ハナハタ フレンズ

2021 7

健康麻雀の紹介

花畑地域学習センター
体育館・図書館
Hanahata Community News Paper vol.100 2021.7

健康麻雀同好会の紹介・・・・・・・2
文学歴史塾紹介 ・・・・・・・・・・・・3
ハワイアンリボン講座紹介 ・・・4
図書館だより ・・・・・・・・・・5～8
花畑SNS・ビオトープ・・・9
講座情報 ・・・・・・・・10 ～ 11
サロンの紹介・アクセス・12

健康麻雀同好会 ひまわり

「吸わない」「賭けない」「飲まない」が大原則

感染防止対策も徹底して、健康的にマージャンを楽しみます

マージャンというと、ルールや用語が難しい、賭け事のイメージが強く抵抗がある、という方もまだまだいらっしゃるのではないでしょうか。しかし最近では、頭脳ゲームやコミュニケーションツールとしてマージャンの可能性が見直されてきました。

そして、その取り組みとして『吸わない』『賭けない』『飲まない』を原則とした健康マージャンがあります。

当センターで毎週日曜日活動している『健康麻雀同好会 ひまわり』さんもその原則に則って活動されています。

流れを読み、捨て牌からも相手の役を読んだりと頭をつかいます

取材にお邪魔した時も、皆さんマスクやフェイスシールドを着用し黙々とプレイしていました。窓を大きく開けていて風通しもばっちり。もちろん、アルコールやタバコもありません。

マージャンは頭を使って考えながら手を動かすので脳の活性化や老化防止につながります。また、牌を捨てる決断力、そして自分がどう攻めていくかの判断力が磨かれます。

楽しく遊んで脳にも良い、健康マージャンを一度覗いてみてはいかがでしょうか。

各テーブルの間隔をあけて配置しています

※ 入会をご希望の方は当センター窓口またはお電話にて申し付けください

誰でも気軽に「文学・歴史」を学びなおせます
知って親しむ文学歴史塾

大きなスクリーンで資料を見ながらわかりやすく鈴木雅三さんが教えてくれます（2017 年開催の様子）

当センターでは、年に二回『知って親しむ文学歴史塾』という講座を開催しています。

文学や歴史を学ぶ、というと少し堅苦しい感じがするかもしれません。ですが、この講座は学者や講師を招いた、いわゆる講義形式ではなく参加者同士の意見交換や話し合いがメインの気軽な楽しい講座です。

題材についての資料集めやまとめの作成、そして当日の司会進行まで務めてくださるのは、登録団体花畑四季の会の皆さまです。本紙でも長く『ミニ歴史講座花畑昔ものがたり』を連載していただいていました。

講座は二部制になっていて、一部ではその人の生涯や作品を紹介し、二部で意見交換会を行います。題材について知らない、読んだことがないという方でも参加しやすい内容となっていますので、まずはお気軽にご参加ください。

皆さんが真剣に講義を聞いている様子

知って親しむ文学歴史塾「石坂洋次郎と青い山脈」

- 7/17（土）
- 午後 1 時 30 分～ 3 時 30 分
- 15 人
- 登録団体「花畑四季の会」
- 第 1・2 学習室

6月26日から受付開始

石坂洋次郎ってどんな人？

青森県弘前市出身の小説家です。『若い人』『青い山脈』『陽のあたる坂道』などの作品を執筆しました。人柄や生涯、作品についてもっと学びたい方は、講座への参加をお待ちしています。

カラフルなリボンで気分は南国に！
ハワイアンリボンと貝がらで
オリジナルリース作り

講師が丁寧に教えてくれます。仕上がりが楽しみですね！写真は、かばん作り。

過去の作品例です。どちらも写真映えする素敵な作品になりますね！

夏を感じられる素敵な講座です。この機会に是非参加してみてください！

リボンを縫ったり、編んだりして作るリボンレイは、ハワイアンクラフトのひとつです。今回の講座では、リボンレイ作成の時に使用するハワイアンリボンと貝がらを飾りつけて、オリジナルリースを作ります。

