

まなぶはたのしい。

TONTON

11

No.373



- ・サロン、広場が増えています
- ・サークルの出張マジック披露
- ・おすすめ講座&図書館の魅力とオススメ本の紹介

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

サロンスタイルで参加できる広場が 今年になってから増えています

江北地域学習センターでは様々な世代の皆さまに向けて、多種多様な生涯学習講座を企画、運営しています。今回はその中でも1回ごとでお気軽に参加できるサロンスタイルの教室をご紹介します。ご紹介していきたいと思っております。

この「サロン」という言葉はフランス語で談話室、応接室といった意味も含まれています。センターというサロンは「講師が受講生に教える教室」というよりも「講師やボランティア、センタースタッフが参加者と一緒になって楽しむ広場」として位置づけよう呼んでいます。



現在、計 10 ものサロン（広場という名称も含む）を運営しています。

特に以下の 4 つは今年の 4 月から開始したもので「制作」のビーズアクセサリー作り、「歌う」「演奏する」の童謡唱歌とウクレレ、「ゲームで遊ぶ」おはじきサッカーとジャンルも様々です。この 4 つ以外のサロンは 7 ページに掲載しています。

申し込み方法には事前受付不要の当日参加のものと事前予約が必要なサロンがございますので、ご注意ください。



[写真] このように円になってやることが多いです

ビーズアクセサリー

手づくりサロン【予約不要】

11/8(金)・22(金)
午後3時～7時(当日受付・入退出自由)
好きな色のビーズを組み合わせて、ブレスレットやネックレスを作るサロンです。
○料金：300円(1個作成につき)
○定員：各10人
○対象：小学生以上の方
(小学3年生までは保護者同伴)

みんな集まれ！楽しく歌おう

童謡唱歌サロン【事前受付】

11/11(月)・25(月)
午後1時30分～3時
「楽しく歌うこと」を目的としたサロンです。ピアノ伴奏に合わせて、集まった参加者みんなで歌います。
○料金：1回550円
○定員：各30人
○対象：16歳以上

楽しく歌おう

ウクレレサロン【事前受付】

11/11(月)・25(月)
午後1時30分～4時
決められた曲をウクレレの演奏に合わせて歌います。演奏者も募集していますので、ぜひご参加ください。
○料金：1回330円
○定員：各10人
○対象：16歳以上

はじめて遊ぼう

おはじきサッカー体験会【予約不要】

11/10(日)・25(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：どなたでも

※ ここで事前受付となっているものは
10月26日(土)から受付開始となります。

地域の施設へ出張マジック披露

9月28日(土)、江北1丁目の江北ひまわり園では『サンライズフェス 2019』が開催されました。そのイベントで地域学習団体「マジッククラブサラー」の講師と会員2名が、マジックショーを行いました。

会場には用意された椅子では足りず、立ち見ができるほど多くの観覧者が集まり、前半は個々のとっておきのマジックを披露しました。トランプ、ロープなどごく身近にある物を使ったマジック、わざとタネが見えたり、失敗をしようとするようなコミカルなマジック、会場のお客さまをステージに呼んで一緒に行うマジックなど、観覧者を飽きさせない内容に笑顔と拍手が見られました。



『マジッククラブサラー』平成12年に発足
入会金 1,000円/月会費 3,000円
活動日第1・3土曜日/活動時間 19:30～21:00
1966年12月より放送されたアニメ「魔法使いサリーちゃん」が由来で、マジック(手品)は魔法ということでのナイスネーミング。会員募集中です！

後半は講師「ミスターJ」が本格的なマジックを披露。ダンディーな前口上からはじまるマジックは、「えっ、なんで？」の驚きと感嘆の声が漏れていました。私も取材で「ミスターJ」のマジックは見るがありますが、いつ見てもさすがの一言。取材を忘れてしまいます。

