

まなぶはたのしい。

KOHOKU

TONTON

江北
とんとん

新春号
No.351



江北地域学習センター
体育館・図書館
地域情報誌

新年だ
祭りに行こう
楽しもう

p.2: お祭り男たちが行く

p.3: センター駐車場が…

p.4: サクレボ

p.5～7: 12/26 受付講座

p.8～10: 図書館ページ

p.11: 1月カレンダー

冬も楽しくお祭り散策！ お祭り男たちが行く！

vol.4 元淵江公園「光の祭典」

12/3(日)に、元淵江公園で開催している「光の祭典」の特設ステージにて当センターで開催していたチアダンス教室卒業メンバーで作られた一般団体「スタージュエルズ」と空手の活動をしている元登録団体の「北峰会(ほくほうかい)」が日頃の練習成果を発表しました！お祭り男のおおやんがウキウキで観覧してきました！



【写真】はじける笑顔で観客を魅了！



【写真】演武中の気迫は子どもとは思えません。



日曜日ということもあり、ステージ前には発表前から多くの観覧者が。私の場合、こういうときは無駄に緊張して本来の力を発揮することができません。ステージに上がるみんなも同じ気持ちだと思いきや、緊張している雰囲気はなく、早く踊りたい、見てほしい、と言わんばかりの表情。

大きな音楽が流れ、チアダンスの披露がスタート。ピッタリと息の揃ったキレッキレなダンスに会場にいた全員が魅了されました。かくいう私も全身から鳥肌が立ち、その場から目が離せませんでした。

息つく暇を与えず、空手の演武が始まりまし

た。チアダンスとは打って変わって、緊張感のあるステージとなり、その迫力のあまり息を止めてしまうことが多々ありました。

子どもとは思えない演技を披露していた皆さんですが、集合写真を撮る時には年相応の笑顔を見せてくれました。

練習するだけでなく、発表をする機会があるということはモチベーションの向上にも繋がります。自分への自信にも繋がります。これからいろいろなところで発表してほしいですね。

センター主催で同じ先生が教えているチアダンス教室は4歳～小学1年生まで募集中です。ご興味のある方は是非お問い合わせください。

お車でお越しの皆さん！ 駐車スペースに関する 大事なお知らせです！

正直な話、電車やバスなどの交通の便があまり良くない江北センターには自動車で来館する方が多いと思われます。そんなドライバーの皆様へ大事なお知らせと注意喚起です！

センター正面駐車場の利用制限

センター正面駐車場は今まで、障がい者優先駐車スペース2台、青パト駐車1台、軽自動車専用駐車1台、短時間駐車1台の計5台でしたが、このうち軽自動車専用と短時間用の駐車スペースを廃止します。そのため、センター正面の駐車スペースは障がい者マークを貼付の自動車か、青パトなどのセンターが認めた自動車しか進入できません。お車でお越しの皆様はセンター裏手にある駐車場をご利用下さい。ご不便をお掛けいたしますが、ご理解、ご協力をお願いします。



どうして使えなくなったの？

区内の別の施設で、ドライブとバックのシフトを入れ間違い、車が走りだしポールに衝突し損壊、あわや人身事故にも繋がるような危険な事故が発生しました。そこで、江北センターでも同様の事故が起こった場合、特に危険だと考えられる駐車スペースを廃止するという対策が必要になったのです。



事故を起こさないために…

シフトの入れ間違いやアクセルとブレーキの踏み間違いなどはどのような時に起こりやすいのか、わかっていれば防げることもあります。こんな時は特に注意が必要です。



急な連絡や知らない道などで運転に余裕がない時



運転中に別のことに気を取られている時



慣れない車を運転している時
最近の車はスイッチがいっぱいです

※これらの写真は駐車場でエンジンを止めた状態で安全に考慮して撮影しています。



突撃レポーター
オオヤン

サークル活動レポート「サクレポ!!」とはレポーターオオヤンによるサークル突撃取材のことである!

