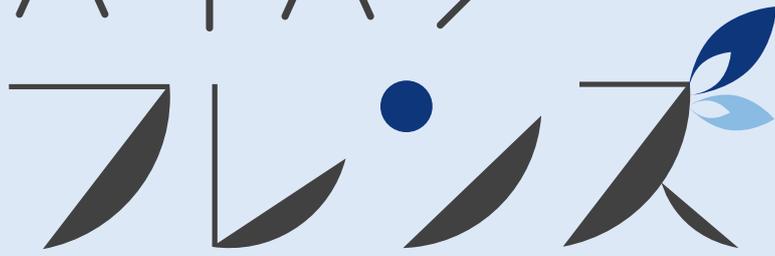


ハ 十 八 夕

2020



7

# 施設の貸出を再開しました



花畑地域学習センター  
体育館・図書館

Hanahata Community News Paper vol.88 2020.7

施設の貸出を再開します・・・2	宣伝・ビオトープ・・・・・・9
トレーニングルームの使い方・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	

# 施設の貸出を再開しました

六月一日(体育館は六月八日)から施設を再び利用できます。ご利用にあたっては、「足立区新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドライン」に基づいた、ご利用の注意事項やご利用条件があります。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

## 体育館の利用について

利用時間の変更となります。利用後に施設、用具の消毒・清掃をお願いいたします。連続利用の場合は入替時間で換気をし、利用終了後ご使用になった器具などの消毒をしてください。

## ご利用にあたっての注意事項

利用当日はメンバー全員の体調を確認し来館時に「体調等チェックシート」の提出をお願いします。また、参加者名簿を作成し、一か月程度保管してください。競技中以外(休憩中やトイレ利用など)はマスクを着用し、近距離での会話は避けてください。更衣室、シャワー室は利用できません。貴重品の管理は各自でお願いいたします。利用定員は全面利用四十名、半面利用二十名とします。定員を上回らないようにしてください。裸足での利用は禁止です。室内履きをご着用ください。ボール等の用具貸出、音響設備の貸出は中止いたします。必要な用具は持参いただくようお願いいたします。

ご利用後に消毒をする時間が設けられます。感染防御策としてスタッフが一緒に行います。

午前	9時00分～11時30分
消毒	11時30分～12時00分
入替	12時00分～12時30分
午後Ⅰ	12時30分～14時30分
消毒	14時30分～15時00分
入替	15時00分～15時30分
午後Ⅱ	15時30分～17時30分
消毒	17時30分～18時00分
入替	18時00分～18時30分
夜間	18時30分～20時30分
消毒	20時30分～21時00分



新しい生活にあわせて利用しましょう



新しい生活にあわせて利用しましょう

## 学習室、工作室などの利用について

利用時間に変更はございませんが、利用終了時間の三十分ほど前から原状復帰と机などの使用物品の消毒をお願いいたします。

## ご利用にあたっての注意事項

発熱のある方、体調が優れない方は利用をお控えください。また、ご利用の際はマスクの着用をお願いいたします。人との距離を確保し、密集、密接を避けてください。

利用者名簿(住所・氏名・連絡先)を作成し、一か月程度保管してください。新型コロナウイルス感染症状況に応じて、再度施設貸出が中止となる場合がございます。ご理解とご協力をお願いいたします。

## 利用制限について

飛沫・接触感染の可能性が高いため利用が出来ない項目がございます。

- ・調理を目的とした料理室の利用
- ・囲碁、将棋、麻雀

何卒、ご理解とご協力をお願いいたします。



# トレーニングルームの使い方が変わります

「足立区新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドライン」に沿った、トレーニングルームの使用  
方法が変わります。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



人数制限はされますが、これまで通りのマシンをご利用できます

## ① 貸出時間一コマ、二時間三十分の

### 事前予約制になります

受付は利用日の二週間前から電話・窓口で行います。利用後に次回の予約が可能です。また、利用時に体調等チェックシートを記入していただきます。ご自宅で検温してからご来館ください。

## ② 利用時間帯が変わります

二時間三十分の完全入れ替え制になります。時間区分は下記表をご覧ください。

## ③ 利用人数制限があります

当センターのトレーニングルームは一コマ五名定員となります。(トレーニングルームの面積により各センターで定員が異なります。)



事前予約で計画的なトレーニングをしましょう

	時間区分	利用人数
午前	9時00分～11時30分	5人
入れ替え、消毒時間	11時30分～13時30分	
午後	13時30分～16時00分	5人
入れ替え、消毒時間	16時00分～18時00分	
夜間	18時00分～20時30分	5人