練習するだけでなく、発表の場があることで、個々のモチベーションにも繋がります。また、発表側、見る側に係わらず思い出にもなります。

今後もサークルさんと協力をして、地域に向き、活性化のお手伝いができたらと思います。



「夏の日の思い出…」写真

〔江北センター敷地内(江北3-39-4)〕

江北センターの外周には緑が多く存在します。春から夏にかけてその緑も生き茂り、暑さは厳しくなりますが、目には優しいそんな環境です。とある日の終業後、帰り道に足を進めていると、植え込みにふと視線を奪われました。セミです。でも、珍しいのは、まだふ化して間もない羽根が青白いセミでした。私がこの状態で見したのは小学生以来2回目、ふ化する瞬間ならさらに最高だったと欲張りなことを考えつつ、パシャリと1枚。生命の神秘を感じました。



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.85 「プロから学ぶことができる」
(バスケットボール)



〔写真〕基本練習の時間。基礎を繰り返すことで応用が利くものです。



〔写真〕動き方の確認。



〔写真〕マンツーマンの指導。体の使い方は重要です。

今月のサクレポはバスケットボールで活動している「ABROZ (アブロズ)」です。

今年4月から活動開始したこの団体には幼児、小学生、中学生のクラスがあり、約50名の会員が参加しています。代表を務めるのは翁長明弘(おながあきひろ)さん。翁長さんはバスケットボールの本場であるアメリカに渡り、技術を磨きました。その後、国内のプロリーグで2016年までプロバスケットボールプレイヤーとして活躍しました。

取材当日、オオヤンが体育館に行くと、まさに中学生クラスの練習が始まる所でした。真剣な表情で講師の話聞いた後、声出しやフットワーク、

シュートの練習をしていました。懸命に練習する姿に心の中で応援している私がありました。

ここでの練習プログラムは基礎練習から応用までしっかり行います。その中には翁長さんが選手時代にも実際に行っていた練習もありますので、バスケットボールに必要な技術を学ぶことができます。

練習に打ち込むことで技術、身体を磨いていけばそれが自信になり、精神面での強さも実感できることでしょう。バスケットを始めてみたい、うまくなりたいと思っている方は、ぜひ一度参加してみてください。

**団体
詳細**

ABROZ (アブロズ)

活動日 / 変則月曜日 活動時間 / 午後3時30分～9時

※ ご参加希望の方はセンターにお問い合わせください。
参加費などは直接会場でご確認いただけます。

10/26(土)

午前9時
受付開始

迷ったらこれ!
オススメ講座



あだちの五色桜を身近に
清水謙吾村長に思いを寄せて

郷土の誇るあだちの五色桜について、荒川堤への植樹に尽力した江北村(沼田村)の村長清水謙吾氏の偉業を顕彰し、地域の歴史を知る講演会です。

- 【日時】12/15(日)
午前10時30分～11時30分
 - 【料金】660円
 - 【定員】30人
 - 【対象】どなたでも
 - 【講師】(講演) 浅香孝子/
江北村の歴史を伝える会 会長
(共催) NPO 法人五色桜の会
- ※ 写真は「旧荒川堤跡」です。



秋の怪談会

秋のひとつときに怪談を語ります。背筋がぞっと寒くなるような、そんな怖い怪談の世界を堪能しませんか。

- 【日時】11/9(土)
午後2時～3時
- 【料金】無料
- 【定員】20人
- 【対象】16歳以上の方
- 【講師】牛抱せん夏/怪談師



モダンしめ飾り作り

お正月に飾れるモダンなオリジナルしめ飾りを作ります。

- 【日時】12/9(月)
午前10時30分～正午
 - 【料金】2,200円
 - 【定員】20人
 - 【対象】16歳以上の方
 - 【講師】木村 陽子・藤原 優子/花人菜人
- ※ 写真はイメージです。

10/26(土) 受付開始講座一覧



まなぶは
たのしい

お申し込み方法

窓口・電話
江北センターの窓口・電話でのお申し込みは
10/26(土) 午前9時～
江北センター以外でのお申し込みは
10/26(土) 午後1時～

インターネット

10/26(土)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/>



ご注意

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

スポーツ基本塾 (3日制)

