

まなぶはたのしい。

TONTON

4

No.354

コンテンツ

- ・江北センターの施設、こんな感じで使えるぞ。
- ・江北センターと共に歩んできた社交ダンスサークル。
- ・今月も注目講座が目白押し！
- ・江北図書館、それはあなたの憩いの場。
- ・江南コミュニティ図書館がこれから、熱い！

ご覧あれ！！

カラーになった
とんとんを

江北地域学習センター・体育館・図書館
江南コミュニティ図書館

「楽しい」は江北にある



職員 T 江北センターを満喫する

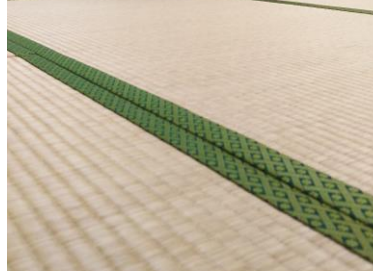
江北センターには体育館やレクホール、学習室にトレーニングルームといった施設があります。これらの施設はセンターの講座で使うこともあれば、トレーニングルームのように個人で使うこともあれば皆さんで使うこともできます。

仲間で集まって活動するのにぴったりの施設なので、同じ趣味を持つ仲間同士でお互いを刺激しながら知識や技術を高め合ってみてはいかがでしょうか。

どんな使い方ができるのか、職員 T が実際に部屋を使ってみました！

体育館では様々な屋内スポーツができます。バスケットボールのゴールリングは常設しており、バドミントンやバレーボールの支柱やネット、卓球台もお使いいただけます。

この日職員 T は「バスケがしたいです……」とボールを手に体育館へ。久しぶりのボールの感覚を楽しみながらフリースローの練習へ。この写真を見る限り、どうやらまだ腕はなまっていないようです。



①第一学習室にていつものメンバーで学習会を開催中にとある数式を思いつき「これにて証明完了」とドヤ顔の職員 T。

②第一学習室だけでは広さが足りない時は、第二学習室との仕切りになっているパーテーションをしまうことで広さの確保ができます。パーテーションをしまうときは

④今話題のミュージカル映画を観に行った感動からレクホールでダンスの練習を始めることにした職員 T。披露する場はなさそうですが。

⑤今日も健康のためにトレーニングルームで運動中。職員 T の今日のメニューは筋力アップに向けたトレーニングです。

必ず二人以上で作業をしましょう。職員 T のように一人で作業をすると思わぬ怪我に繋がってしまいます。

③和室、それは人の心の癒しとなる部屋。職員 T もこの部屋に入ったとたん、なぜだか座禅を組みたくなったのです。この座禅は小一時間ほど続いたような。

このように江北センターでは様々な施設を様々な用途に使う事ができます。あなたにぴったりの使い方を江北センターで見つけてみませんか？

使用時間や使用料金など、詳しいことはセンターまでお問合せいただくか、HP にも情報が載っています。HP の QR コードは裏表紙にあります！



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.66 「社交ダンスから生まれた新たな絆」 『フレンド』(社交ダンス)



〔写真〕サークルメンバーは第二の家族です。



〔写真〕会場風景



〔写真〕優雅なダンスを披露する代表

江北センターができた昭和 61 年にセンターで社交ダンスパーティーが開催されました。そこに集まった方々が、ここでもっと社交ダンスをしたいという思いで結成されたのが「フレンド」です。活動年数はな、な、なんと 30 年以上! 江北センターの歴史と共に歩んできたサークルです。

会場にお邪魔した時、ラテン音楽「チャチャチャ」の音楽に合わせて男女ペアで踊っており、ノリの良いリズムに私も踊りたくなってしまいました。

このサークルには講師はいないのですが、メ

ンバーそれぞれが講師レベルと言っても過言ではないほど熟練しており、取材を忘れて見入ってしまうほどでした。

社交ダンスは老若男女、経験の有無を問わず気軽に始められ、体力作りや姿勢改善にも繋がります。また、新たな出会いも沢山あり、新たな趣味にも最適です。活動中は常に音楽が流れており、自分のペースで踊ったり、休んだりできるので無理なく練習できます。音楽に合わせて踊るのはストレス解消にもなります。