No.63 「空手は自身を磨くことができる」 『江北空手サークル韓道場』(空手)



〔写真〕基礎から学ぶ空手教室の参加者とサークル会員で集合写真。

『江北空手サークル 韓道場』は今年 11 月より登録団体となった新設サークルで、幼児から小学生の会員が中心となって活動しています。

会場にお邪魔すると、先生の掛け声とともに、「ヤァッ」と元気な声を出しながら、ミットを使ってハイキックの練習をしているところで、バンッ、バンッ、といい音がミットから響いていました。子どもとは思えない見応えのあるハイキックに、写真を撮るのを忘れて見入ってしまいました(汗)

講師である韓 光勝(かん てるかつ)先生は、今まで 1,000 人以上の子どもを指導しており、



〔写真〕ミット打ち



〔写真〕教育委員会賞、区長賞を受賞。

その中には全国優勝や、世界チャンピオンになった方もいるそうです。また、健常者、障がい者関係なく平等に指導してくれる信頼と実績を兼ね備えた先生です。

空手は、挨拶などの礼儀が身に付くのはもちろん、「集中力」「忍耐力」「思いやり」など子どもの成長に素晴らしい効果を与えます。3 月までは韓先生による「基礎から学ぶ空手教室」をセンターで開催しています。いきなりサークルは…という方はこちらの教室に参加してみてもいいのではないでしょうか。

団体 江北空手サークル 韓道場

詳細

入会金 / 0 円
活動日 / 水曜日

参加費 / 5,000 円
活動時間 / 午後 6 時～7 時

12/26(火)
午前 9 時
受付開始

迷ったらこれ!
オススメ講座

75歳からの 園芸教室

花やみどりに触れることは、心身を癒し、健康の回復や維持増進、生活の質の向上をもたらす効果があると考えられています。
参加者同士でお話ししながら季節の寄せ植えを楽しみませんか。

2/20(火)
午後 2 時～4 時

【料金】 無料

【定員】 20 人

【対象】 後期高齢者医療被保険者証
をお持ちの方

【講師】 アトリエブルースカイ

女性のための合唱教室 名曲をハーモニーで 楽しく歌おう

日本の名曲から世界の名曲まで、様々な合唱曲を歌います。
綺麗なハーモニーで歌った時の感動はやみつきになりますよ。

1/22(月)
午前 10 時～11 時

【料金】 540 円

【定員】 20 人

【対象】 女性のみ

【講師】 女声コーラス ミューズ
江北センター登録団体

姿勢 シヤキツと 教室

姿勢が悪いとコリや痛み、睡眠障害、肥満などが起こりやすくなります。ここでしっかり姿勢改善のトレーニングをしてみませんか?
姿勢が良くなれば見た目も若々しくなります。
自主保育であれば子連れも OK です!

2/13・27(火)
午後 0 時 30 分～1 時 30 分

【料金】 1 回 550 円

【定員】 各 20 人

【対象】 16 歳以上

【講師】 M A S U M I

12 / 26 (火) 受付開始講座一覧

お申込みの注意点

受付初日午前9時～午後1時まで江北地域学習センター窓口 or 電話(03-3890-4522)のみでの受付です。
インターネット、他館でのお申込みの場合は午後1時以降となります。
お申し込みの際は「江北とんとんを見た」とお伝えいただくとスムーズです！
講座によっては見学もできますので、お気軽にご相談ください。
費用には教材費、保険料が含まれるものがあります。あらかじめご了承ください。
お支払いは講座開始1週間前までにお済ませください。

英語大好キッズになろう【A・B】

英語の歌や手遊び、絵本の読み聞かせなどを行います。
1/22～3/12(月)(2/12・19除く)
A/午前10時～10時50分 B/午前11時10分～正午
【料金】4,800円
【定員】各10組
【対象】A/1歳6ヵ月以下の子どもと保護者
B/1歳7ヵ月～3歳の子どもと保護者