新しい生活様式に合わせて  
トレーニングルームを  
活用しましょう！

### お願い

- ・更衣室とロッカーは利用できません。あらかじめ動きやすい服装でご来館いただき、荷物を入れるカバン等ご持参ください。
- ・トレーニングルーム利用時はマスクを着用してください。マスクをお持ちでない方は利用をお断りする場合がございます。
- ・マシン利用後は消毒のご協力をお願いいたします。
- ・ソーシャルディスタンス確保のため、一部マシンの利用を制限しております。

※ 使用方法や再開日時は、編集時現在の情報です。変更になる可能性がございますので、予めご了承ください。

三二歴史講座 花畑昔のものがたり  
『桜の新名所、毛長川・綾瀬川緑地と河津桜』

足立区地域学習団体 花畑四季の会



緑地と遊歩道 花畑6丁目 正面にスカイツリー

足立区花畑七丁目の大鷲神社の先の毛長川に架かる鷲宮橋の手前から、伝右川・綾瀬川へと合流する堤防に沿って綾瀬川下流の花畑二丁目付近まで続く、約一キロの整備された緑地と遊歩道があります。今年の春先には、花畑六丁目付近まで早咲きの河津桜が植えられました。足立風土記によると区画整理をする前のこの地域には、昔ながらの耕地や民家、工場、倉庫などが点在していました。当時の道路といえば下流の内匠橋から綾瀬川の西岸を北上し桑袋を経て埼玉県へと向かう、かつて旧花又村の大通りだった現在の都道四四六号線だけでした。また地元の外ヶ原町会の氏神・諏訪神社や、綾瀬川の水運を利用した造船所と煉瓦工場などがありました。

この緑地と遊歩道は足立区みどり公園推進室みどり推進課により、環境を重視した『毛長川緑地・綾瀬川緑地の桜づつみ整備事業』として進められ、令和元年度分として河津桜三十二本が植樹されました。更に今年度は南花畑四丁目

付近まで三十八本を予定し、合計で七十本が植樹されます。現在足立区では今年度に植樹する三十八本について、区民の皆さんに寄附のご協力をお願いしております。足立区のホームページ『河津桜・寄附』を御覧下さい。源氏の武将の伝説ゆかりの地、花畑の毛長川と綾瀬川沿いは花畑の新名所として、多くの皆さまに親しまれるでしょう。



外ヶ原の氏神・諏訪神社



緑地と遊歩道 花畑2丁目付近



花畑の煉瓦工場



伝右川の水門と河津桜 1



伝右川の水門と河津桜 2

提供：足立区立郷土資料博物館



## 作ってみよう！自分だけの絵本

画用紙を使って、本格的な製本をします。

📅 8月8日(土)

🕒 午前10時～午後4時

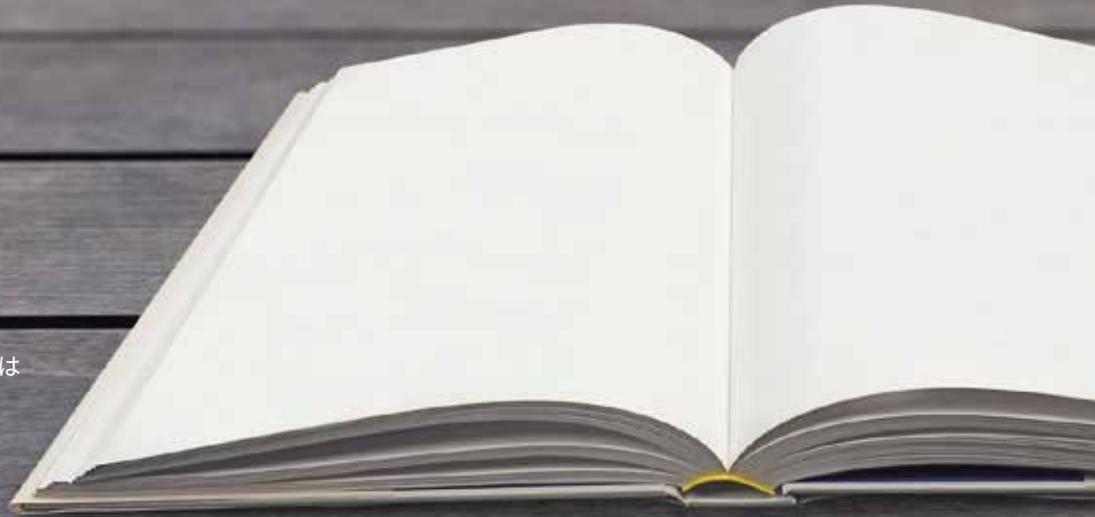
💰 850円

📍 2階 第1学習室

👤 小学生以上の方 6組  
\*小学生は保護者同伴

📞 各センターの電話・窓口または  
インターネットで受け付け

※正午から午後2時まで昼休憩です



📅 七月一日(水)～  
七月三十日(木)

