

まなぶはたのしい。

TONTON

5

No.367

お役立ち情報をウェブで発信中

コンテンツ

- ・ ホームページとフェイスブックで情報発信
- ・ 皆さんの思い出の写真はどんな一枚でしょう
- ・ 今月のおすすめ講座はこちら！
- ・ 今月も図書館の魅力(とオススメ本)をお伝えします。
- ・ あなたの生活を潤す講座はこれらだ。

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

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。

随時更新しています！
ホームページと Facebook（フェイスブック）

昨今、個人だけでなく企業、行政、各種団体などの関係各所でホームページや SNS を活用して情報を発信しています。当センター、図書館でもホームページと Facebook（フェイスブック）を通じて情報を発信していることをご存知でしょうか？
今回は開設を初めて知った方、知っているけれど閲覧したことが無い方にご覧いただきたくご紹介していきます。

両方で同じ情報を発信することも、もちろんありますが更新頻度の低い施設情報、図書館情報、バリアフリー情報や情報量が多いミニコミ紙掲載に関してはホームページで公開しています。多岐に渡る講座情報も一覧でチェックすることができ、足立区ホームページへのリンクがあるので、※インターネットでそのまま申し込みを行うことができます。

Facebook 画面（一部掲載）



江北地域学習センター Facebook 検索



いいね！

ポータルサイト検索か QR コードでページを 確認できます →



ホームページ画面（一部掲載）



フェイスブックに関してはホームページよりも更新頻度の高い情報を発信しています。例えば体育館の個人利用や休館日のお知らせといったもので、毎週から毎月の周期で更新しています。その他にもふれあいまつりやミニコンサートなどのイベント情報を写真とともに公開しています。

今回の特集で 2 つのメディアについてご紹介してまいりましたが、皆様はどちらがご利用しやすいでしょうか？
施設を便利で上手にご活用いただけるような情報発信を今後も継続して行っていくしますので、当センター及び図書館のホームページ、フェイスブックを応援よろしくお願いします。

※ 運営の都合上、電話・窓口のみのお申し込みの講座もございます。

「あの日の思い出…」写真
〔足立堀之内公園（堀之内 2-1-1）〕

足立堀之内公園は当センターに近接する神領掘（じんりょうぼり）を南に土手沿いへ向かっていくとそこにあります。
東京都下水道局の熊の木ポンプ場に隣接しているこの公園は、広さ 4,815 平方メートルもの広さを誇ります。園内には約 300 平方メートルの池があり、6 月上旬から 7 月下旬頃に開花する『大賀ハス』が咲くことで有名です。
この大賀ハスは日の出とともに美しいピンク色の花が開きます。午後にかけて閉じていきますので、早朝から午前中が見ごろになります。当時、美しく咲いている様子を写真に収めたくて朝一で意気揚々とセンターから撮影しに行きました。「こんなきれいなハスは見たことない」ということが、第一印象で、見惚れながらも一生懸命写真を撮っていたことを覚えています。
季節もまた巡り、その美しい姿のお披露目の時季が近づいてまいりました。お越しの際には、当センターにもぜひ、足をお運びください、お待ちしております。



〔写真：平成 22 年 7 月撮影〕

センターの Oh!豆な知識 区内公共施設トイレの「青・赤・黄」の案内サインをご存知ですか？

区内公共施設では、平成 24 年度よりトイレ入口に足立区オリジナルの案内サインを設置しています。改修工事などを実施した施設で順次設置しているので、当センターでも 2 年前に設置されました。
各々形が違うので視覚障がい者の方でも、このマークを触れることで男性（青・四角）、女性（赤・三角）、だれでもトイレ（黄・丸）の区別がつけられるようになります。



サークル活動レポート サクレポ!!



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.79 「男女混合メンバーみんなで楽しんでいます」 『a・s・r』(バスケットボール)



〔写真〕a.s.r マジ最高〜!! センターで座ってピースしているイケメンが代表です!



〔写真〕子どもも楽しく参加できます!



