い、本棚の整理整頓、本の修理などを行います。新しい仲間を  
一同待っています。

☑ 毎月第三土曜日 午後一時～五時

📍 花畑図書館内

📞 花畑図書館

持ち物… 活動しやすい服装、筆記用具

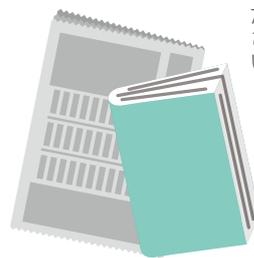


### 新聞・雑誌コーナーの紹介

入口から館内に進むと右側に新聞棚、雑誌棚が並んでいます。また、  
今年度新規に購入した新聞・雑誌は、以下の通りです。

- ①「社会教育」(毎月一日発売)
- ②「COSPLAY MODE」(偶数月三日発売)
- ③「ひよこクラブ」(毎月十五日発売)

他にも社会・生活・趣味・学習などに  
活用出来る情報満載の新聞・雑誌が  
揃っています。  
是非ご利用ください。





赤ちゃん

みんなでいっしょに

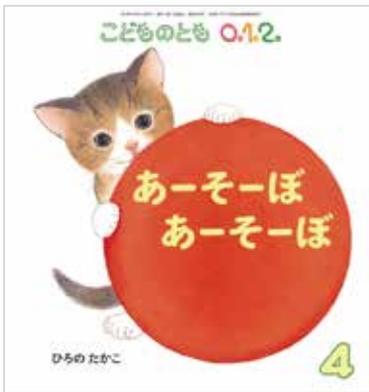
あーそーぼ！

こねこが、にゃあにゃあ、あーそーぼ。すると、くろねこが、おみみをぴんとさせ「いーいよ」とにっこり。そこにこいぬもやってきて……

くりかえされるリズムにのせて、次々と動物たちがやってきます。そして、さいごの動物はだれでしょう？ どうぞ、親子でたのしみながらページをめくってみてください。

『あーそーぼ あーそーぼ』

ひろの たかこ / さく  
福音館書店



※【こどものとも0・1・2】は十カ月〜二歳児向けの、月刊のえほんです。



新書

あ、こんなところから花が！

一般

ガラス瓶の中の小さな世界を  
手作りしよう

皆さんはハーバリウムという言葉を知っていますか？  
ハーバリウムとは、小さなガラス瓶にプリザーブドフラワーやドライフラワーを閉じ込め、植物鑑賞を手軽に楽しむ作品のことです。

この本は、たくさんの美しいハーバリウムのアイデアとその作り方を紹介するとともに、基礎知識や飾り方、贈り方なども紹介されています。紹介されているアレンジはどれも美しく可愛らしいのですが、植物だけでなく、リボンやパール、フィギュアまでも使用していることに驚かされます。また、基本から詳しく説明されており、初めて触れる人でも分かりやすく、材料を揃えてすぐに作ってみたくくなります。カラフルで、眺めているだけでも楽しい一冊です。

『イチバン親切！オリジナル作品が作れる！』

わたしだけのハーバリウムBook

福本幸子 / 著  
講談社

アスファルトの割れ目やブロック塀の隙間から草花が出ているのを見かけることがあります。よくぞこんな、土もないような所から育ったものだと感じさせられます。

この本は、そんな隙間に元気よく育ち、花を咲かせている植物を百十種紹介しています。一つひとつにカラーの写真と名前、撮影場所、日付があり、

日本の国旗の意味、  
知っていますか？

テレビでは野球やサッカー、水泳など多くの世界大会が放送され、表彰式では国旗が掲揚されていますが、その国旗は同じものが一つもないのです！

この本では、国旗がいつ誕生したか、どんな意味があるのか、どんな変化を遂げたのかなど、分かりやすく紹介されています。

たくさんの星や三日月、三色旗や十字など似ている国旗の比較もでき、楽しみながら学ぶことができます。読み終わった頃には、きっと国旗博士になっているはず！

『世界一おもしろい国旗の本』

ロバート・G・フレッソン／絵・文 小林 玲子／訳  
河出書房新社



ティーンズ

安心してスマホを使うには？

大学で植物学の講義をしている筆者の解説が書かれています。通常ある植物図鑑に比べ解説には雑学的な部分が多く、その植物が身近に感じられます。

六月頃の植物はムラサキカタバミ、ペチュニア、ドクダミなど十種類以上が掲載されています。お出かけの際には足元や塀の隙間に咲く花に目を向けてみてはいかがでしょうか。

『スキマの植物図鑑』

塚谷 裕一／著  
中央公論新社



中学生や高校生に進級すると交友関係を取り巻く環境の変化に合わせてスマホが必要かもしれませんね。時代が進むにつれスマホの機能も多種多様になり、知らないところに意外な落とし穴があります。