**夏は図書館で研究に挑戦しよう！**  
児童コーナーに自由研究の手助けとなる特集本を設置します。  
図書館の本を使って、いろんな研究にチャレンジしよう。



**幼児室のカーペットが新しくなりました**  
幼児室のカーペットが、新しくなってふかふかになりました。おともだちといっしょに本を読むのに使ってみようね♪



赤ちゃん

いっしょに  
ぐるぐるしてみよう！

好きなフルーツは、なんですか？  
みかんだったり、イチゴだったり、  
たくさんあると思いますが、この絵本  
にはフルーツがたくさん出てきます。

ページをめくるたびに、フルーツの  
皮をむいたり、へたをとったりして、  
ポン！とまあ面白いお皿へ入れていくの  
ですが、そのリズム感がとても  
楽しめるところが、この絵本の魅力  
です。

「ミックスジュース」という手遊びを  
一緒にするのもおすすめです。

『ぐるぐるジュース』

矢野 アケミ / 作  
アリス館



新書

パパッとお片付け



一般

歴史から学ぶ

高校生の孫娘から、おじいちゃんに質問が届きます。  
授業で「戦争体験をした人の話を聞こう」という課題が  
出たからでした。同じ戦争をくぐり抜けたといっても、  
まったく異なった体験もあり、著者は自分史を刻む気持ち  
でありのままに次の世代へ語ります。

戦争体験というと、空襲、爆弾、疎開、食糧難などの  
悲惨な話が多いように思います。私はこの本もそうした  
内容が中心だろうと思いつながり読み始めましたが、そうでは  
ありませんでした。

学校で何度も習った太平洋戦争ですが、教科書に載って  
いたのは事実の一端でしかなく、かつて軍人であった著者の  
体験や考察に触れ、もっと知っておくべきことがたくさん  
あるのだと気づかされます。

『おじいちゃん戦争のことを教えて  
孫娘からの質問状』

中條 高德 / 著  
小学館

断捨離という言葉をよく聞くようになり、私も  
部屋をきれいにしたいと思っていたところこの本を  
見つけました。私は片付けが苦手な気が付いたとき  
に片付ける程度でした。この本を読んでなぜ苦手  
なのか、片付けをすることで生活にどんな良い  
影響があるのかなどを知ることができました。  
片付けをすることで、ものを減らすことが必要に

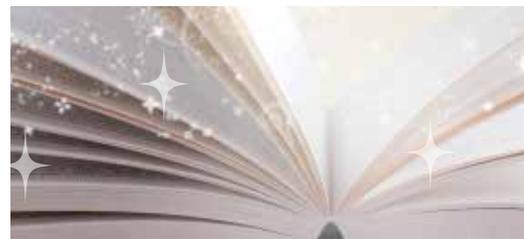
すごいぞ、  
ネコナ・デール船長！

ネコナ・デール船長は船でうまれた海の男です。優しくたくましく、みんなからも、たよられています。船長は飼っている猫をなでるだけで、魚の群れもあらしが来るのも、いろいろなことがわかってしまうからです。

どんなピンチも猫をなでて解決、たのしい船長の海の大冒険のお話です。もし、猫を飼っていたら「ネコナデール」と言いながら、なでてみるのはいかがでしょうか？困っていることのヒントがみつかるかも？

『ネコナ・デール船長』

おくはら ゆめ／作・絵  
イラスト・プレス



なりません、その際に実行力や決断力、継続力、他にも3つの力が付くなどの効果があるそうです。そしてこの力がどんどん生活面に繋がっていくのです。私はまだ付く片付けを意識し始めたばかりですが継続的に続けたいです。片付けられるようになりたいと思っています方はぜひ読んでみてください。

『1分で身につく片づけ力』

小松 易／著  
ベストセラーズ

ティーンズ  
パンダってかわいい

ことわざや慣用句などを覚えるのが苦手という方にオススメ！ 四匹のかわいいパンダが登場し、多くの言葉を紹介しています。

写真を見ながらパンダ同士の会話やつぶやきを読むだけでも楽しく、慣用句の使い方として載っている例題も「日常そんなことあるよね〜」という話ばかりで、見入ってしまいます。