〔写真〕男女で楽しく 3on3

今月のサクレポは主にバスケットボールで活動をしている「a・s・r」です。

10〜50代の男女で活動しているこのサークルは、個々の技術を向上させることはもちろん、性別や年齢、経験の有無に関係なくバスケットボールを楽しみながら、参加者同士の親睦を深め、活動をしています。

オオヤンがお邪魔した時は男女混合で3on3（スリーオンスリー）のプレーをしているところでした。たくさんの笑顔があふれ、皆さんとても楽しそうに活動しているのが印象に残っています。

「不定で土曜、日曜日に活動しています。家族の運動不足解消からサークルを立ち上げましたが、今ではたくさんの仲間にも恵まれ、毎回集った仲間でバスケットボールを楽しんでいます!」と代表の佐藤さん。

バスケットボール未経験の方も楽しく参加することができます。社会人の方や小さなお子さんを連れて家族で参加することも可能です。5/12（日）には体験教室を開催しますので、是非お越しください。

※体験の詳細は5ページに掲載しています。

団体 詳細

a・s・r (エー・エス・アール)

入会金 / 無料

参加費 / 1回 300円

活動日 / 不定土・日曜日

活動時間 / 午前9時〜正午

4/26(金)
午前9時
受付開始

迷ったらこれ! オススメ講座

初めてのこけ玉づくり



木々が芽吹く新緑の季節、こけ玉づくりはいかがでしょう。土をこねる作業から始めて、植物の植え込み、苔を貼っていきます。

作った後も優しく育ててあげてくださいませ!

【日時】5/20(月)

午前10時30分〜正午

【料金】1,100円

【定員】20人

【対象】16歳以上

【講師】木村陽子・藤原優子／花人菜人

※写真はイメージです。

未経験者大歓迎



男女で楽しく バスケットボール体験

当センターで定期活動している体育団体「a.s.r (エー・エス・アール)」のサークル支援講座です。集まったメンバーで楽しくバスケットボールをプレーします。

【日時】5/12(日)

午前9時〜正午

【料金】10円

【定員】10人

【対象】おおむね50歳まで

【講師】体育団体「a.s.r」会員及び講師



花いっぱい ハーバリウムランプづくり

幅6cm×高さ10cm程度のびんに、自分好みのドライフラワーを選んで入れ、癒しのオイルランプを作ります。

アナタだけのオリジナルを作りましょう!

【日時】6/10(月)

午前10時30分〜正午

【料金】2,900円

【定員】20人

【対象】16歳以上

【講師】木村陽子・藤原優子／花人菜人

4/26 受付開始講座は10・11ページにも掲載しています。

news

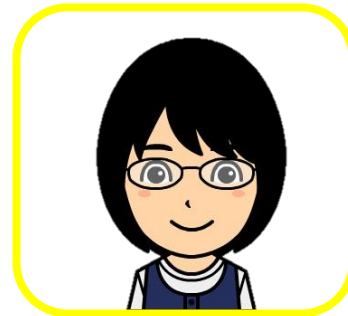
おいでよ！ゆりちゃんのおはなし会

絵本を読まないでおはなしを語ること、ストーリーテリングといいます。子どものイベントを担当するゆりちゃんが、楽しいおはなしを語るよ！

【日時】5/12（日） 午後2時～2時30分

【場所】江北センター2階 和室

【対象】幼児から



ゆりちゃんです。よろしくね。

news

子ども映画会

グリム童話や日本の昔話を上映します。
家族みんなで見に来てね！

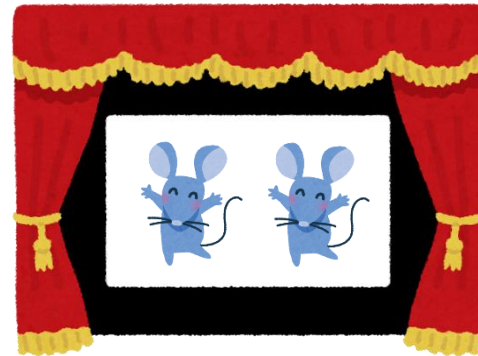
【日時】5/18（土） 午後2時30分～3時

【場所】江北センター2階 第1学習室

【対象】どなたでも

【内容】「町のねずみと田舎のねずみ」ほか

【費用】無料



news

図書館カードのデザインは3種類

図書館の利用カードはお持ちですか？
カードは0歳のお子さんから、無料で作れます。
デザインも3種類から選べますよ♪
この機会にご家族で作ってみてはいかがでしょうか。