魅力がたっぷりの社交ダンス、江北センターで始めてみてはいかがでしょうか。

**団体
詳細**

フレンド

入会金 / 0円
活動日 / 毎週日曜日

月会費 / 1,000円
活動時間 / 午後7時～9時

3/26(月)
午前9時
受付開始

迷ったらこれ!
オススメ講座



恒例となった江北卓球大会。今回も老若男女問わず多くの卓球愛好家の参加をお待ちしています。自分の実力を試すだけでなく、新たな卓球仲間を見つけることができるのではないのでしょうか。

【日時】5/5(土)
午前9時～午後6時

【料金】無料

【定員】300人

【対象】16歳以上の卓球経験者



老後の時間を楽しく過ごす
シニアプラン
を考えよう

今後生活をしていくうえで考えなければいけない「リスク」を知り、充実したシニアライフを過ごす準備をしませんか。年金や保険についても知ることができます。

【日時】5/13(日)・23(水)
午前10時～11時

【料金】無料

【定員】各30人

【対象】おおむね60歳以上

【講師】野呂 彰男



ネイティブ講師と
親子で楽しむ
英語レッスン
(A/B/C)

ネイティブ講師と楽しく英語を学びましょう。お子さんの年齢に合った内容で学べます。

【日時】5/12・19・26(土)
A:午前9時30分～10時20分
B:午前10時30分～11時20分
C:午前11時30分～午後0時20分

【料金】各3,300円 【定員】各10組

【対象】A:1～2歳の子どもと保護者
B:2～3歳の子どもと保護者
C:4～5歳の子どもと保護者

【講師】ベルチャー ベンジャミン

3/26 受付開始講座は p. 10、11 にも掲載しています。

news

水曜日は図書館にこう！

おはなし会（4歳位～）

毎月1・2・3・5 水曜日 午後3時～3時30分

小学生ブックくらぶ

エプロンをつけて、図書館のおしごとを手伝ってくれる
小学生募集中！

毎月1・2・3・5 水曜日 午後3時30分～4時

小学生怪談くらぶ

こわい話ばかりのおはなし会です。

毎月第4水曜日 午後3時30分～3時45分



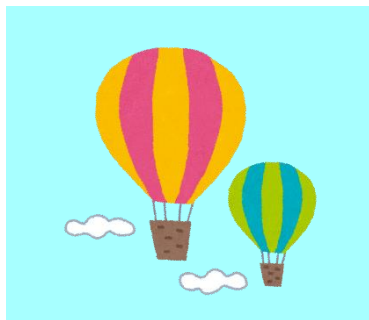
news

春の読書週間イベント第1弾

ききゅうにのって どこにいきたい？

みんなの行きたい場所をおしえてね。
ききゅうにのって、どこまでとんでいけるかな？

4/1（日）～4/26（木）児童向け



news

大人のための朗読会

【日時】4/28（土）午後2時～3時30分

【場所】江北地域学習センター1階 レクホール

【対象】16歳以上 【費用】無料

【申込】3/26（月）より先着受付
センター窓口または電話にて 電話03-3890-4522

【内容】『名前』角田 光代/著
『筍ごはん』柏田 道夫/著
『烈女切腹』池波 正太郎/著

※ボランティアグループ榎の実会による朗読です



宮城コミュニティ図書館は、江南コミュニティ図書館へ

4/13（金）いよいよ開館！



news

新図書館 江南コミュニティ図書館について

【住 所】足立区小台2-4-18（江南センター内）

【電話番号】03-3913-0460

【開館時間】午前9時～午後8時

【休 館 日】月1回の点検日と毎月月末最後の日

news

ジオラマ展示「小台・宮城ワンダーランド S22 夏」

小台宮城地区の昭和22年夏を1500分の1のスケールで再現。

