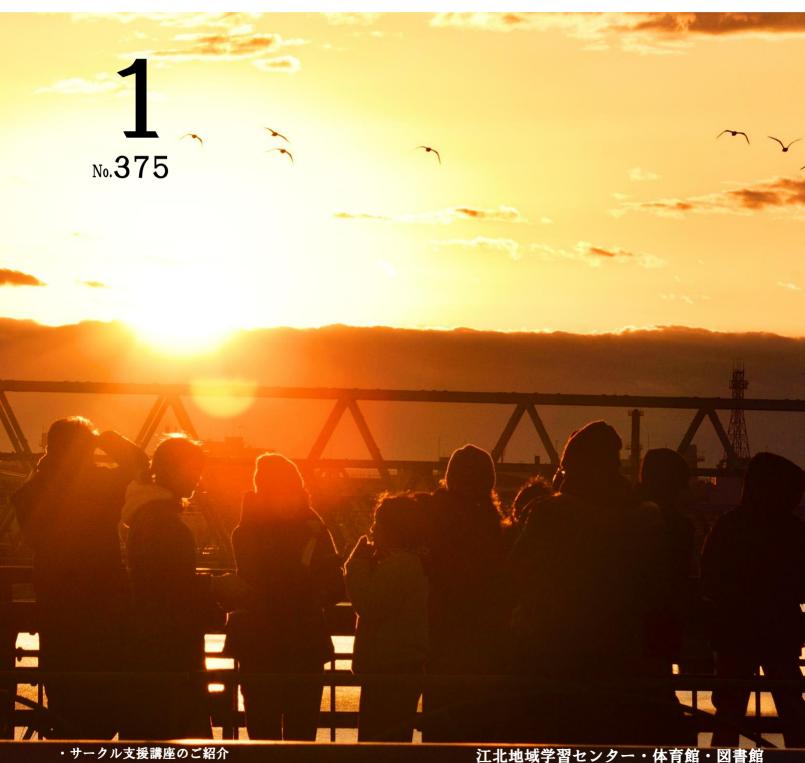
まなぶはたのしい。

# ON ON



- ・サークル支援講座のご紹介
- ・ヒップホップダンス発表会
- ・おすすめ講座&図書館の魅力とオススメ本の紹介

江南コミュニティ図書館

## 気になる分野でお試し体験! 新しい趣味が見つかるかも

江北センターでは趣味・教養分野で活動する 学習団体と運動・スポーツを行う体育団体が定 期的に活動しています。そこで制作した成果物 や日々の練習で身に付けた技術はセンターで 年1回開催している「江北ふれあいまつり」や それぞれの種目の競技大会などでその実力を 発揮しています。

センターではその活動が安定的に継続できるような支援及び活性化を促す手段として「サークル支援講座」を開催しています。

#### 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

地域学習団体「女声コーラスミューズ」 2/24(祝)

午前 10 時~正午

[料 金] 550円

「定 員〕20人

「対象] 16歳以上の女性

12/26(木)午前9時よりお電話・窓口にて受付開始

年間を通して色々な団体への支援講座を実施していますが、近々では以下の3つが予定されています。これらの体験教室に参加してみて、「続けたい!」と感じれば入会することも可能です。

新しい年へ移り変わるこの時季に、新しいことへチャレンジしたいと感じる方もいらっしゃるのではないかと思います。この機会をお見逃しなく。

【お申込み・お問い合わせ】 江北地域学習センター/03-3890-4522



#### こどもトランポリンサークル入部体験教室

体育団体「江北なかよしトランポリンクラブ」 1/25 (土)、2/1 (土) 午後 0 時 30 分~1 時 10 分

〔料 金〕無料

[定 員] 各5人

〔対 象〕3歳~小学1年生

12/26(木)午前9時よりお電話・窓口にて受付開始

#### 大人トランポリンサークル入部体験教室

体育団体「グラスホッパーズ」 3/6(金)、13(金) 午前10時~11時

〔料 金〕無料

〔定員〕各5人

〔対象〕16歳以上の女性

1/26(日)午前9時よりお電話・窓口にて受付開始



## ヒップホップダンス発表会

11月9日 (土)、ギャラクシティの西新井文化ホールで「Shoko's family dance presentation vol.27」が開催されました。

このイベントは江北センター主催講座「子ども ヒップホップダンス」でも指導している須田翔子 先生のグループが率いるヒップホップダンスチー ムの定期発表会です。

開催当日は全27チーム、総勢約130名の子どもたちが一堂に会しました。二部構成となっているこのイベントでは、全39曲という見ごたえのあるステージ、それぞれが日頃の練習の成果としてパフォーマンスを披露しました。江北センターの講座受講者の5名の子どもたちもチームとして参加して2曲のダンスを披露しました。

興味がある方はぜひ次の開催を楽しみにしてく ださい!

