

ハチハタ

2022

フレンス

4

新しい学びと
憩いの場



花畑地域の新しい憩いの場 文教大学カフェを取材しました



木のあたたかみを感じるともおしゃれな店内、日替わりランチは入口に掲示されています。

2021年4月に開設した文教大学東京あだちキャンパス。地域に開かれた大学として、学食やカフェ、図書館も地域住民に向け開放されていて自由に使うことができます。そのなかでも今回は文教大学のカフェを取材させていただきました！

カフェは正門から入り時計塔の下を抜けてケヤキコートをまっすぐ進むとあります。木の温もりや日差しのおかげを感じられる店内はとってもおしゃれ。ソファはふかふかで座り心地抜群。少しの休憩のつもりがいついっしょ長居してしまいそうなくらい落ち着きます。

店内ではコーヒーやソフトドリンクのほか、手作りパンやたっぷり食べられる食事メニューも提供されています。

驚きなのは、さまざまな種類のコスタコーヒーが飲めること。ロンドン発祥で、日本でもじわじわと人気広がっているコスタコーヒーがここで飲めるとは知らず、びっくりしました。

そして食事メニューも種類が豊富です。なかでも人気なのは「バリ辛カレー」だそう。いただきましたが、確かに辛い！でもなぜかスパイスがとまらなくなる絶妙な美味しさで、次回もまた頼もう

文教大学カフェ



📅 休み：土・日・祝
🕒 10:00～14:00
(食事ラストオーダー 13:30)

カフェのツイッターはこちら！



と思っっています。大学の学生、先生方のみならず常連さんにもファンが多いそうです。ぜひ一度チャレンジしてみたいかでしょうか。

お子様連れでも大歓迎。子どもから大人まで地域のたくさんの方に知ってもらいたい。そして気軽に利用してほしい。カフェはそんな素敵な思いで運営されています。

学校というと学生のもので、一般の人は入りにくいイメージがありますが、ここは全然そんなことはありません。誰でも気軽に立ち寄れて、おいしい飲み物や食事をいただける文教大学カフェに、ぜひ足を運んでみてくださいね！

カフェでフレンズを見たとっていただけの方

ソフトドリンク
1杯無料



期間：2022年4月28日まで

※カフェで食事をした方に限りです



毎日手作りしているパン。



バリ辛カツカレーをいただきました。



大人からはじめる クラシックバレエ教室が新しくなります

毎週土曜日午前10時30分から開催している『大人からはじめるクラシックバレエ教室』が、4月から初級クラスと中級クラスに分かれて開催することになりました。

初級は、これまでのように初めてバレエを習う方のためのクラスです。ストレッチから始め、バレエのポジションやステップ、バレエ用語を少しずつ覚えられます。音楽にあわせて体を動かす楽しさを知っていただけるような内容です。

中級はポジションとバレエ用語が分かっている経験者の方で、ステップの練習をしたい方のためのクラスです。シンプルなバーレッスンとセンターレッスンをしながら、バレエを踊るための体作りをしていきます。ステップとステップを組み合わせた動きにも少しずつ挑戦していく発展的な内容です。

初級を続けていてそろそろ物足りなかったという方、子どもの頃にバレエの経験があったもう一度やってみたい、という方は中級クラスに挑戦してみるのはいかがでしょうか。

初級でレッスンしていてもっと上達したい方や経験者の方は中級へ、興味のある方はこの機会にバレエをはじめてみませんか！



講師プロフィール 清水あゆみ先生

第17回全日本バレエコンクールファイナリスト
多数の公演で主演、ソリストを踊っている。
日本バレエ協会主催の全日本バレエコンクールではインストラクターを務めている。

※講座の開催日、時間の詳細は11ページの講座詳細をご覧ください。

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

虫の赤ちゃん大集合！



春に見られる様々な虫の幼虫を捕まえ、観察しよう！

当日申込

📅 4月29日（金・祝）

🕒 午前10時～11時・午後2時～3時

💰 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申込も必要。

家族で探そう！ダンゴムシ ～ちびっこ自然体験～



公園スタッフと一緒に、家族でダンゴムシを探して観察しよう。※保護者の方向け！ダンゴムシの生態について書かれた「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

📅 4月24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

📅 4月12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！ダンゴムシ参加希望」と明記の上、当公園へ送付。