12/5・12・19のいずれも木曜日
【なわとび編】
午後3時30分～4時30分
○料金：1,020円 ○定員：35人
○対象：4歳～就学前の子ども
【なわとび&ドッチビー編】
午後4時40分～5時40分
○料金：1,020円 ○定員：35人
○対象：小学生

親子向け講座

ママの産後骨盤ケア&

ベビーマッサージ

12/4・11・18のいずれも水曜日
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1,320円
○定員：各10組
○対象：2～10カ月の子どもと母親

親子ヨガで

産後の骨盤をセルフケア

12/3(火)・17(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

大人向け講座

はつらつ教室

11/14(木)・28(木)
午後1時45分～3時15分
いつまでも動ける体にいるため、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

本場アメリカ仕込み 元プロ選手から教わる バスケットボールA・B

12/15(日)
プロも行う必要なバスケットボールの技術をお伝えします。
A：午後6時40分～7時40分
B：午後7時50分～8時50分
○料金：各970円
○定員：各50人
○対象：【A】小学3～6年生
【B】中学生



ネイティブ講師と楽しもう

親子で英語教室 (3日制)

12/2・9・23(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：3,300円
○定員：10組
○対象：1～3歳の子どもと保護者

ママの骨盤ケア&

親子ふれあいタイム

12/18(水)
午後2時～3時30分
ママには骨盤の運動を、お子さまには発達に合わせた遊びを行ないます。
○料金：1,010円
○定員：10組
○対象：あんよができる11ヵ月～2歳の子どもの母親

姿勢シャキッと教室

12/10(火)・24(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560円
○定員：各20人
○対象：16歳以上

ネイティブ講師と親子で楽しむ

英語レッスン(A・B) (3日制)

12/7・14・21(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3,300円
○定員：各10組
○対象：【A】1～3歳、【B】4～5歳の子どもの保護者

ベビーマッサージサロン

赤ちゃんの脳の発達を促す編

12/13(金)・27(金)
午前10時30分～正午
赤ちゃんの肌に触れ、優しく愛情を与えることで、心地良い癒し(刺激)を感じ、脳細胞を活性化させます。
○料金：1回1,120円
○定員：各10組
○対象：2ヵ月～1歳未満の子どもの母親

個別相談で安心

FP(ファイナンシャルプランナー)相談会

12/8(日)・25(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4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 (4日制)

12/6～27の毎週金曜日
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：3,120円
○定員：20人
○対象：16歳以上

女性向け講座

身体を癒やして女子力UP

ナイトピラティス (4日制)

12/6～27の毎週金曜日
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：3,120円
○定員：20人
○対象：16歳以上の女性

サロン講座

ロビーミニコンサート

〔フルーツミニコンサート〕
11/9(土) 午前10時30分～11時
〔ミュージックベルミニコンサート〕
11/16(土) 午後1時30分～2時
【両者ともに】
○料金：無料
○定員：30人
○対象：どなたでも〔申込不要〕

ITサロン

11/2(土)
午後2時～4時
パソコンの「ちょっとわからない」が解消できるかも！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：200円
○定員：6人
○対象：中学生以上

大人のための字の書き方

年賀状編 (2日制)

11/29(金)、12/6(金)
午前9時30分～11時
筆ペンで年賀状を書きます。きれいに書くためのコツを学習します。
○料金：1,320円
○定員：12人
○対象：16歳以上

骨盤の歪みや腰痛を改善

優しいベリーダンス (7日制)

12/6～1/31 毎週金曜日
(12/27、1/3 除く)
午後1時30分～2時30分
ベリーダンスの基礎知識をはじめ、ステップや腰の動きなどを練習します。腰痛にも効果あります。
○料金：3,150円
○定員：20人
○対象：16歳以上の女性

みんなのポッチャ広場

12/20(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)