## @ギャラクシティ



### センターの Oh! 豆な知識

## 施設出入り口の音声標識ガイド

江北センター正面玄関の上部に黒いアンテナの付いた白色の機械が取り付けられています。 「なんだろう?」と疑問に思っていた方もいるかもしれません。

実はこの機械、視覚障がい者への歩行移動への 支援をするための音声標識ガイドシステムです。 自発的に音声が鳴る機械ではありませんが、利用 者が携帯する小型送信機から自ら操作して発信 することで電波が送られ、感知した施設側の機械 から音声案内が鳴るものです。

施設は多くの方に快適にご利用いただきたいと思います。これからもご来館の皆さまのご理解とご協力を引き続きお願いたします。







## 突撃レポーター

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.87 「マージャンからうまれる笑顔と絆」 (マージャン)





「写真」楽しいのが表情からわかります。



[写真] 腕を組み、振り込む直前のオオヤン。 この 10 秒後負けます…

今月のサクレポは『江北健康マージャンサーク ル』です。マージャンと聞くと、お酒やたばこが 付き物のちょいワルなイメージがある方もいるか もしれませんが、このサークルはマージャン愛好 家が集まり、健康増進と親睦を目的として活動し ています。健康と親睦とは少しイメージと違いま すが、4人で卓を囲んで会話が弾み、牌(はい)を 動かすために手先を使い、相手をあがらせないた めに、頭を使うので、脳が活性化します。

友人と趣味としてやる、手先や頭を使っていつ までも楽しみたいという健康志向の方におススメ です。

取材当日の会場では、いつも通りの満員御礼。 楽しく会話をしながら卓を囲んでいる姿があり、 声や表情で心から楽しんでいる様子が伝わってき ました。

このサークルは講師不在のため、未経験の方の 参加は難しいかもしれません。ただ、上がり役さ え分かれば、参加することができます。会場の雰 **囲気も非常にアットホームで、新規の方も溶け込** みやすいのも魅力です。

お試しの体験参加(1回のみ)もできますので、 お手軽に参加することができます。興味のある方 は会場へお越しください。

## 江北健康マージャンサークル

入会金 / 1,000円 活動日 / 毎週金曜日

月 会 費 / 1,000円(体験 300円) 活動時間 / 午後1時~5時

## 1 月開催のサロン・コンサート

#### ビーズアクセサリ 手づくりサロン



1/10(金) · 24(金) 午後3時~7時(入退出自由)

好きなビーズを組み合わせ、ブレス レットやネックレスを作ります。

○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)

○会場:教養室(和室)

#### フルートコンサート



 $1/11(\pm)$ 

午前 10 時 30 分~11 時

お馴染の曲をフルートで奏でます。

〇料金:無料 ○定員:30人 ○対象:どなたでも ○会場:ロビー

#### ITサロン



 $1/11(\pm) \cdot 25(\pm)$ 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 〇対象:中学生以上 ○会場:第1学習室

#### みんな集まれ!楽しく歌おう 童謡唱歌サロン



1/6(月) · 13(祝) 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

○会場:レクリエーションホール

#### ミュージックベルコンサート



 $1/18(\pm)$ 

午後 1 時 30 分~2 時

ミュージックベルの癒やしの音色を お楽しみください。

○料金:無料 ○定員:30人 ○対象: どなたでも

○会場:ロビー

#### 江北囲碁道場



1/18(+)午後2時~4時

囲碁を気軽に楽しみたい方、もっと強 くなりたい方、歓迎です。

〇料金:無料 ○定員: 各 10 人

○対象:小学生以上の経験者

○会場:第2学習室

#### 健康マージャンサロン



 $1/8 \cdot 15 \cdot 22 \cdot 29$  (7k) 1/10·17·24·31 (金)

午後 5 時 30 分~9 時 [※5 時受付]

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 ○会場:第1学習室(22日教養室)

#### ミュージックベル体験サロン



 $1/11(\pm)$ 

午後2時~3時

簡単な曲の演奏体験ができます。なか なかできない体験をぜひ。

〇料金:無料 ○定員:10人

○対象:どなたでも

○会場:レクリエーションホール

#### おはじきサッカー体験会



1/12(日)・27(月) 午後 3 時~4 時 30 分

話題のおはじきサッカーを体験して みませんか?目指せ足立区代表!