自然のあそび屋台



「春の虫みつけ！」と「池の生きものみつけ！」の2つのプログラムから、好きなものを選んで挑戦しよう！

申込不要

📅 4月10日（日）・17日（日）

🕒 午後2時～2時30分

💰 無料

👤 なし どなたでも

📍 うき島池デッキ横集合

※イベントの受付は不要。当日直接会場へお越しください。

※就学前の子どもは保護者の申込も必要。

※雨天の場合、あやせ川清流館で行います。

🏠 <https://ces-net.jp/biotop/> ✉ 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。



図書館の使い方が 広がりました！

花畑図書館に自動貸出機が設置されました。
3階の図書館から出て、2階の学習スペースや1階の体育館・トレーニングルームなど好きな場所で本を読むことができます。
1階ロビーにある自動貸出機を使えば、3階の図書館に立ち寄らず、本を借りて帰ることもできます。

使い方が広がって、とても便利な図書館をぜひ、ご利用ください。

動画は
こちら



📅 4月25日(月)～5月15日(日)
📍 花畑図書館



春の読書週間イベント
テーマは『本と一緒に【みらい】を楽しもう』
【みらい】を想像できる素敵なイベントを開催します。



📅 毎月第3土曜日
🕒 午後1時～5時
📍 花畑図書館
💰 無料
👤 中学生・高校生
📞 花畑図書館
電話または事務室まで

ティーンズボランティア募集中
一緒に図書館の仕事をやってみませんか？ 書架整理、本の修理、本の紹介POP、ボランティア日より発行、図書館のイベント手伝いなどあります。

4月は年度が変わり、子どもたちは進級、進学で胸を弾ませていることでしょう。社会人でも会社の部署や環境が変わるなど、新しい一步を踏み出すことが多い月です。

「最初の一步の日」は1800(寛政12)年4月19日に伊能忠敬が蝦夷地の測量に出発したことに由来します。忠敬はその後、16年にわたって全国を測量して歩き、日本最初の本格的な実測地図「大日本沿海輿地全図」の作成を手掛けました。忠敬が蝦夷地の測量を始めたのは本業を引退した50歳の時でした。現在でいうセカンドライフです。

しかしこれは本人だけでなく日本地図としても歴史的な第一歩となりました。何事も、最初は一步から。挑戦する気持ちを大切にしたいものです。

ティーンズ

『ミライの授業』

瀧本 哲史 / 著
講談社

児童

『伊能忠敬
歩いて作った初めての日本地図』

たからしげる / 文
あかね書房

初マル 偶然見つけた愛しい姿

切り絵と聞くと平面を思い浮かべる方が多いと思いますが、この本ではフレーム状のパーツを組み合わせて立体になる切り絵カードの作り方が載っています。

キレイだなと本を手に取ったのですが、難しそうで見ただけで終わるなど思いつつページをめくっていると、私の大好きな『神戸のお嬢さま』と愛称が付いているパンダの『タンタン』にそっくりな作品が！

これは作らねばと四苦八苦しながら切り出しました。ちょっと歪みましたがカワイイので満足です。

色々なデザインがあり、眺めるだけでも面白いので、ぜひ、お読みください。



参考にした本

『4つのカタチが楽しい
立体ポップアップカード』

月本 せいじ / 編著
グラフィック社

小倉百人一首

クイズ

問題

笹原に風が吹いています。どんな音がしているでしょう？

イ・そよそよ ロ・ひゅーひゅー ハ・かさかさ



風の音には2つの意味を持たせています。

(答えは、11ページの下を見てね)

大式三位
有馬山

猪名の笹原 風吹けば

いでそよ人を 忘れやはする



今月の特集コーナー

児童



みらい

ティーンズ



お弁当

一般



身体が資本

赤ちゃん

おいしいのとは？



表紙をめくると『におい』がしてきます。これはなんの『におい』かな？ そのページには『におい』と一緒に、焼けたパンや魚が描かれていて、見ているこっちにまで『朝のにおい』がしてきそうでした。次の『におい』には桜や花火といっしょに、いちじょうや雪もあります。これは『季節のにおい』でした。『におい』からも、きせつを感じるができます。ほかにもたくさん『におい』が描かれています。ぜひ、『におい』のとはなにか想像しながら読んでみてください。

『このにおい なんのにおい』

柳原 良平 / 作・絵
こぐま社



一般

東京五輪で話題になったベッドはダンボール！



『ポチる』という言葉を聞くとネットショッピングを連想するようになりました。重い荷物を持たず手軽に買える物ができて便利ですが、届いた荷物の数だけダンボールが増えて、ちょっと困りもの。