飲まない かけない 吸わない

健康マージャンサロン

11/6・13・20・27(水)
11/1・8・15・22・29(金)
午後5時30分～9時
上がり役がわかれば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

ミュージックベル体験サロン

11/9(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

強者歓迎

江北囲碁道場

11/2(土)・16(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：各10人
○対象：小学生以上の経験者

ガーデニングサロン in 江北

12/12(木)
午前10時～11時
花壇に季節の草花を植えます。花や緑、土に触れると楽しいですよ。ボランティアさんも募集中です！
○料金：無料
○定員：10人
○対象：どなたでも
(小学3年生までは保護者同伴)

開催期間 10/1~11/29

はっつけよい!

第14回

おすすすめ本対決

本場所

今回のお題
家族

4館合同企画
興本図書館 江北図書館
花畑図書館
江南コミュニティ図書館



4館合同企画「はっつけよい!本場所おすすすめ本対決」も今回で14回目
お題は【家族】

本の紹介文はすべて140字以内で書かれています。
限られた文字数の中でいかに本の魅力を伝えるか!
紹介文を読んで、読みたいと思った本に投票をお願いします。
ルールや内容については、江北・興本・花畑・江南コミュニティ図書館の
館内特設コーナーか投票サイトをご覧ください。
投票サイトでは過去のおすすすめ本紹介も読むことができます。

【投票期間】10/1(火)~11/29(金) 23時59分まで

Sports
Traditional
Barrier-free

2020

希望と夢の融合——開会式

近年趣向を凝らした演出で楽しませてくれる開会式は、オリンピック・パラリンピックの醍醐味の一つです。今でこそ華やかな演出ですが、1896年第1回アテネ大会では、国王の開会宣言に祝砲と放鳩(ほうきゅう)というシンプルなものでした。現在、メインイベントとなっている聖火点灯は、1928年第9回アムステルダム大会から導入されました。

さて、2020年東京大会では、開会式を演出する総合統括の狂言師野村萬斎氏のもと、全体スタッフは数百人規模になる予定と言われています。最新技術と日本の歴史・伝統・文化の融合、そのパフォーマンスに期待が高まります。

参考文献:『JOA オリンピック小事典』日本オリンピック・アカデミー/編著 メディアパル

学ぶ×活かす×楽しんじゃう?

江北

ごうほく としょかん
Kouhoku library News

Pick Up

12月
下旬まで

子育て中のママ注目!

江北図書館では、図書館とスポーツに関するアンケートを実施しています。

詳しくは江北図書館にてご確認ください。

【対象】図書館を利用する子育て中のママ

【方法】LINEでお友だち登録をして
アンケートに答えるだけ

【特典】足立区のグッズをプレゼント

※詳細は、江北図書館にてお問合せください。

電話 03-3890-4488 足立区立江北図書館



Event

11/16(土)

秋のこども映画会

おなじみのお話が、映画になったよ。家族みんなでみにきてね。

【時間】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】児童

【内容】「ぞうのたまごのたまごやき」ほか

原作『ぼくは王さまシリーズ』より

寺村 輝夫/作 和歌山 静子/絵 理論社



江北図書館 11月の休館日 11/17(日)・29(金)

ごうなん としょかん
Kounan library News

江南

News

11/25(月)
~
11/30(土)

江南コミュニティ図書館は特別整理期間のためお休みします

11/25(月)~11/30(土)の間、特別整理期間のため休館します。ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

休館中は近隣の新田コミュニティ図書館・江北図書館をご利用ください。

また、本の返却は正面入り口右側の壁面にあるブックポストをご利用ください。

なお、11/29(金)は、すべての足立区立図書館が休館です。



江南コミュニティ図書館の休館日 11/18(月)・25(月)~30(土)