【貸出冊数】図書20冊、CD3点

【貸出期間】図書・CDともに2週間



news

新しく2紙の新聞が入りました！

2019年4月より新規の新聞を2紙 受入しています

『週刊 朝日ウイークリー』

毎週日曜日発行の英和新聞です。
英文の本文と、和訳のほか、単語や文法の注釈が入っています。英語の勉強に最適な新聞です。

『週刊 読売中高生新聞』

毎週金曜日発行のティーンズ向けの新聞です。
時事問題のわかりやすい解説、みんなの悩み相談や活躍している中高生の紹介など、面白くて勉強になる新聞です。

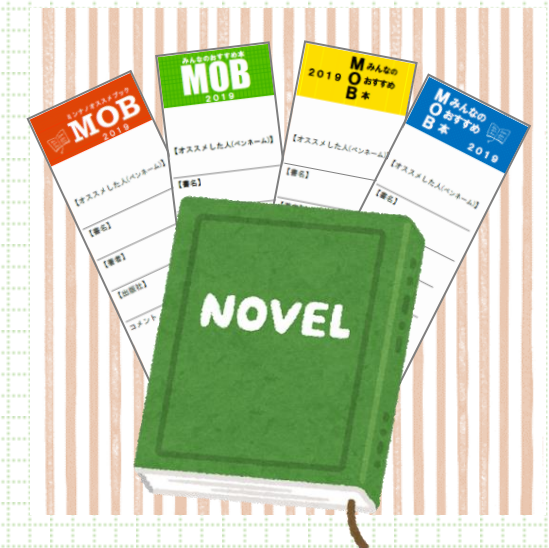


news

『MOBってる？』がリニューアル！

MOBコーナーは、もうご覧いただけただでしょうか。M=みんなの O=おすすめ B=本を集めたコーナーです。どなたでも参加できます。昨年からスタートして、現在26冊。小説やエッセイ、レシピ本や人生訓、写真集などジャンルはさまざま。推薦者によるおすすめポイントが書かれたしおりを読むのも楽しみの1つになっています。

このたび、コーナーの本を一新しました！ぜひ、江南図書館でMOBコーナーにお立ち寄りください！そしてあなたのおススメ本もコーナーに加えましょう！



news

KONANクエスト トレジャーハンターは君だ！

江南図書館でくばっているクエストに、本を使って答えよう！クエストクリアすると暗号のかけらがもらえるよ！暗号をつなげると、お宝のありがわかる！きみはお宝をハントできるかな？

トレジャーレベルによってクエストもむずかしくなるぞ！目指せ！ゴールドハンター！

開催日：4/27(土)～5/19(日)