そんなダンボールを変身させるコツが詰まっている、この一冊！ これなら作れそう、と思えるものがたくさん紹介されています。

ダンボールというと昨年の東京五輪でも話題になったダンボールベッドがありますが、本書ではリモコンラックやタブレットスタンド、人形用ベッドまで紹介されていて、板を切ったり釘を打ったりしないので、とてもお手軽！

親子で楽しい時間を過ごせる一冊となっています。ダンボールを再利用してエコ活動にも取り組んでみませんか。

『家族がよろこぶダンボール工作 子供のための収納・家具・おもちゃ』

Pika / 著
日本ヴォーグ社



忘れていたおもちゃに
会いたくなりました

アンナちゃんのブラウスの一番上にとまっている丸いお顔のボタンちゃん。ある日、糸が切れてコロコロ転がっておもちゃ箱の裏側にたどりついたボタンちゃんが出会ったのは、アンナちゃんが赤ちゃんの時、ともに過ごした思い出の品物たちでした。

成長とともに使われなくなってしまっておもちゃやよだれかけ。でもそういったものたちから、子どもはいろいろな思い出をもらって大きくなるのでしょうか。ボタンちゃんの優しさに心が暖かくなる絵本です。

『ボタンちゃん』

小川 洋子／作
岡田 千晶／絵
PHP 研究所



不思議の国の物語を、
より一層楽しむための一冊です

世界的に有名なお話『不思議の国のアリス』と、その続編ともいわれる『鏡の国のアリス』を、様々な角度から解説した一冊です。

独特の世界観で進行していく物語を、当時のイラストや写真を数多く用いながら分かりやすく解説しています。シュールでナンセンスな言い回しが多く、なかなか理解しにくい文章ですが、そこにはマザーグースの詩が使われているなど、意外な発見もありました。

後半では、作者のルイス・キャロルについて紹介されています。写真撮影の技術は高く評価されていたといわれ、彼が撮影した写真も多数掲載されています。

不思議でおかしな世界の誕生と、その背景に迫る一冊です。

『図説 不思議の国のアリス』

桑原 茂夫／著
河出書房新社



SDGsってなんですか？

SDGs (エス・ディー・ジーズ) とは「Sustainable Development Goals (持続可能な開発目標)」の略称です。SDGs は 2015 年 9 月の国連サミットで採択されたもので、国連加盟 193 国が 2016 年から 2030 年の 15 年間で達成するために掲げた目標です。17 の大きな目標と、それらを達成するための具体的な 169 のターゲットで構成されています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



<https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/about/>

株式会社 14za (じゅうよんざ)

足立区竹の塚 1-30-25-1102 ☎ 080-4131-1102



近藤やよい区長 (左)、株式会社 14za 代表の加藤さん (右)

**足立区でSDGsに
取り組んでいる団体紹介**

最初の緊急事態宣言から2年。「仕事や授業、イベントなど、オンライン開催となるが増えていく中、自ら操作しアクセスができる高齢者の方ほどのくらいいるのだろうか。難しいと感じ、取り残されている方はいないだろうか？」そんな思いからオンライン面会支援サービスを始めた株式会社 14za (じゅうよんざ) 代表の加藤さん。

支援活動と共に感じていることやこれから行いたい活動についてお話を伺いました。



事例：車中でのオンライン面会

加藤さんは、38年間システムエンジニアとして開発導入に携わり、あと2年で定年退職というところで、自分自身のセカンドキャリアについて考え始めたそうです。

会社組織から離れ自分が持っているスキルを活かしたい、地域に貢献したい、という思いに至り、会社員の時はICT(※)システムを提供するという仕事を続けていましたが、これからはICTシステムが生み出す利便性を提供する活動をしていきたいと現在の活動を始めたそうです。

※ICT Information Communication Technology の頭文字をとった略字。情報通信技術のこと。



寄り添うからこそ 見えるものがある

寄り添ったからこそ 見えてきたこと

実際に当事者と接してきたからこそわかった問題についてもお話しが聞けました。

問題のひとつが、病院や介護施設で行われるオンライン面会。ほとんどが、タブレットやノートパソコンを使っているため、音声が聞き取りにくく、相手の顔が認識しづらいことです。そこで加藤さんは、オンライン面会用の機器の準備や設定を少しでもお手伝いしたいと考え、ポータブル電源を搭載し、コンセントがない場所でもオンライン面会を可能とした床頭台仕様のディスプレイスタンドを作製しました。施設内に入れない訪問も車の中と施設内とをつな