ネイティブ講師と楽しもう親子で英語教室【A・B】

小さいころからネイティブ英語に楽しく触れませんか。
2/20・3/6・20(火)
A/午前10時～10時45分 B/午前11時～11時45分
【料金】各3,300円
【定員】各10組
【対象】A/2ヵ月～1歳6ヵ月の子どもと保護者
B/1歳7ヵ月～3歳の子どもと保護者

ママ友もできる ベビーマッサージサロン

家でもできるマッサージで親子の絆を深めます。
2/2・16(金)
午前10時30分～正午
【料金】1回1,100円
【定員】各10組
【対象】2ヵ月～1歳未満の子どもと母親

親子ヨガ

お子さんと一緒に様々なポーズをとってリラックス！
2/6・20(火)
午後0時30分～1時30分
【料金】1回460円
【定員】各20組
【対象】3ヵ月～1歳5ヵ月の子どもと母親

ママの産後ボディケア＆ ベビーマッサージ

ベビーマッサージ+その日ごとにいろんなふれあいをします。
2/7・14・21(水)
午前10時30分～正午
【料金】1回1,300円
【定員】各10組
【対象】2ヵ月～10ヵ月の子どもと母親

大人のための朗読会

朗読による、美しい日本の文学をお楽しみください。
1/27(土)
午後2時～3時30分
【料金】無料
【定員】30人
【対象】16歳以上

心も身体もスッキリ爽快 簡単ナイトストレッチ

柔軟性、筋肉調整、姿勢改善に効果あり！
2/2～23(金)
午後8時30分～9時20分
【料金】3,080円
【定員】20人
【対象】16歳以上

音楽に合わせてダンスエクササイズ ZUMBA(ズンバ)

ラテンの音楽に合わせて踊り、脂肪を燃焼します。
2/4～25(日)
午後4時～5時
【料金】1回880円
【定員】各18人
【対象】16歳以上

ノルディックウォーキングで 荒川を歩こう

専用ストックで歩いて腰痛改善！健康維持にも効果的！
2/7～28(水)
午後1時30分～3時
【料金】2,200円
【定員】20人
【対象】16歳以上

元気はつらつ スポーツ吹矢

「スポーツ吹矢式呼吸法」で楽しく運動！
2/7～28(水)
午後1時30分～3時
【料金】2,190円
【定員】24人
【対象】16歳以上

大人のための字の書き方 「カタカナ」編

自分の練習したい筆記用具で字の書き方を学びます。
2/9・16・23(金)
午前9時30分～11時
【料金】1,950円
【定員】12人
【対象】16歳以上

運動？ 教養？ 趣味？ 幅広く取り揃えています！

ロビーコンサート

誰でも参加できるコンサートです。気軽に音楽に触れてみませんか？
ミュージックベル/1/20(土) フルート/1/27(土)
午後1時30分～2時
【料金】無料
【定員】30人
【対象】どなたでも

大人からはじめる クラシックバレエ【初級・中級】

初心者方向けの初級、経験者向けの中級があります。
2/3～24(土)
初級/午前9時30分～10時30分
中級/午前10時40分～午後0時10分
【料金】初級/2,640円・中級/3,520円
【定員】各16人
【対象】16歳以上の女性

キッズチアダンス

チアダンスの基本の動きやテクニクを習います。
1/8～3/26(月)(1/15・2/19・3/19除く)
午後4時～4時50分
【料金】6,210円
【定員】15人
【対象】4歳～小学生

骨盤エクササイズ

骨盤を調整して血液やリンパの流れをスムーズに。
2/1～22(木)
午後0時30分～1時30分
【料金】1,800円
【定員】20人
【対象】16歳以上の女性

身体を癒やして女子力UP ナイトピラティス

「肩こり」「猫背」「疲労感」を改善して女子力UP！
2/2～23(金)
午後7時30分～8時20分
【料金】3,080円
【定員】20人
【対象】16歳以上の女性