対象：小学生



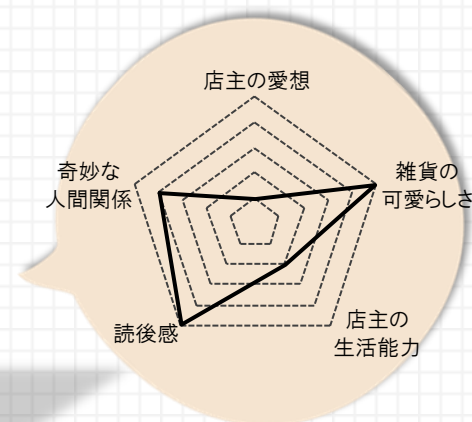
小説 『バイオレタ』

寺地 はるな/著 ポプラ社

婚約者から一方的に別れを告げられた田中妙。婚約者も仕事も失って雨の中、道端で泣き崩れていた。その時、雑貨店バイオレタの店主、北村堇に声をかけられる。

妙は堇に言われるがまま、バイオレタで働くこととなった。ただ、バイオレタは可愛らしい雑貨とともに、美しい「棺桶」も売っている変わった店だった。

思い出の品や記憶を捨てるのではなく、棺桶に入れて埋葬することで明日に向かっていく物語。



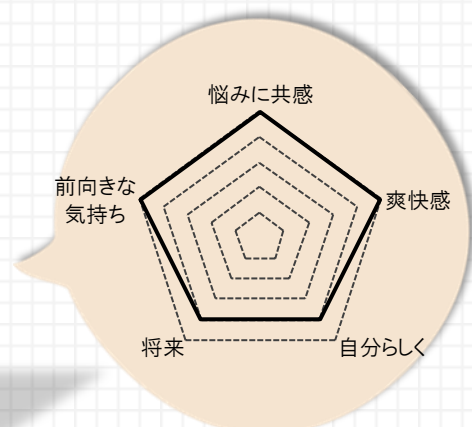
ティーンズ 『反撃』

草野 たき/著 ポプラ社

友だちや学校、家族や自分自身、将来のことなど...悩み多きティーンズたちにおすすめの1冊。

思い悩む5人の中学生女子がそれぞれ主人公の短編集。彼女たちは、くじけそうになりながらもあきらめず進んでいく。

彼女たちの「反撃」はさわやかで、前に進む勇気をもらえます。



『若冲 ぞうと出会った少年』

よみもの

黒田 志保子/著 国土社 高学年向け

商家の跡取りである忠兵衛（ちゅうべえ）は、家の手伝いもせずにいつも絵ばかり描いていました。ある日、「ぞう」という異国の大きな動物が近くを通ることを知ります。忠兵衛はどうしても「ぞう」が見たくなり、また家の手伝いを抜け出すことに…。

天才絵師伊藤若冲（いとうじゃくちゅう）の少年時代のお話です。



『大研究動物うんこ図鑑』

ちしき

国土社編集部/編 国土社 中学年～

うんこをばかにするな！みんなうんこはするし、うんこを調べれば、どんな動物のうんこか、食べ物や習性、体の具合も知ることができる！たとえば、トラのうんこは消化できなかったホネや羽根がまざっていたり、カワウソは「なわばり」をアピールするために決まった場所でうんこをする。うんこを知ることは動物を知ることなのだ！



『やさしいたんぽぽ』

えほん

安房 直子/ぶん 南塚 直子/え 小峰書店

女の子はおかあさんにいわれて、のはらへ 子ねこをすてにきました。すると、あたりに 黄色いたんぽぽのあかりがとまりはじめます。女の子がたんぽぽを そっとつむと、くきからミルクが出てきて子ねこはおなかいっぱいになります。

ほんとうのたんぽぽもつむとくきから、白いつゆがでるんですよ。

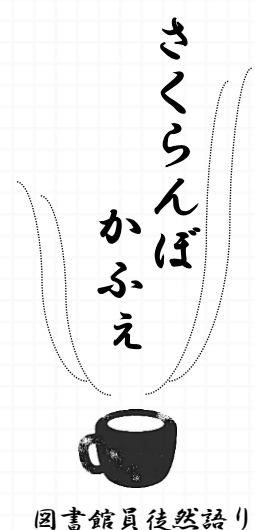


新しい時代がはじまります

慣れ親しんだ「平成」が終わり、5月1日から元号が「令和」となりました。日本最古の歌集『万葉集』の「梅花の歌三十二首」の序文に由来してつけられたそうです。

厳しい冬が終わり、春の始めの頃に咲く梅の花は、人々の心を明るくしてきました。この序文に続く三十二首の歌の中にも、春が来た喜びとこれから咲く桜の季節への期待が感じられます。

「令和」はどんな時代になるのでしょうか。元号に負けない明るい時代を作っていきたいですね。



図書館員徒然語り



この本をよんで、クイズにチャレンジ！



『くんちゃんのはたけしごと』
ドロシー・マリノ/さく
まさき るりこ/やく ペンギン社

くんちゃんが、おいかけかけたのは、
なんの木でしょうか？

こたえは P. 10にあるよ！

4/26(金) 受付開始講座一覧

お申し込み方法		
窓口・電話	インターネット	ご注意
江北センターの窓口・電話でのお申し込みは 4/26(金) 午前9時～ 江北センター以外でのお申し込みは 4/26(金) 午後1時～	4/26(金)午後1時～受付開始 江北地域学習センター 検索 https://tme-adachi.com/kohoku/	費用は教材費、保険料が含まれるものがあります。 お支払いは講座開始1週間前までにお済ませください。