装飾に使うリボンの色や貝がらは参加者の自身がチョイスできるので、自分だけのとっておきオリジナルリースが作れます。講師が作成した、青や白でまとめた目にも涼しいリースの見本はセンター窓口に展示してありますのでご覧ください。

カラフルでかわいいリボンで気分はハワイに行ってみませんか。

ハワイアンリボンと貝がらで オリジナルリース作り

- 7/12（月）
- 午前 10 時～正午
- ¥ 2,130 円　15 人
- 鈴木 公子
- 第１・２学習室

6月26日から受付開始

HANAHATA

花畑図書館
7月イベント情報

作ってみよう！自分だけの絵本

画用紙を使って本格的な絵本を作ります。作った本にお話しや絵を描いてオリジナルの絵本を作りましょう。

- 7月31日（土）
- 午前10時～午後4時
- 花畑地域学習センター　第1・2学習室
- 900円
- 10人　小学生以上の方　※小学生は保護者同伴
- 各センター電話・窓口またはインターネットにて事前申し込み
- 正午から午後2時まで昼休憩です

モノ作りブックトーク「伝統工芸の絵付けを知ってみよう」

図書館スタッフによる伝統工芸とお皿に関する読み聞かせのあとに紙皿を使って実際に絵付けをします。

- 七月十日（土）
- 午後三時～三時三十分
- 花畑図書館　おはなしのへや
- 無料
- 就学前の子ども～小学生と保護者　三組
- 花畑図書館　電話または窓口で事前申し込み

世界を旅するおはなし会「オランダで人気のスポーツ」

図書館員が足立区のホストタウンオランダで人気のホッケーを紹介します。

- 七月二十四日（土）
- 午後二時三十分～三時
- 花畑地域学習センター　第二学習室
- 無料
- 就学前の子ども～小学生と保護者　十組
- 当日、直接会場へお越しください

花畑図書館：03-3850-2601

赤ちゃん

いたいがとんでいったら どうなるの？

ぼくがころんで、おでこをごっちん!!
「いたいの、いたいの…　とんでいけ！」
本当にとんでいって、いぬさんのおでこにぺったんこ。いぬさんもいたくて、がまんできませんでした。
「いたいのいたいの…　とんでいけ！」
次々と『いたい』がとんでいってしまいます。そして、ぼくにもどってきてしまいました。
「いたいのいたいの、そらのうえまでとんでいけ！」
すると、かみなりさまのおでこにぺったんこ。さて、かみなりさまは『いたい』をどうするのか絵本を読んでみてね。

『いたいのいたいの　とんでいけ！』

山岡　ひかる／さく
絵本館

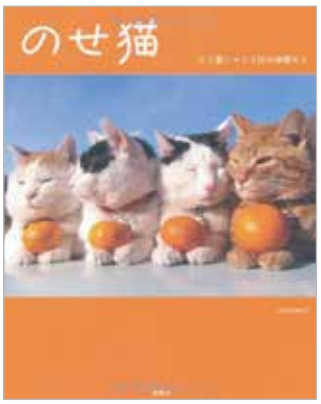
一般

載せられても動じません

猫は自由気ままでマイペース、お願いしても人の言うことはほとんど聞きません。頭の上に物を載せても、嫌がってすぐに逃げるか、なんてことをしてくれるんだと、猫パンチをお見舞いされます。
そんな常識を覆すのがこの本です。みかんを載せられても、ざるを載せられても、空き箱を載せられても堂々としているその姿は、ユーモラスでありながら可愛さ満点です。四兄弟そろって物を載せている姿は、癒ししかありません。
物を載せているだけでなく、猫ならではの面白くて可愛い写真も紹介されており、心がほっと和みます。かご猫、箱入り猫、猫団子……。
様々な表情を見せてくれる猫達に、とても癒される一冊です。

『のせ猫　かご猫シロと3匹の仲間たち』

SHIRONEKO／著
宝島社



児童

え？これこんな名前なの？

パンのふくろを閉じるアレやおさしみのパックなどにしかれているアレ。実は、アレにも名前があります。

この本では「こんな名前だったのか！」や「なんでそんな名前になったの？」とびっくりするようなモノの名前を紹介しています。パンのふくろを閉じるアレはバッグクロージャーという名前があるんです！