バスケットボールで体を動かそう

バスケの基礎を習いながら、体を動かす楽しさを体感しよう。
1/21(日)
午後0時20分～1時20分
【料金】10円
【定員】20人
【対象】小学生

日本棋院資格保持者が教える 小学生囲碁教室

入門的な内容から応用まで幅広く教わる事が出来ます。
2/4～3/25(日)(2/25除く)
午前10時～正午
【料金】1,540円
【定員】10人
【対象】小学生

基礎から学ぶ空手教室

基本の型から入るので初めて方でも楽しく参加できます。
2/14～3/14(水)(2/28除く)
午後6時～7時
【料金】2,360円
【定員】20人
【対象】5歳～小学生(要送迎)

空手から学ぶ護身術教室

空手の基本を習い、空手の動きを応用した護身術を学びます。
2/18(日)
午前10時～11時30分
【料金】380円
【定員】20人
【対象】5歳以上

日本棋院資格保持者から教わる 江北囲碁サロン

初心者上級者問わず囲碁を楽しめるサロンです。
1/6・20(土)
午後2時～4時
【料金】無料
【定員】各10人
【対象】小学生以上

飲まない かけない 吸わない 健康マージャンサロン

同じ趣味を持った仲間と楽しみませんか？
1/10・17・24(水)
午後5時30分～9時
【料金】1回200円
【定員】各24人
【対象】上がり役のわかる16歳以上

楽しく一緒に懐メロを歌おう 江北歌声サロン

童謡や懐かしの昭和歌謡などをみんなで歌いましょう。
2/11・25(日)
午後1時30分～3時
【料金】1回200円
【定員】各30人
【対象】16歳以上

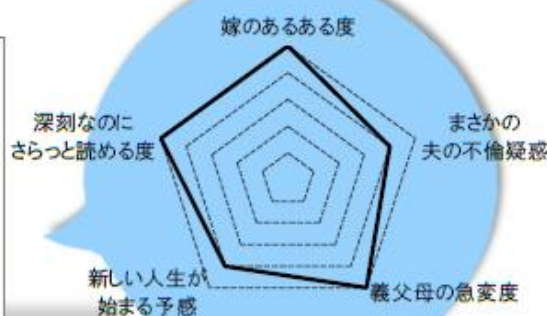
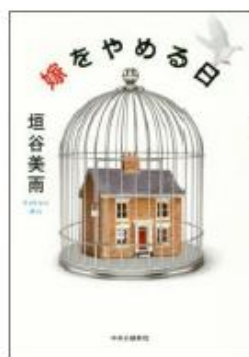
ITサロン

パソコンのちょっとわからないを解消しませんか？
1/13・27(土)
午後2時～4時
【料金】1回200円
【定員】各6人
【対象】中学生以上

小説 『嫁をやめる日』

垣谷 美雨/著 (中央公論新社) 2017 年出版

46 歳の夫が急死した。子どももおらず、夫婦関係も冷え切っていたせいか、不謹慎にも解放感を覚える夏葉子。自由の身だと思ったのも束の間、夫を溺愛していた義母は夫婦の家に勝手に入り浸るようになる。目に見えない束縛と監視に、大好きな長崎の町を小さな鳥カゴのように息苦しく感じ始めた夏葉子は、ある決心を胸に市役所を訪れる。悩める女性に、人生はいつでも自分次第でやり直せると思わせてくれる一冊。

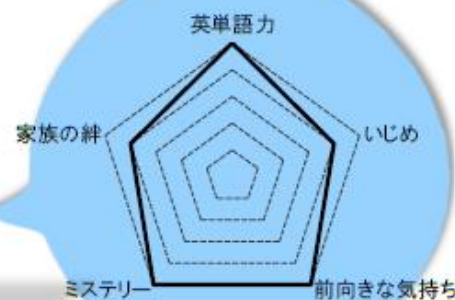


ティーンズ 『セブン・レター・ワード 7つの文字の謎』

キム・スレイター/作 武富 博子/訳 (評論社) 2017 年出版

母親が黙って家を出て2年になる。フィンレイの吃音がひどいせいかもしれないし、何か事件に巻き込まれたのかもしれない。

フィンレイは、文字タイルを並べて単語をつくるゲーム「スクラブル」の放課後クラブに通い始めた。少しずつ自信をつけた彼は、全国学校スクラブル選手権大会を目指す。優勝すれば新聞に載って母親が見てくれるだろう。そしてついに大会当日、母親から連絡が入り真実が明らかになる。