子ども向け講座

基礎から学ぶ空手教室

6/12・19・26(水)

午後6時30分～7時30分

この教室では、基本的な動きを学ぶことができます。
空手の稽古は全身を動かしていきます。空手を通じて運動する楽しさを感じてください！

○料金：300円

○定員：20人

○対象：5歳～小学生



大人向け講座

はつらつ教室

5/9・23(木)

午後1時45分～3時15分

いつまでも動ける体でいたいあなたへ。
無理のない運動で楽しく体を動かします。

○料金：無料

○定員：各20人

○対象：おおむね65歳以上

姿勢シャキッと教室

6/11・25(火)

午後0時30分～1時30分

姿勢改善のストレッチや、正しい姿勢を保持するための筋肉をつける運動をします。目指せ美姿勢。

○料金：1回550円

○定員：各20人

○対象：16歳以上

個別相談で安心

FP(ファイナンシャルプランナー)相談会

6/9(日)・26(水)

午前10時～11時

教育、住宅、老後、お金の心配は尽きません。
家庭に関わる資金の相談をプロにしてみませんか。

○料金：無料

○定員：各5人

○対象：16歳以上



大人のための字の書き方

「ひらがな行書」編

6/7～28(金)

午前9時30分～11時

ひらがなの行書体を上手に書く練習を行います。
鉛筆、ボールペン、サインペンなどで参加できます。

○料金：2,600円

○定員：12人

○対象：16歳以上

心も身体もスッキリ爽快

ピラティスストレッチ

6/7～28(金)

午後8時～8時50分

ピラティスにストレッチの要素を取り入れ、柔軟性、筋肉調整、姿勢改善、バランス感覚を養います。

○料金：3,080円

○定員：20人

○対象：16歳以上

女性向け講座

ゆかたをきれいに着て 夏祭りに行こう

6/12～7/10(水)

午後1時30分～3時30分

楽しく基本的な着方を学びましょう。
ゆかたで外出したい方にオススメ！

○料金：2,700円

○定員：15人

○対象：16歳以上の女性

骨盤の歪みや腰痛を改善

優しいベリーダンス

6/7～7/26(金)

午後1時30分～2時30分

基礎知識をはじめとし、ステップや腰の動きなどを学んでいきます。

○料金：3,600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

6/7～28(金)

午後7時～7時50分

お休み前の時間を使ってピラティス。
「肩こり」「猫背」「疲労感」を改善して女子力UP！

○料金：3,080円

○定員：20人

○対象：16歳以上の女性

親子向け講座

親子で学ぶ護身術

6/2(日)

午前10時30分～正午

空手の基本的な動きを学び、その動きを応用した護身術を身に付けます。

○料金：640円

○定員：20組

○対象：5歳～小学生の子と親

親子ヨガで

産後の骨盤をセルフケア

6/4・18(火)

午後0時30分～1時30分

親子で一緒にヨガエクササイズ。
ヨガ初心者でも楽しく参加できます。

○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

ママの産後骨盤ケア&

ベビーマッサージ

6/5～26(水)

午前10時30分～正午

お子さまへのベビーマッサージと母親の骨盤ケアを行ないます。
親子のふれあいタイムとしても！

○料金：1回1,300円

○定員：各10組

○対象：2～10ヵ月の子どもと母親

ベビーマッサージサロン

赤ちゃんの脳の発達を促す編

6/14・28(金)

午前10時30分～正午

ベビーマッサージでの心地良い癒し（刺激）を身体で感じることで、脳への活性を促していきます。

○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

ネイティブ講師と楽しもう

親子で英語教室

6/3・10・24(月)

午前10時～10時50分

ネイティブ講師による本場の英語をお子さんと一緒に楽しみましょう。

○料金：3,240円

○定員：10組

○対象：1～3歳の子どもと保護者

ネイティブ講師と親子で楽しむ

英語レッスン(A・B)

6/1・8・15(土)