【展 示】4/13（金）より

【場 所】江南センター内通路



news

スペシャルおはなし会 読み語りキャラバン隊

【日 時】4/28（土）午後2時30分～3時15分

【対 象】どなたでも（未就学児は保護者同伴）

【会 場】江南センター内 集会室2

新規購入雑誌のお知らせ

当館では新たに下記の雑誌を購入することになりました。4月号よりご覧いただけます。

『NHK囲碁講座』（NHK出版 毎月16日発行）

※上記の館名、日程、開館時間等は予定です。詳しくは図書館までお問い合わせください。

よみもの

『アレハンドロの大旅行』

きたむら えり/さく・え 福音館書店 低学年向け
アレハンドロの家族はおしゃべりが大好きで、毎日にぎやかです。でも、アレハンドロはおとなしくて、いつも家族がかわりに話してくれます。ある日、アレハンドロは自分から話せるようになるために一人で旅に出ました。旅のとちゅう、いろいろな動物に出会いますが、なかなかあいさつができません。家に帰るころには、ただいまといえるのでしょうか。



ちしき

『企業内職人図鑑 5 衣類・かばん』

こどもくらぶ/編 同友館
足立区にある土屋鞆製造所(つちやかばんせいぞうじょ)は、1965年から続くランドセルのメーカーです。ランドセルは6年間毎日使うので、じょうぶに作られています。パーツを組み立てたり、ミシンをかけたり、すべて職人さんの手作りです。



えほん

『しましまジャム』

Goma/作・絵 フレーベル館
きつねの へんてこパンやさんが、あたらしい ジャムを うりだしました。ひとつの びんで いろいろな あじが たのしめるしましまジャムです。ところが つぎのひのあさ、もりの ひとたちは びっくり! このジャムには なにか ふしぎな ちからが あったみたいですよ。



この本をよんで、
クイズにチャレンジ!



『はなさがじい』

松谷 みよ子/著 西村 繁男/画 童心社

おじいさんは かれきに はなを さかせました。
なにを まいたら、はなが さいたのかな?

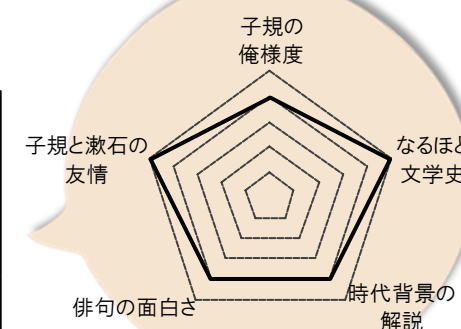
こたえは P. 10にあるよ!

小 説

『ノボさん 小説正岡子規と夏目漱石』

伊集院 静/著 (講談社) 2013 年出版

正岡子規は愛媛出身の大食漢で、俳句と野球を愛する青年だった。東大予備門に入学した子規は、ある時孤高の優等生と出会う。彼こそ、江戸育ちの合理主義者、のちの大文豪夏目漱石だった。性格も生き立ちも真逆の二人は妙に気が合い、俳句や手紙を通じて友情を育んでいく。漱石との交友、俳諧の革新、正岡子規の多感な青春時代から、脊椎カリエスで35歳という若さで生涯を終えるまでの物語。

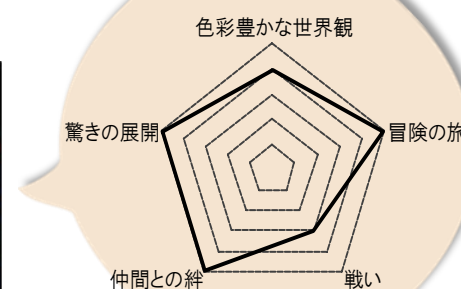


ティーンズ

『青の王』

廣嶋 玲子/作 橋 賢亀/挿画 内海 由/装幀 (東京創元社) 2017 年出版

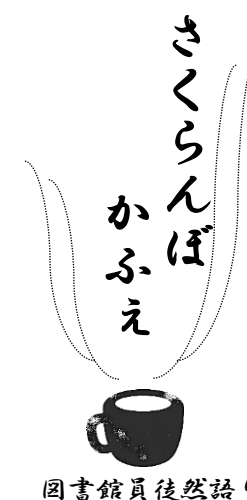
砂漠の都ナルマーンでは、人間が魔力を持った魔族を支配していた。王に死が迫り、王位継承の鍵となる少女は、幽閉され自らの名すら覚えていなかった。少女は孤児の少年ハルーンに助けられ、塔を脱出する。魔族やナルマーン国の追手が迫る中、二人の冒険が始まる。翼船(つばさぶね)の船長アバンザも加わり、空の旅を続けていくうちに少女は、次第に自分を取り戻していく。そして、己の運命へと立ち向かう。