その他にも『もっと！パンダメモ』というコラムがあり、ことわざや慣用句とは別に、パンダの暮らしや成長について書かれています。

パンダのイラストと一緒に類義語や対義語、補足説明も載っていて、楽しみ笑いながら学べる一冊です！

『パンダでおぼえることわざ慣用句』

大人も子どもも一生役立つ

学研プラス／著  
学研プラス

納豆の日は七月十日の語呂合わせから、一九八一年関西納豆工業協同組合によって納豆の消費拡大のために設けられました。その後、一九九二年全国納豆工業協同組合連合会が、全国的な記念日と改めました。

納豆はゆでた大豆に、納豆菌を種付けして作ります。こうした発酵食品は身体に良いとされています。また、食物繊維も豊富に含まれていて良いことづくしです。

【そぼろ納豆】や【干し納豆】などたくさん種類があり、食べ方も餅に絡めたり、

味噌汁に入れる等、多々あります。この記念日を機会に、食べたことのない種類の納豆に挑戦してみるのはいかがでしょう？

一般

『発酵』のことが一冊でまるごとわかる』

齋藤 勝裕 / 著  
ベレ出版

児童

『なっとうができるまで』

宮崎 祥子 / 構成・文  
岩崎書店

小倉百人一首  
クイズ

？ に入る言葉は何がよいか？

小式部内侍

大江山 いく野の道の 遠ければ  
まだ ？ みず 天の橋立

イ・ふみも ロ・つきも ハ・とりも



(答えは、11ページの下を見てね)

初マル  
手作りパン、私にも焼けた！

最近、高級食パンやフルーツサンドが流行っています。自分でもパンを作れるのかな？と思いついて、挑戦してみました。

挑戦したのは、型を使わない手捏ねパン。アスパラガスとコーンをトッピングすることにしました。まずは生地を作り、材料を計量し、混ぜて、ひたすら捏ねます。捏ねあがったら二倍の大きさになるまで発酵させ、発酵後は好きな形に成形し、更に発酵させます。二次発酵後、アスパラガスとコーンを盛り付け、マヨネーズや黒胡椒で味付けし、焼きます。焼き上がりが近づくと、パンの香りがしてきました！

焼き上がってすぐに食べたならフワフワで、とても美味しく出来ました。パン作りの本も沢山あります。手作りパンに挑戦してみませんか！



参考にした本

『超簡単「ちょい足し酵母」のパン作り 失敗なしでおいしさUP!』

吉永 麻衣子 / 著  
新潮社

今月の特集コーナー



児童

自由研究



ティーンズ

部活



一般

大人の学び



今後いろんな情報を発信しますのでよろしくお願いします！

「花畑センター動画チャンネル」ができました。動画をを通して分かりやすく、情報を発信していきます。現在第二弾として、自宅でもできるトレーニング動画を公開しています。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。



### 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

- センターのお知らせ
- 講座情報



## 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！バッタ ～ちびっこ自然体験～



公園スタッフと一緒に、家族でバッタを探して捕まえよう。  
※保護者の方向け！バッタについて書かれた「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

- 📅 7月26日(日)
- 🕒 午前10時30分～11時30分  
午後13時30分～14時30分
- 💰 無料
- 👤 各10名(抽選)  
未就学児とその保護者
- 📅 7月14日(火) 必着

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！バッタ参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

### 生き物を探せ！ ナイトアドベンチャー



夜の公園に入り、サンクチュアリ探検、コウモリ観察を行おう！

**事前申込** ※電話でのお申込みはできません

- 📅 8月16日(日)
- 🕒 午後6時30分～午後8時30分
- 💰 無料
- 👤 20名(抽選) 小学生以上  
※小学生は保護者の申し込みも必要
- 📅 8月4日(火) 必着

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「ナイトアドベンチャー参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

### ザリガニマスターになろう



アメリカザリガニを捕まえて実験しよう。

**当日申込**

- 📅 7月24日(日)
- 🕒 午後2時～3時  
午後3時30分～4時30分
- 💰 無料
- 👤 各10名(先着順) どなたでも

※イベントの受付は、あやせ川清流館前にて午前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

- 📅 8/7・21・28 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      👤 各 10 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