A：午前10時～10時50分

B：午前11時～11時50分

お子さんと英語を楽しみましょう。

○料金：各3,240円

○定員：各10組

○対象：【A】1～3歳、【B】4～5歳の子どもと保護者

サロン講座

強者歓迎

江北囲碁道場

5/18(土)

午後2時～4時

囲碁を気軽に楽しみたい方、どんどん強くなりたい方、そんなみなさんを歓迎します。

○料金：無料

○定員：10人

○対象：小学生以上の経験者

はじいて遊ぼう

おはじきサッカー体験会

5/13・27(月)

午後3時～4時30分

おはじきサッカーのルールやプレイ方法について実際に体験しながら学んでいこう！目指せ足立区代表！

○料金：無料

○定員：各4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

5/1・8・15・22・29(水)

5/3・10・17・24・31(金)

午後5時30分～9時

上がり役がわかればどなたでもご参加いただけます。
新たな仲間づくりに。

○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

ロビーミニコンサート

フルーツ

5/11(土)

午前10時30分～11時

4月開催より時間帯が変更となりました。
お気軽にお越しください。

○料金：無料

○定員：30人

○対象：どなたでも〔申込不要〕

ロビーミニコンサート

ミュージックベル

5/18(土)

午後1時30分～2時

ミュージックベル癒やしの音色をお楽しみください。

○料金：無料

○定員：30人

○対象：どなたでも〔申込不要〕

ミュージックベル体験サロン

5/11(土)

午後2時～3時

ミュージックベルをあなたの手で演奏してみませんか。
コンサートのあとにも体験ができます。

○料金：無料

○定員：10人

○対象：どなたでも

ITサロン

5/11・25(土)

午後2時～4時

パソコンの「ちょっとわからない」を解消できます。
お茶を飲みながら楽しくパソコンに触れてみませんか。

○料金：1回200円

○定員：各6人

○対象：中学生以上

ガーデニングサロン in 江北

6/13・27(木)

午前10時～11時

江北センターの花壇を使って草花の育て方を学んでいきましょう。

○料金：無料

○定員：各10人

○対象：どなたでも
(小学3年生までは保護者同伴)

みんなのポッチャ広場

6/21(金)

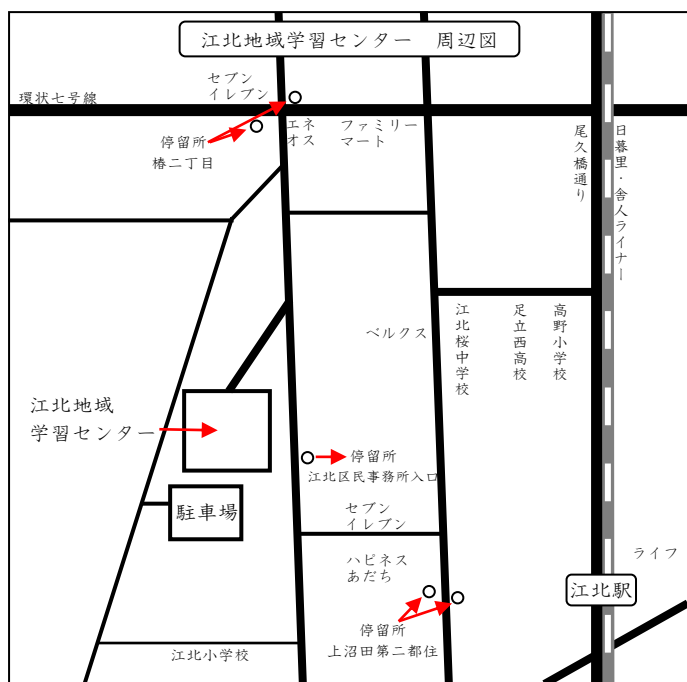
午後3時30分～5時

どんな方でも楽しめるスポーツ、ポッチャを体験してみませんか。

○料金：110円

○定員：15人

○対象：どなたでも
(小学3年生までは保護者同伴)



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「椿二丁目」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
- ・コミュニティバスはるかぜ 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「江南センター」下車 すぐ



ホームページ



フェイスブック

とんとん 5月号

2019 年 5 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丁寧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