本書では、スマホとネットで起こるトラブルをイラストでわかりやすく説明してあります。SNSの炎上トラブルの防ぎ方や動画サイトのフィルタリングなど、SNSトラブルから身を守る術が載っています。他にも、お金のトラブルやなりすましといったネット上のトラブルも解説されています。

スマホのトラブルを避ける為に、ぜひ一度手に取ってみてください。

『親子で学ぶ スマホとネットを  
安心して使う本』

鈴木 朋子／著 坂元 章／監修  
技術評論社





今後いろんな情報を発信しますのでよろしくお祈りします！



### YouTube

- ・センターの利用方法
- ・利用者懇談会
- ・講座の様子
- ・その他



### Facebook

- ・個人利用予定
- ・センターのお知らせ
- ・講座情報



「花畑センター動画チャンネル」ができました。動画を通して分かりやすく、情報を発信していきます。現在第一弾として、インターネットからセンターで行われている講座の申し込み方法を紹介していきます。これからもどんどん投稿していきますので、ぜひチャンネル登録してチェックしてください。フェイスブックでは引き続き、一週間の個人利用予定やセンターからのお知らせを掲載していきます。そちらもあわせてご覧ください。

## 足立区桑袋ビオトープ公園

〒121-0061 足立区花畑 8-2-2  
☎ 03-3884-1021 ☎ 03-3884-1041

### 家族で触ろう！水の生き物 ～ちびっこ自然体験～



公園スタッフと一緒に、池に設置した「しかけ」を引きあげ、魚やエビなどの生き物を触って観察しよう。  
※保護者の方向け！魚について書かれた「生き物ものしりシート」の特典付き

**事前申込** ※電話でのお申込みはできません

- 📅 6月28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

📅 6月16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「家族で触ろう！水の生き物参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

### うき島池のかい掘り体験



水を抜いた池に入り、網を使った生き物とりやヘドロのかき出し体験をしよう！

**事前申込** ※電話でのお申込みはできません

- 📅 7月12日(日)  
※荒天の場合、7月19日(日)に変更
- 🕒 午前10時～午後12時
- 💰 無料
- 👤 50名(抽選) 小学生以上  
※小学2年生以下は保護者の申し込み

📅 6月30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「うき島池のかい掘り体験参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

### ハスで遊ぼう



ハスのいろいろな部分を使って遊ぼう。

**当日申込**

- 📅 6月21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。

※就学前の子どもは保護者の参加も必要

🏠 <https://ces-net.jp/biotop/>  
✉ [bio-park@ces-net.jp](mailto:bio-park@ces-net.jp)

### 小学生コーディネーション運動教室A・B

筋肉を動かすといった一連過程をスムーズに行う能力を高めるための運動教室です。



3日制

- 📅 7/3・10・17 いずれも金曜日
- 🕒 A: 午後4時～4時45分  
B: 午後5時～5時45分
- 💰 1,680円 👤 A:20人 B:15人
- 🏫 (一社) コーチングバリュー協会
- 📍 レクリエーションホール
- ※ A: 小学1～3年生  
B: 小学4～6年生

### 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。



- 📅 7/1(水)・15(水)
- 🕒 午前10時30分～正午
- 💰 1,130円 👤 各10組
- 🏫 石田 理佳
- 📍 教養室
- ※ 2ヵ月～1歳未満の子どもと母親

### 幼児コーディネーション運動教室

筋肉を動かすといった一連過程をスムーズに行う能力を高めるための運動教室です。



3日制

- 📅 7/2・9・16 いずれも木曜日
- 🕒 午後4時45分～5時30分
- 💰 1,680円 👤 20人
- 🏫 (一社) コーチングバリュー協会
- 📍 体育館
- ※ 3歳～就学前の子ども

### はつらつ体操

介護予防を目的とした柔軟体操、ストレッチ、軽度の筋力トレーニングを行います。



- 📅 6/9～28の毎週火曜日
- 🕒 午後1時～2時30分
- 💰 無料 👤 各20人
- 🏫 内田 恵美子
- 📍 レクリエーションホール
- ※ 6/16・30、7/7・21を除く

### 親子キッチン「親子丼とそうめん汁」

小学生が一人でも料理を作れることを目的とした親子の料理教室です。



- 📅 7/5(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。



3日制

- 📅 7/2・9・16 いずれも木曜日
- 🕒 A: 午後3時30分～4時30分  
B: 午後4時30分～5時30分
- 💰 1,440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