げること、オンライン面会を実現

させ、問題のひとつを解決に近づけることができました。

オンラインでの面会を大きな画面と音質がよいスピーカーで行えるように専用のスタンドや機材を提供し、操作を代行することで医療や介護事業者の負担を軽減するとともに、高齢者に寄り添ったオンライン面会環境の提供を目指した加藤さんの事業プランは、足立区の令和3年度創業プランコンテストで優秀賞を受賞しました。

加藤さんは「オンラインコミュニケーションは、ちょっとした工夫とノウハウ、機材を用いることで誰もが体験できることなので、ICTが実現する利便性を社会に提供し、より多くの方の快適な生活の実現を目指すお手伝いをこれからも行ってきたい」と話してくださいました。

当センターも年齢や環境による情報格差が解消されるよう加藤さんと協力して取り組んでいきたいと考えています。



床頭台：全体



事例：ご自宅からの面会

こどもリトミックA・B

3
日
制

ピアノなどで奏でる音楽にあわせて、体操・手遊び・楽器遊びなどをします。



📅 5/6 (金)・13 (金)・20 (金)

🕒 A: 午前 10 時～10 時 45 分
B: 午前 11 時～11 時 45 分

💰 3,150 円 👤 各 10 人

👤 皆川 知子

※ A: 1 歳 3 カ月～2 歳の子どもと保護者
B: 1 歳 10 カ月～3 歳の子どもと保護者

K-POPダンス

4
日
制

今流行りのK-POPダンスを、初心者から経験者まで楽しく練習します。



📅 4/21～5/19 の毎週木曜日

🕒 午後 4 時 30 分～5 時 30 分

💰 3,000 円

👤 15 人

👤 寶田 佳菜

※ 小学生 5/5 を除く



子ども・親子

幼児向け感性を刺激する 楽しい工作&絵画教室

3
日
制

📅 5/12 (木)・19 (木)・26 (木)

🕒 午後 3 時 30 分～4 時 30 分

💰 1,440 円 👤 石峰 恭子

👤 15 人

※ 3 歳～就学前の子ども

親子トランポリン

5
日
制

基礎的な飛び方、応用技なども練習し、バランス感覚、技術も身につきます。



📅 5/12～6/16 の毎週木曜日

🕒 午後 3 時 30 分～4 時 30 分

💰 4,350 円 (親 1 子 1) 👤 15 組
6,250 円 (親 1 子 2)

👤 足立区トランポリン協会

※ 2 歳～就学前の子どもと保護者
5/26 を除く

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。



📅 5/9 (月)・18 (水)

🕒 午前 10 時～正午

💰 1 回 1,130 円

👤 各 3 組

👤 石田 理佳

※ 2 カ月～1 歳未満の子どもと保護者

子どもトランポリン

5
日
制

📅 5/12～6/16 の毎週木曜日

🕒 午後 4 時 40 分～5 時 40 分

💰 1,900 円 👤 24 人

👤 足立区トランポリン協会

※ 5 歳～小学生 5/26 を除く

講座・イベントについて

皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



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。

小学生向け創作をのびのび 楽しむ絵画造形教室

3
日
制

📅 5/12 (木)・19 (木)・26 (木)

🕒 午後 4 時 30 分～5 時 30 分

💰 1,440 円 👤 石峰 恭子

👤 15 人

※ 小学生

楽しみながら全集中 コーディネーションA・B

2
日
制

📅 5/12 (木)・19 (木)

🕒 A: 午後 4 時 15 分～5 時
B: 午後 5 時 15 分～6 時

💰 1,120 円 👤 各 20 人

👤 (一社) コーチングバリュー協会

※ A: 3 歳～小学 2 年生 B: 小学 3～6 年生

チャレンジ体操教室A・B

📅 5/14 (土)

🕒 A: 午後 1 時～1 時 50 分
B: 午後 2 時～2 時 50 分

💰 720 円 👤 各 25 人

👤 withQ (きゅーと) 体操指導研究会

※ A: 4 歳～就学前の子ども B: 小学生

チャレンジ！親子体操

📅 5/14 (土)

🕒 午前 10 時 30 分～11 時 20 分

💰 720 円 (親 1 子 1) 👤 20 組
1,050 円 (親 1 子 2)