『シランカッタの町で』

よみもの

さえぐさ ひろこ/作 にしむら あつこ/絵 フレーベル館 中学年～

ぼくの名前は、よだかずき。みんなから「よわっち」と呼ばれて、からかわれている。ある日、ふしぎなまんげきょうをのぞいて、砂の町にまよいこんでしまう。そこで、キズカという女の子と出会い、いじめられたロバを逃がしたり、砂の穴にはまった子供を助けていくうちに、自分のなかの知らなかった勇気に気づく。

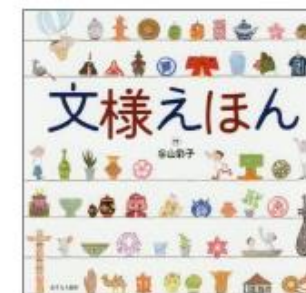


『文様えほん』

ちしき

谷山 彩子/作 あすなろ書房

衣服や日用品、建物などを飾りつけるために描かれた模様を「文様」といいます。身のまわりを見わたすと、唐草、麻の葉、亀甲、梅鉢などおなじみのものをはじめ、いろいろな文様が見つかると思います。



『シバ犬のチャイ』

えほん

あおき ひろえ/文 長谷川 義史/絵 BL 出版

おいらは シバ犬のチャイ。かぞくや きんじょの人の あいてをするのも らくじゃないぜ。

チャイなりに、たいへんなことも、小さなじけんもあるけれど、うしろで くりひろげられる にんげんたちのストーリーにも注目すると、おもしろい絵本です。



特集コーナーものぞいてみてください

図書館では、テーマに沿って集めた本を展示している「特集コーナー」を設置しています。ひとつのテーマで小説から実用書まで 100 冊近い本を集めるのはなかなか大変な作業です。埋もれていた良書を見つけると図書館員としてもうれしく、目立つように表紙を見せて置くなど工夫しています。もちろん、展示本も貸出できます。自分では選ばないような本と出会えるかもしれません。少し立ち止まって見ていただくと嬉しいです。



図書館員徒然語り



この本をよんで、
クイズにチャレンジ！



『かさじぞう』

瀬田 貞二/再話 赤羽 末吉/画 福音館書店

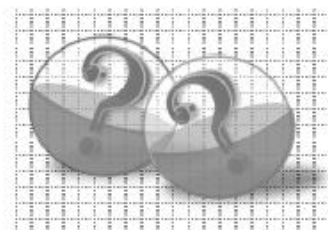
おしょうがつの あさ、6 にんのあみがさを かぶった ひとたちが、びんぼうな おじいさんとおばあさんの いえの のきばたに おいていったものは なに？

こたえは P. 11 にあるよ！

news ガチャ本！なにがでるかな？

図書館のカウンターに置いてある箱からカプセルを1つひいてね。カプセルに入っている番号の札で、借りる本が決まるよ！今年いちばんに借りる本を、運にまかせてみよう！

【期間】1/5（金）～1/14（日）



news ちはやふる！江北図書館 こども百人一首大会

ちらしカルタで札をたくさん取ろう！誰が一番多く取れるかな？百人一首暗記プリントも配布しています。ぜひ、参加してね！

【日時】1/14（日） 午後2時～3時

【場所】江北センター2階 和室

【対象】児童 【定員】20人

【申込】12/20（火）～ 江北図書館窓口または電話にて



news 大人のための朗読会

朗読ボランティア桄の実会さんによる大人のための朗読会です。朗読による、美しい日本の文学をお楽しみください。

【日時】1/27（土） 午後2時～3時30分

【場所】江北センター1階 レクリエーションホールにて

朗読作品 『でっかい本』西山 繭子/著

『きつね三吉』佐藤 さとる/著

『あらたま草紙』皆川 博子/著

【申込】12月26日（火）～ 事前受付 先着30名 無料



news パソコン優先席が明るくなりました！

江北図書館には、パソコンを利用できる「パソコン優先席」があります。一般書架奥の窓に面したカウンター席に、オシャレな照明を設置しました！ほんのり温かい光で、手元の本もしっかりと読むことができます。明るくなったパソコン優先席、ぜひご利用ください！