### 誰でも簡単バランスボールでエクササイズ&ストレッチ

バランスボールを使ってストレッチや体幹を鍛えるエクササイズをします。



- 📅 7/11・18・25 いずれも土曜日
- 🕒 午後1時30分～2時30分
- 💰 1回560円 👤 各15人(託児各6人)
- 🏫 全珍玉(CHINO)
- 📍 レクリエーションホール
- ※ 託児希望の場合は+1000円
- ※ 託児対象: 4ヶ月～3歳の子ども

### 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。



11日制

- 📅 7/7～9/29の毎週火曜日
- 🕒 午前10時～11時30分
- 💰 6,160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 ※ 8/11、9/22を除く

### 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

- 📅 7/6～9/28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
- ※ 7/20、8/10・17・31、9/7・21を除く

## 美文字講座 「ひらがなと漢字のバランス」

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

- 📅 7/2 (木)・16 (木)
- 🕒 午後 7 時 30 分～8 時 30 分
- 💰 1,180 円    👤 20 人
- 👤 伊藤 紫扇
- 📍 第1・2 学習室

## 認知症サポーター養成講座

認知症についての正しい知識と介助・サポートボランティアとしての知識を学ぶ教室です。



- 📅 6/20 (土)
- 🕒 午前 10 時～11 時 30 分
- 💰 無料    👤 30 人
- 👤 地域包括支援センター はなはた
- 📍 第1・2 学習室

## 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

- 📅 7/4～25 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

## 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。



- 📅 6/23 (火)
- 🕒 午前 10 時～正午
- 💰 650 円    👤 20 人
- 👤 石峰 恭子
- 📍 工作室

## 知って親しむ文学歴史塾 「林芙美子 放浪記とその人生」

文学・歴史を好んで学習する方や、気軽に知りたい方にも参加しやすい内容です。



- 📅 6/20 (土)
- 🕒 午後 1 時 30 分～3 時 30 分
- 💰 無料    👤 25 人
- 👤 登録団体「花畑四季の会」
- 📍 第1・2 学習室

## 花畑の料理 「手巻き寿司と桃のブルジョワーズ」

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。



- 📅 7/9 (木)
- 🕒 午前 10 時～午後 1 時
- 💰 1,480 円    👤 20 人
- 👤 木下 操・山本 登美子
- 📍 料理室

## 講座・イベントについて

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、下記の期間、すべての講座・イベントを中止しております。

令和 2 年 2 月 2 9 日 ～ 令和 2 年 5 月 3 1 日

今後中止期間が変更になる場合がございます。その場合は改めてお知らせします。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。一刻も早い事態の鎮静化を心より願っております。



花畑地域学習センター  
指定管理者／TM・アズビル共同事業体

## クリスタリア バスケットボール大会

- 📅 6/14 (日)
- 🕒 午前 9 時 30 分～午後 8 時 30 分
- 💰 1 チーム 10,000 円    👤 100 人
- 📍 体育館
- ※ 詳細はセンターまで
- ※ 申し込みはチーム単位

## はじめて遊ぼう おはじきサッカー体験会

- 📅 6/6 (土)・20 (土)
- 🕒 午後 2 時～4 時
- 💰 無料    👤 各 16 人
- 👤 花畑センタースタッフ
- 📍 1 階ホール
- ※ どなたでも参加できます

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。

当日に参加が出来ます  
サロンのイベントのお知らせ

### 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。



📅 6/2・16・30 いずれも火曜日  
🕒 午後1時～2時30分  
💰 1回300円 各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。



📅 6/26 (金)  
🕒 午後1時～4時  
💰 無料 各20人  
👤 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。

### ノルディックウォーキングで花畑を一緒に歩こう

2本のポールで花畑地域を歩き、バランスの良い歩き方を身に付けます。



📅 7/3・10・17 いずれも金曜日  
🕒 午前10時～11時30分  
💰 1回220円 (ポールレンタル280円別途)  
👤 スタッフ 各20人  
📍 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

### 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。



📅 6/14 (日)  
🕒 午後1時30分～4時  
💰 800円 各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。



📅 6/9 (火)・23 (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

### 誰でもできる卓上カーリング

📅 6/4～25の毎週木曜日  
🕒 午前10時～正午  
💰 無料 各20人  
👤 カーレットジャパン協会：協力  
📍 レクリエーションホール

### みんなで遊ぼうカーレット体験会

📅 6/13 (土)・27 (土)  
🕒 午後2時～4時  
💰 無料 各20人  
📍 1階ホール



## 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7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：6/15(月)  
花畑図書館：6/15(月)・30(火)  
花畑住区センター：日曜・祝日・6/15(月)  
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：2020年6月1日

編集・発行/指定管理者/TM・アズビル共同事業体



花畑地域学習センター スローガン