桜の季節がやってきました

江北図書館がリニューアルしてから、あっという間に1年が経ちました。館内のピンクと黄緑の壁の配色は、実は桜をイメージした組み合わせだったんですよ。

春になると思い出すのが、実家の八重桜です。叔母は桜の塩漬けを作るために満開の桜の花をわざわざ実家に採りに来たものでした。小学校の卒業記念にいただいた小さな苗木を、大事に育てた桜だったので、恨めしい気持ちになったのを思い出します。大人になってからやっと、味や香りで桜を楽しむのも粋なのかもしれないと思えるようになりました。



図書館員徒然語り

3 / 26 (月) 受付開始講座一覧

運動？ 教養？ 趣味？ 幅広く取り揃えてます！

ネイティブ講師と楽しもう親子で英語教室【A/B】

ネイティブ講師による英語の歌や読み聞かせをします。楽しく英語やアメリカの文化に触れませんか。
5/7・14・21(月)
A：午前10時～10時50分
B：午前11時～11時50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

英語大好キッズになろう【A/B】

各回のテーマに沿って、歌や手遊び、ダンス、読み聞かせをします。
5/10～6/28(木)(5/24・6/14除く)
A：午前10時～10時50分
B：午前11時10分～正午
【料金】各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

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！
5/1・15(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。
5/9～30(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

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。
5/11・25(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

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めませんか？
4/4～25(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

当日受付

強者歓迎 江北囲碁道場

初心者上級者問わず囲碁を楽しめるサロンです。
4/7・21(土)
午後2時～4時
【料金】無料
【定員】各10人
【対象】小学生以上

当日受付

親子トランポリン

健康体力作り、親子のコミュニケーションにも最適です。
5/11～6/29(金)
午後3時15分～4時15分
【料金】6,080円
【定員】15組
【対象】2歳～就学前の子どもと母親

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？
4/14・28(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

当日受付

ミュージックベル体験サロン

ミュージックベルを自分の手で演奏してみませんか？
4/14・21(土)
午後2時～3時
【料金】無料
【定員】10人
【対象】どなたでも

当日受付

花壇づくりサロン in 江北

センターの花壇を使ってお花の手入れ方法を学びましょう。
5/10(木)
午前10時～11時
【料金】無料
【定員】10人
【対象】16歳以上

お申込みの注意点

受付初日午前9時～午後1時までは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。

楽しくちびっこ・こども体操

様々な運動を行ない、細かい身体の使い方を楽しく身に付けます。
5/10～6/28(木)
ちびっこ：午後3時30分～4時30分
こども：午後4時40分～5時40分
【料金】各2,720円
【定員】各35人
【対象】ちびっこ：4歳～就学前
こども：小学生

大人からはじめる

クラシックバレエ【初級・中級】

初心者向けの初級、経験者向けの中級があります。
5/12・19・26(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：1,980円
中級：2,640円
【定員】各16人
【対象】16歳以上の女性

子どもトランポリン

バランス感覚を養い、体力の向上にも繋がります。
5/11～6/29(金)
午後4時30分～5時30分
【料金】2,160円
【定員】24人
【対象】6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。
5/10～31(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！
5/11・18・25(金)
午後7時30分～8時20分
【料金】2,310円
【定員】20人
【対象】16歳以上の女性

大人からはじめる

ピアノ教室【A/B】

レベルに合わせて受講できます。
5/8～6/26(火)
A：午後6時45分～7時45分
B：午後8時～9時
【料金】各9,640円
【定員】各10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！
5/11・18・25(金)
午後8時30分～9時20分
【料金】2,310円
【定員】20人
【対象】16歳以上