らわ：そこのことえ。p9

センターに行く日を
チェックしよう！

1月カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 施設予約始	6 江北囲碁サロン
年末年始休館(12/28～1/4)						
7	8	9 あかちゃんタイム びびよおはなしライブ	10 おはなし会 ブックくらぶ	11	12	13 IT サロン
14 歌声サロン こども百人一首大会	15 休館日	16 あかちゃんタイム 親子ヨガ	17 おはなし会 ブックくらぶ	18	19 ベビーマッサージサロン	20 無料公開日 江北囲碁サロン ロビーコンサート
21	22	23 あかちゃんタイム びびよおはなしライブ	24 利用者懇談会 ブックくらぶ	25	26 講座受付開始	27 ロビーコンサート 大人のための朗読会 IT サロン
28 歌声サロン	29	30 あかちゃんタイム	31 図書館休館日	Memo		



西新井消防署からのお知らせ

餅による窒息事故に注意！

毎年12月から1月にかけて餅による窒息事故が多くなります。特に高齢者（65歳以上）が多く、約9割を占めています。

餅の事故を防ぐポイント

- ・餅は小さく切って、食べやすい大きさにしましょう。
- ・ゆっくりと噛んでから飲み込みましょう。
- ・乳幼児や高齢者と一緒に食事をする際は、適時食事の様子を見るなど注意を払うよう心がけましょう。
- ・いざという時に備え、応急手当の方法を理解しておきましょう。

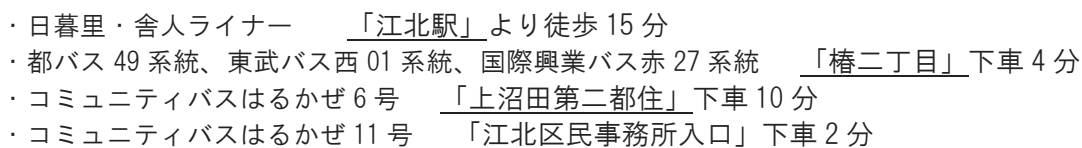


西新井消防署

Tel 3853-0119

西新井消防署ホームページ

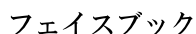
<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/hp-nisiarai/>



1月といえばお餅
がおいしい季節で
す。醤油、きなこ、
おしるこ、お雑煮……
挙げていけばきりが
ありません。

そういえば、大晦
日から元旦にかけて、
友人と毎年恒例の年
越し飲み会をしたの
ですが、5件目くらい
のお店で年が 바뀌っ
て、店長さんの粋な計
らいでお雑煮が出たこ
とがありました。良い
感じに温まり、お店
にあったダーツをや
ったところ人生初のト
リブル(3投全て真ん
中に当たること)に成
功し、友人に勝利。友
人には罰ゲームとし
て柵にいったいのテ
キーラを飲んでもら
いました。

ちなみにお雑煮は別
料金でした。(江北セ
ンター…高木)