### 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

- 📅 8/6・20・27 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



## 子ども・親子

### 小学生キッチン 「夏野菜のカレーライス」

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。



- 📅 8/2 (日)
- 🕒 午前 10 時～午後 1 時
- 💰 800 円      👤 20 人
- 🎓 木下 操・山本 登美子
- 📍 料理室
- ※ 小学 4 年～6 年

### 夏休み子ども 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

- 📅 8/20 (木)
- 🕒 A: 午前 10 時～11 時 30 分  
B: 午後 1 時 30 分～3 時
- 💰 630 円      👤 A:10 人 B:10 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。



- 📅 8/5 (水)・19 (水)
- 🕒 午前 10 時 30 分～正午
- 💰 1,130 円      👤 各 3 組
- 🎓 石田 理佳
- 📍 教養室
- ※ 2 ヶ月～1 歳未満の子どもと母親

### 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

- 📅 8/1～29 の毎週土曜日
- 🕒 午前 11 時～正午
- 💰 2,680 円      👤 10 人
- 🎓 清水 あゆみ
- 📍 レクリエーションホール
- ※ 16 歳以上の女性



## 一般・シニア

### 作ってみよう！ 自分だけの絵本

画用紙を切って本の形を作ります。小さいけれど本格的な製本です。



- 📅 8/8 (土)
- 🕒 午前 10 時～午後 4 時  
(正午～午後 2 時まで休憩)
- 💰 850 円      👤 6 組
- 🎓 吉澤 はる江
- 📍 第 1 学習室
- ※ 小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)

## 美文字講座 「おしゃれな字を書こう」

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。



- 📅 8/6 (木)
- 🕒 午後7時～9時
- 💰 1,380円    👤 20人
- 👤 伊藤 紫扇
- 📍 第1・2学習室

## 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。



- 📅 7/28 (火)
- 🕒 午前10時～正午
- 💰 650円    👤 20人
- 👤 石峰 恭子
- 📍 工作室

## 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。



- 📅 8/1・8・29 いずれも土曜日
- 🕒 午後1時30分～2時30分
- 💰 1回560円    👤 各15人
- 👤 全珍玉 (CHINO)
- 📍 レクリエーションホール

## 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。



- 📅 7/7 (火)・21 (火)
- 🕒 午後2時50分～4時00分
- 💰 1回200円
- 👤 20人 (抽選)
- 📍 レクリエーションホール

## はにわ屋さんの手作りおやつ付き アイスコーヒー教室

コーヒー豆専門店「はにわ屋」からアイスコーヒーのおいしい入れ方を学びます。



- 📅 7/19 (日)
- 🕒 午前10時～11時
- 💰 1,000円    👤 12人
- 👤 内藤 香代子 (はにわ屋)
- 📍 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

- 📅 7/18・25、8/8 いずれも土曜日
- 🕒 午後1時30分～3時30分
- 💰 1,820円    👤 15人
- 👤 ほし☆みつぎ
- 📍 第3学習室
- ※小学5年生以上のかぎ針が使用できる方

## 6/26 から 受付開始

📞 AM 9:00～  
03-3850-2618

📺 PM 1:00～



花畑センター



Facebook

## スポーツワン 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。



- 📅 7/19 (日)
- 🕒 午前9時30分～午後8時30分
- 💰 1チーム10,000円    👤 40人
- 📍 体育館
- ※ 詳細はセンターまで
- ※ 申し込みはチーム単位

## クリスタリア 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。



- 📅 7/12 (日)
- 🕒 午前9時30分～午後8時30分
- 💰 1チーム10,000円    👤 40人
- 📍 体育館
- ※ 詳細はセンターまで
- ※ 申し込みはチーム単位

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。



📅 7/14 (火)・28 (火)  
🕒 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。



📅 7/24 (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。

### はじめて遊ぼう おはじきサッカー体験会

おはじきサッカーを基礎から学んで体験します。



📅 7/4 (土)・18 (土)  
🕒 午後2時～4時  
💰 無料  
👤 スタッフ 各16人  
📍 1階ホール  
※どなたでも参加できます

### 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。



📅 7/12 (日)  
🕒 午後1時30分～4時  
💰 800円 各20人  
👤 見川 文雄  
📍 第1・2学習室

### 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体験しましょう。



📅 7/2～30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  
※7/23を除く

### みんなで遊ぼう カーレット体験会

カーリングを卓上で手軽に楽しみましょう。



📅 7/11 (土)・25 (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：7/20(月)
- 花畑図書館：7/20(月)・31(金)
- 花畑住区センター：日曜・祝日・7/20(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7月1日  
編集・発行/指定管理者/TM・アズビル共同事業体