他にも掛け声で「よーい、ドン！」が登場する前は「よろしゅうございますか、用意」や「ひぃ、ふぅ、みぃ、はい！」などと言っていたと紹介されていました。

名前にはいろいろな意味や歴史があります。家族や友だちに話してしまいたくなるおもしろい発見がいっぱいの一冊です。

『アレにもコレにも！モノのなまえ事典』

杉村　喜光／文　大崎メグミ／絵
ポプラ社

ティーンズ

敗者には二つのタイプがあります

敗者には二つのタイプがあります。『たまたま負けた人』と『負けるべくして負けた人』です。

本書ではテレビや小説などで有名ないわゆる『勝者』の歴史ではなく『敗者』がなぜ負けたのかを教えてくれる一冊です。

例えば、学問の神様として有名な菅原道真は学者の一家に生まれ、学者のトップに上り詰めると宇多天皇から政治家として抜擢され異例の出世を果たしました。しかし、その優秀さゆえに政界で孤立し、ライバルであった藤原時平の策略で京から大宰府へと左遷されてしまいます。

なぜ、これほど優秀だった菅原道真は失脚してしまったのか、本書では、しくじりポイントを交えて解説しています。ぜひ読んでみてください。

『だから拙者は負けました。日本史の敗者たちの〝しくじり〟と言い訳』

本郷　和人／監修
宝島社

今月の★記念日

七月二十五日はかき氷の日！

かき氷の日は、一九三三年七月二十五日に当時の日本最高気温を山形市が記録したことで、かき氷を食べるのにふさわしい日として日本かき氷協会が、制定しました。

夏の暑い日に食べるかき氷は格別においしいもので、今では全国どこでも季節を問わずに食べられるようになりました。昔はシロップをかけたかき氷を食べていましたが、今やフルーツのジャムを乗せたものやティラミスのようなかき氷まで登場し、時代に合わせて新しい味が増えています。

これから先、どんなかき氷が食べられるのか楽しみです。

一般

『なぜ、真冬のかき氷屋に行列ができるのか？』
川上徹也　石附浩太郎／著
日本実業出版社

児童

『かき氷　天然氷をつくる』
細島雅代／写真
伊地知英信／文
岩崎書店

小倉百人一首クイズ

参議等
浅茅生の　小野の篠原　忍ぶれど
あまりてなどか　人の恋しき

問題

「あまりてなどか」はどんな意味でしょう。

イ・我慢できないのはなぜ　ロ・とても寂しくて　ハ・のどかな場所

恋しい気持ちが「あまりてなどか」。情熱的な歌ですねー。

（答えは、11ページの下を見てね）

今月の特集コーナー

世界はひろい

あの人のオススメ本

山が好き　海が好き

初マル　涼しいインテリアに大変身

増えたおうち時間で断捨離をしていると、使いかけのマニキュアが沢山見つかりました。

何かに再利用が出来ないかと検索したところ『マニキュアフラワー』に辿り着きました。

用意したのはマニキュア、細いワイヤー、太さの違う棒三種類、ビーズ等、買い足す物は何もない！　まずは太さの違う棒にワイヤーを巻き付け、花びら作り。棒から外し、色々な花びらの形に成形し、マニキュアで膜を張ります。逆さに吊るして乾かしたり二度塗り等すると、花びらに味わいが出てきます。乾燥後、花の形に整え束ねます。

今回は買い足しせず作ったので、飾るとき見映えがするようにガラスコップに天然石を入れて挿すことにしました。おうちにマニキュアが余っている方、再利用におススメです。

参考にした本
『マニキュアフラワーでつくるアクセサリー　ワイヤーで花びらをつくり、色を塗るだけ』
hina工作室／著
池田書店

センターSNSの紹介

花畑地域学習センターでは、フェイスブック、ユーチューブ、ラインなどさまざまなSNSを通じて情報を発信しています。
「わかりやすい」「役に立つ」「楽しい」情報発信をしていきますのでぜひチェックしてみてください！