フルートミニコンサート

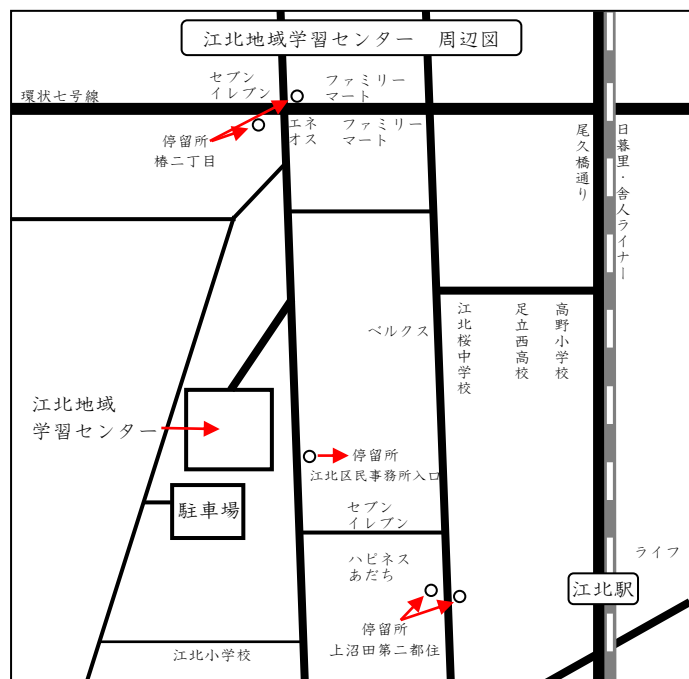
お馴染みの曲をCD伴奏に合わせてフルートで演奏します。
4/28(土)
午後1時30分～2時
【料金】無料
【定員】30人
【対象】どなたでも

ミュージックベルミニコンサート

ミュージックベルを使ってお馴染みの曲を演奏します。
4/21(土)
午後1時30分～2時
【料金】無料
【定員】30人
【対象】どなたでも

はつらつ教室

適度な軽運動で無理なく楽しく体を動かしましょう。
4/12・26(木)
午後1時45分～3時15分
【料金】無料
【定員】各20人
【対象】おおむね65歳以上



交通機関案内

【江北地域学習センター】

- ・日暮里・舎人ライナー「江北駅」より徒歩 15 分
- ・都バス、東武バス、国際興業バス「七井二丁目」下車 4 分
- ・コミュニティバスはるかぜ 6 号「上沼田第二都住」下車 10 分・11 号「江北区民事務所入口」下車 2 分

【江南センター】

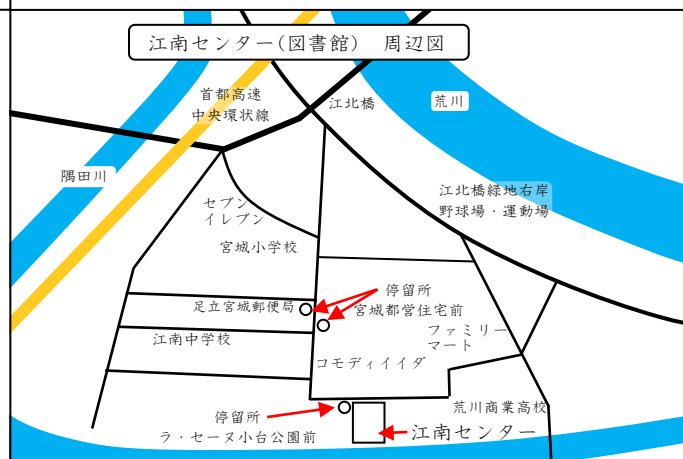
- ・都バス「宮城都営住宅前」下車 5 分
- ・コミュニティバスはるかぜ 8 号「ラ・セーヌ小台公園前」下車 すぐ



ホームページ



フェイスブック



とんとん 4月号

平成 30 年 4 月 1 日 発行

発行者 江北地域学習センター・図書館・江南コミュニティ図書館

123-0872 東京都足立区江北 3-39-4 120-0046 東京都足立区小台 2-4-18

TEL : 03-3890-4522(江北地域学習センター) 03-3890-4488(江北図書館) 03-3913-0460(江南コミュニティ図書館)

FAX : 03-3890-5212

指定管理者/㈱ティー・エム・エンタープライズ

株式会社ティー・エム・エンタープライズは親切なコミュニケーションを通じてあなたの「学ぶ」「運動する」「教える」を安全で清潔な空間でサポートします！



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 足立区