🔍 検索




 プューティフル・ウィンドウズ運動展開中

あけまして
おめでとうございます

本年もよろしくお願いいたします

宮城コミュニティ図書館職員一同笑顔でみな
さまのご来館をお待ちしております。

調べものやお探しの本などありましたら、宮
城コミュニティ図書館までお越しください。

結果発表

はっけよい本場所～おすすめ本対決～
第9回テーマ「禁止」



1位 興本図書館：117票
『出版禁止』
長江 俊和／著（新潮社）

2位以下は図書館内の
掲示をご確認ください。

お知らせ

新春 本の福袋

今年も大人の方向けとおこさま向け
の2種類をご用意しています。袋の中
には2～3冊の本が入っています。

どんな本が入っているかは、開けて
からの楽しみ！新年から、今まで知
らなかったおもしろい本に出会えるか
もしれません。

期間限定ですので、ぜひ宮城図書館
にお越しください。

～実施期間～

1月5日（金）～1月14日（日）

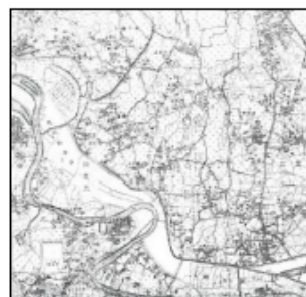
開館55周年記念コーナー

【その11】地域の姿～地形も呼び方も変化している～

現在、宮城・小台地区は荒川と隅田川に囲まれた島のような形になっています。しかし、遠い昔からこの形ではありませんでした。

私たちが今、荒川と呼んでいる河川は荒川放水路として人工的に作られたものです。荒川放水路が大正時代に完成する前は、この地区も江北地域と地続きでした。もともと荒川と呼ばれていたのは現在の隅田川です。荒川放水路を荒川と呼ぶようになったのは1965年ということです。宮城図書館ができたのが1962年なので、ほぼ同じくらいとなります。

大きな河川や地形は昔から変わらないように感じますが、年月と共に姿をかえているんですね。



1917年(大正6年)の図。
下の方が宮城・小台地区。
まだ放水路下流方面に陸地が残っていることがわかる。

荒川放水路建設時の地形図「草加」「赤羽」
『ブックレット足立風土記 第3巻
江北地区／足立の史跡と名所』より
足立区立郷土博物館・
足立風土記編さん委員会／編集
(足立区教育委員会)

今月のおはなし会

おはなしカルタ会

(幼児～小学生)

宮城図書館 1階和室
今月は第2・3水曜日

赤ちゃん向けお話会にここに

小学生向けお話会

10日(水) 15:15～16:00

10日(水) 11:00～11:30

17日(水) 15:30～16:00

ティーンズ

『ハガキ職人タカギ!』

風 カオル／著 (小学館)



広島県在住の高校生高木正
広は学校では地味な存在。し
かしラジオ番組「大公民館」
ではラジオネーム「ガルウィ
ング骨折」として全国のラジ
オリスナーに名の通ったハガキ職人。

そんな高木は同じハガキ職人の「湯葉の人」
に誘われ夏休みを利用して東京で会うこと
になるのだが、ひょんなことからハガキ職人ラ
イブに参加することになり…。

読後はラジオを聴いてみたくなること間違
いなしの1冊!



1月カレンダー ■ の日は休館日です

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

…おはなし会

28日(日)は絵本とふれあいおはなし会

児童

『教科で学ぶパンダ学』

稲葉 茂勝／著 小宮 輝之／監修
(今人社)



ひょうしにいっぱいパン
ダの赤ちゃん。とてもかわい
いですね。2017年6月に
うえのどうぶつえんでジャ
イアントパンダの赤ちゃんがう
まれました。

みんなはパンダのことをどれくらい知って
いますか？こんなにかわいいすがたをしてい
ますが、じつはとても強いツメをもっていたり、
足がはやいのです。

この本ではパンダのれきしや体のとくち
ょうなどがくわしくかかれています。この本を
よんだらみんなもパンダはかせになれるか
も!?

おはなしカルタ会

おはなし会のあとに、カルタとり
きょうそうをするよ!
みんなでいっしょにカルタにチャ
レンジしてカルタ名人になろう!

ひにち 1月10日(水)

じかん 15:15～16:00

ばしょ 1かい 和室

*もうしこみはいりません

今回はスタンプが
2つももらえるよ!



発行日：平成30年1月1日

発行：株式会社ティー・エム・エンタープライズ

発行所：宮城コミュニティ図書館 [午前10時～午後8時]

〒120-0047

足立区宮城1-15-14

☎3913-0460

▲ 足立区