Facebook　LINE　YouTube

よかったら登録してね！

足立区桑袋ビオトープ公園

〒121-0061　足立区花畑8-2-2
https://ces-net.jp/biotop/
03-3884-1021　03-3884-1041

家族で探そう！バッタ〜ちびっこ自然体験〜

公園スタッフと一緒に、バッタを探して観察しよう。
※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25日（日）
- 午前10時30分〜11時30分
  午後1時30分〜2時30分
- 無料
- 各10名（抽選）
  未就学児とその保護者
- 7月13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、希望時間（第2希望まで）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。

うき島池ナイトボートクルーズ

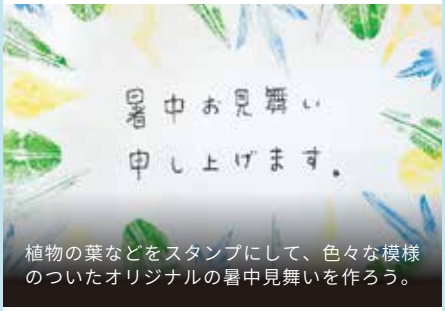
夜にうき島池をボートで回り、水辺の生きものを間近で観察しよう。

事前申込　※電話でのお申込みはできません

- 8月14日（土）・8月15日（日）
- 午後7時〜8時30分
- 無料
- 各4組（抽選）※2人1組　小学生以上
  （中学生以下は保護者の申込も必要）
- 8月3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「うき島池ナイトボートクルーズ参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

植物スタンプで作ろう暑中見舞い



植物の葉などをスタンプにして、色々な模様のついたオリジナルの暑中見舞いを作ろう。

当日申込

- 7月4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。

bio-park@ces-net.jp

※状況によりイベント内容が変更になる場合がございます。

小学生向け楽しみながら全集中コーディネーション

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。

- 8/6（金）・20（金）・27（金）
- 午後 4 時 15 分～ 5 時
  午後 5 時 15 分～ 6 時
- 1,680 円　各 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
- ※ 小学生

幼児向け楽しみながら全集中コーディネーション

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。

- 8/5（木）・19（木）・26（木）
- 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

小学生の料理教室

小学生が一人でも料理を作れることを目的とした料理教室です。

- 8/1（日）
- 午前 10 時～午後 1 時
- 1,270 円　12 人
- 木下 操・山本 登美子
- 料理室
- ※ 小学 4 ～ 6 年生
- ※ 料理教室は中止となる可能性があります。

小学生向け創作をのびのび楽しむ絵画造形教室

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。

- 8/19（木）
- 午後 1 時 30 分～ 3 時
- 630 円　10 人
- 石峰 恭子
- 第1･2 学習室
- ※ 小学生

幼児向け感性を刺激する楽しい工作＆絵画教室

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。

- 8/19（木）
- 午前 10 時～ 11 時 30 分
- 630 円　10 人
- 石峰 恭子
- 第1･2 学習室
- ※ 3歳～就学前の子ども

ベビーマッサージ教室でゆるふわくつろぎタイム

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。

- 8/4（水）・23（月）
- 午前 10 時 30 分～正午
- 1 回 1,130 円　各 3 組
- 石田 理佳
- 教養室
- ※ 2カ月～ 1 歳未満の子どもと保護者

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。

- 7/13（火）・27（火）
- 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

ナイトフラダンスサークル体験

初心者でも始めやすいよう基礎となる動きや姿勢を中心に学んでいきます。

- 7/13（火）・20（火）・27（火）
- 午後 7 時～ 8 時
- 無料　各 8 人
- ナイトフラダンス
- レクリエーションホール
- ※ 16 歳以上の女性

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。

- 8/7（土）・21（土）
- 午後 1 時 30 分～ 2 時 30 分
- 1 回 890 円　各 15 人
- ＣＨＩＮＯ
- レクリエーションホール

時間　日付　講師　人数・対象　費用　場所

おしゃべり＆かぎ針編みで作るあみぐるみサロン

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。

- 7/24（土）・31（土）・8/7（土）
- 午後 1 時 30 分 ～ 3 時 30 分
- 1,820 円　10 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