👤 withQ (きゅーと) 体操指導研究会

※ 1 歳～3 歳の子どもと保護者

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。



- 📅 4/26 (火)
- 🕒 午前10時～正午
- 💰 650円
- 👤 20人
- 👤 石峰 恭子

心と体を健やかに整える 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。



- 📅 4/25 (月)・5/9 (月)
- 🕒 午後1時30分～3時
- 💰 900円
- 👤 20人
- 👤 青木 カヤ

ポールを使い簡単ノルディック ウォーキングで花畑散歩

2本のポール(レンタル有料)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。



- 📅 4/8 (金)・15 (金)・22 (金)
- 🕒 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8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
- ※ 雨天中止

ユーモア川柳

- 📅 5/8 (日)
- 🕒 午後1時30分～4時
- 💰 1,000円 👤 20人
- 👤 見川 文雄

本当にあった怖い話 牛抱せん夏の怪談ライブ

日本に古来より伝わる昔話や怪談、現代の都市伝説などを朗読します。



- 📅 5/7 (土)
- 🕒 午後6時～7時
- 💰 500円
- 👤 20人
- 👤 牛抱 せん夏

大人からはじめるクラシック バレエ教室 初級・中級 2 日 制

女性のために大人から始める初心者・中級者向けのプログラムです。



- 📅 5/7 (土)・21 (土)
- 🕒 初級: 午前10時30分～11時30分
中級: 午前11時40分～午後0時40分
- 💰 1,780円 👤 各16人
- 👤 清水 あゆみ
- ※ 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

- 📅 5/9 (月)
- 🕒 午前11時～正午
- 💰 890円 👤 20人
- 👤 全珍玉(CHINO)

3/26 から 受付開始

☎ AM 9:00～
03-3850-2618

📺 PM 1:00～



花畑センター



Facebook

字が綺麗になる ペン字書道教室 2 日 制

- 📅 5/12 (木)・19 (木)
- 🕒 午後7時30分～8時30分
- 💰 1,180円
- 👤 20人
- 👤 伊藤 紫扇

ベテラン管理栄養士が 教える花畑の料理

- 📅 5/12 (木)
- 🕒 午前10時～午後1時
- 💰 1,540円 👤 12人
- 👤 木下 操・山本 登美子

フィットネス・ キックボクシング 3 日 制

従来のエアロビクスにキックボクシングの動きを加えたエクササイズです。



- 📅 5/10 (火)・17 (火)・31 (火)
- 🕒 午後7時20分～8時20分
- 💰 1,890円
- 👤 14人
- 👤 SHIZUKA

11 ※クイズの答え: イ そよそよ
全体の意味: 有馬山に近い猪名の笹原に風が吹くと、そよそよ音がします。まったく、そよ(そよよ)。どうしてあなたを忘れてたりするのですか。

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

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。



- 📅 4/5～26の毎週火曜日
- 🕒 午前10時～11時30分
- 💰 無料
- 👤 栗本 恵美子
- 👥 各10人

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。



- 📅 4/2(土)・16(土)
- 🕒 午後2時～4時
- 💰 無料
- 👤 各10人
- 👤 スタッフ
- ※ どなたでも参加できます

みんなで遊ぼう カーレット体験会

おはじきサッカーを基礎から学んで体験します。



- 📅 4/2～4/23の毎週土曜日
- 🕒 午後2時～4時
- 💰 無料
- 👤 各20人
- ※ どなたでも参加できます

FBX (ファットバーン・エクストリーム)

短時間・高強度の無酸素系自重トレーニングです。



- 📅 5/10(火)・17(火)・31(火)
- 🕒 午後8時20分～8時50分
- 💰 1回400円
- 👤 SHIZUKA
- 👥 各14人
- ※ フィットネス・キックボクシング受講者

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。



- 📅 4/26(火)
- 🕒 午後2時50分～4時30分
- 💰 1回200円
- 👤 40人
- 👤 うたごえ仲間実行委員会
- ※ どなたでも

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。



- 📅 4/22(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
- ※ 修理内容によっては部品代が必要です



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⇄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

六町駅から

- ・東武バス花22系統【六町駅⇄花畑桑袋団地】「花畑区民事務所」下車1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: 4/24(日)
- 花畑図書館: 4/24(日)・4/28(木)
- 花畑住区センター: 日曜・祝日・4/18(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

八十八ヶ Friends

発行日: 2022年4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



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。