本散歩 小説

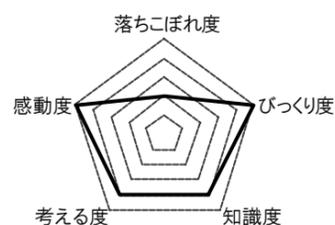


『カーテンコール!』

加納 朋子/著
(新潮社) 2017 年出版

閉校になることが決定した私立萌木女学園。しかし、単位が足りなくて卒業できない生徒たちが数名出てしまいました。おじいちゃん理事長の角田は、生徒たちを学園の寮に集め、特別補講という名の合宿を行いました。

生徒たちが卒業できなかった理由は遅刻、居眠り、出席日数不足。一見甘えた理由のようですが、その裏には別の理由が隠されています。それらが明かされる時、驚きと感動に包まれるはずですよ。



本散歩 Teens

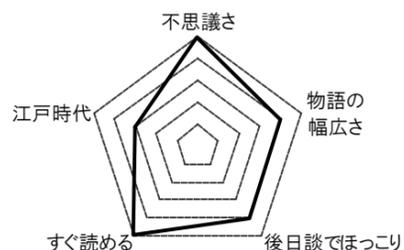


『机の上の仙人—机上庵志異 (きじょうあんしい)』

佐藤 さとる/著 岡本 順/画
(ゴブリン書房) 2014 年出版

ある日突然、机の上に机上庵方寸(きじょうあんほうすん)と名乗る小さな老人が現れた。私は、その老人に、祖母から譲り受けた古い書物の物語を、語ってもらうことになる。それは、摩訶不思議な話が集められたもので、机上庵方寸もその書物に関係した存在だった。

ある月夜の晩、道に迷った旅人が、山中で宴をしている集団に出会う「道中変化」など13話を収録。中国の『聊斎志異』(りょうさいしい)という奇譚集(きたんしゅう)がもとになっています。



『ミミとピギーのベネチアリョこう』

たしろ ちさと/作 BL出版

ミミとピギーはとても なかよしのぬいぐるみです。ふたりでイタリアのベネチアへ リョこうに行くことになりました。ぬいぐるみがリョこうに行くなんて、おどろいてしまいます。ふたりだけで いくんですよ。

ベネチアで、ふたりは、ゴンドラにのったり、すてきなネックレスを みたりしておおはしゃぎ。

いろいろなベネチアめいぶつをたのしみます。

よむと ベネチアに いきたくりますよ。



ほんさんぽ えほん

『ルソンバンの大奇術 (だいきじゅつ)』

牡丹 靖佳/著 福音館書店 小学校高学年～

ルソンバンは星や雲をあやつるマジックで、劇場の人気者だったが、得意のマジックで火事を起こしてしまう。すっかり落ち込んだルソンバンは、町のかたすみで簡単なマジックを続けながら静かにくらしていた。

ある時、ルソンバンは少年と捨て犬に出会い、マジックで人を喜ばせる楽しさを思い出していく。やがてマジックを使って人助けをするようになったルソンバンに、人気復活のチャンスがやってくるが…。



本さんぽ よみもの



山の宴

11月に入ると冷え込む日も増えてきて、そろそろ紅葉が楽しみな頃となります。ここ数年は秋の行楽日和を満喫すべく、近隣の山へハイキングに出かけています。

森林浴で癒され、たっぷり汗をかいてたどり着いた山頂で楽しむ仲間との山の宴は至福のひとときです。まるで宿泊するかのような大荷物を担いで、山頂で料理をふるまってくれる人もいて、アイデアや工夫に驚かされます。そんな仲間刺激され、私も体力強化と山料理の腕をあげる準備にいそしみたいと思っています。

『山グルメ』小雀 陣二/著 樫出版社

『山のおつまみレシピ100』山と溪谷社ワンダーフォーゲル編集部/編 山と溪谷社



この本をよんで、
クイズにチャレンジ!



『ぶたのたね』

佐々木 マキ/作・絵 絵本館

じめんがゆれて、ぶたの木からぶたがおちてしまった。
そのとき マラソンたいかいをしていた どうぶつは、なにかな?

こたえは 8 ページにあるよ!



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

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。

とんとん 11月号

2019年11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/(株)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！



「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