クリスタリア バスケットボール大会

- 7/18（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

スポーツワン バスケットボール大会

- 7/11（日）・25（日）
- 午前 9 時 30 分～午後 8 時 30 分
- 1 チーム 10,000 円　各 100 人
- 体育館

※ 詳細はセンターまで・申し込みはチーム単位

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。

- 8/7（土）・21（土）
- 午前 10 時 30 分 ～ 11 時 30 分
- 1,780 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

ハワイアンリボンと貝がらでオリジナルリース作り

ハワイアンリボンと貝がらを使って、夏用のリースを作ります。

- 7/12（月）
- 午前 10 時～正午
- 2,130 円　15 人
- 鈴木 公子
- 第 1 ・ 2 学習室

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、お話や絵を描き絵本を作ります。

- 7/31（土）
- 午前 10 時 ～ 午後 4 時
- 900 円　10 人
- 吉澤 はる江
- 第1･2 学習室

※ 小学生以上の方 (小学生は保護者同伴)

※ 正午 ～ 午後 2 時まで休憩

知って親しむ文学歴史塾「石坂洋次郎と青い山脈」

「文学・歴史」を好んで学習する方や、興味がある方にも参加しやすい内容です。

- 7/17（土）
- 午後 1 時 30 分～ 3 時 30 分
- 無料　15 人
- 花畑四季の会
- 第 1 ・ 2 学習室

講座・イベントについて

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、当センターが主催するイベントや講座事業などを中止や延期または定員の制限を行う場合がございます。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

字が綺麗になるペン字書道教室

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。

- 8/5（木）
- 午後 7 時 ～ 9 時
- 1,380 円　20 人
- 伊藤 紫扇
- 第1･2 学習室

大人の私でも楽しめる優しい塗り絵広場

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。

- 7/27（火）
- 午前 10 時 ～ 正午
- 650 円　20 人
- 石峰 恭子
- 第1･2 学習室

6月26日から受付開始

※クイズの答え：イ　我慢できないのはなぜ
全体の意味：「小野の篠原」という言葉の「しの」というとおり、忍びに忍んできたけれどこらえられず、どうしてこんなにあなたが恋しいのだろう。

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・イベントのお知らせ

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。

7/13（火）・27（火）
午後 2 時 50 分～ 4 時 30 分
1 回 200 円　各 40 人
うたごえ仲間実行委員会
レクリエーションホール
※ どなたでも参加できます
※ 中止となる場合がございます。

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。

7/23（金・祝）
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。

はじいて遊ぼう 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。

7/3（土）・17（土）
午後 2 時～ 4 時
無料
スタッフ　各 10 人
1 階ホール
※ どなたでも参加できます

さんさんストレッチ

7/20（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

ユーモア川柳

7/11（日）
午後 1 時 30 分 ～ 4 時
800 円　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「カーレット」

7/1 ～ 29 の毎週木曜日
午前 10 時～正午　※7/22 を除く
1 回 100 円　各 20 人
スタッフ
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

7/3（土）・17（土）
午後 2 時～ 4 時
無料　各 20 人　1 階ホール

※どなたでも参加できます

一緒に楽しみ癒される花壇ボランティア活動しよう

植栽計画を立てて土づくりなど、初心者の方でもお気軽に楽しめます。

7/6（火）・13（火）・27（火）
午前 10 時～ 11 時 30 分
無料　各 10 人
栗本 恵美子
第 1 学習室・敷地内花壇

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【竹の塚駅東口 ⇔ 花畑団地】「団地入口」下車５分
・竹16系統【竹の塚駅東口 ⇔ 文教大学】「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

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: 7/19（月）
花畑図書館: 7/19（月）・30（金）
花畑住区センター：日曜・祝日・7/19（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

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。

ハナハタフレンズ
発行日：2021年 7月1日
編集・発行 / 指定管理者 / TM・アズビル共同事業体

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