○料金:無料 ○定員:各4人 ○対象: どなたでも ○会場:ロビー

## 12/26(木) 受付開始講座一覧



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 12/26(木) 午前 9 時~ 江北センター以外でのお申し込みは 12/26(木)午後1時~

#### インターネット

12/26 (木)午後 1 時~受付開始

江北地域学習センター 検索





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\*\*

#### ちびっこ・こども体操 (5 日制)

2/20~3/19 の毎週木曜日

【ちびっこ体操 スポーツいろいろ編】 午後3時30分~4時30分

○料金:1,700円 ○定員:35人 ○対象:4歳~就学前の子ども

【こども体操 スポーツいろいろ編】

午後 4 時 40 分~5 時 40 分 ○料金:1,700円 ○定員:35人

#### \*\*\*親子向け講座\*\*\*

#### ママの産後骨盤ケア&

○対象:小学生

#### ベビーマッサージ

2/5~26 の毎週水曜日 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 ヵ月の子どもと母親

#### 基礎から学ぶ空手教室 (3日制)

 $2/5 \cdot 12 \cdot 19(7k)$ 

午後6時30分~7時30分

空手の基本的な動きを学ぶことができ ます。稽古を通し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

#### 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

2/16(H)

【A】午後6時40分~7時40分

【B】午後7時50分~8時50分

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。

○料金:各970円 ○定員:各50人

2/4(火) · 18(火)

○料金:1回460円

○定員:各20組

2/25(火)

親子ヨガで

○対象:【A】小学3~6年生

【B】中学生

午後 0 時 30 分~1 時 30 分

産後の骨盤をセルフケア

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。

○対象:3ヵ月~1歳5ヵ月の子どもと

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

姿勢シャキッと教室

午後 0 時 30 分~1 時 30 分

をします。目指せ美姿勢。

#### 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)

2/1・8・15 いずれも土曜日 【A】午前 10 時~10 時 50 分

お子さんと英語を楽しみましょう。

○定員:各10組

○対象:【A】1~3歳、【B】4~5歳

#### ベビーマッサージサロン

#### お腹の調子を整える編

2/14(金) · 28(金) 午前 10 時 30 分~正午

お腹を温めたり、刺激したり、少し圧 をかけてガスを出しやすくします。

○料金:1回1.120円 ○定員:各10組

心も身体もスッキリ爽快

2/7~28 の毎週金曜日

午後 8 時~8 時 50 分

〇料金: 3, 120円

○対象:16歳以上

○定員:20人

バランス感覚を養います。

○対象:2ヵ月~1歳未満の子どもと母親

ピラティスストレッチ (4日制)

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、

【B】午前 11 時~11 時 50 分

○料金: 各 3. 300 円

の子どもと保護者

#### \*\*\*大人向け講座\*\*

#### はつらつ教室

1/9(木) · 23(木)

午後 1 時 45 分~3 時 15 分

いつまでも動ける体でいるため、無理 のない運動で楽しく体を動かします。

〇料金:無料 ○定員: 各 20 人

○対象: おおむね 65 歳以上

大人のための字の書き方

漢字行書編 (3 日制)

午前 9 時 30 分~11 時

2/7・14・21 のいずれも金曜日

#### 個別相談で安心

#### FP(ファイナンシャルプランナー)相談会

 $2/9(\Box) \cdot 26(7k)$ 

○料金:560円

○定員:20人 ○対象:16歳以上

午前 10 時~11 時

してみませんか。

漢字の行書が今回のテーマです。きれ いに書くためのコツを学習します。

○料金:1.980円 ○定員:12人 ○対象:16 歳以上

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

〇料金:無料 ○定員:各4人 ○対象:16 歳以上

#### 花いっぱいハーバリウム

#### ディスペンサー作り

2/10(月)

午前10時30分~正午

専用の容器の中に自分の好みの花を選んで入れ、 オリジナルのディスペンサーが作れます。

今月の

○料金:2.900円 ○定員:20人

○対象:16歳以上の方

#### \*長寿健康增進事業 \*

#### 75歳からのこけ玉作り

2/3(月)

午前 10 時~正午

土や植物に触れ、簡単にかわいいこ け玉を作り上げることができます。

○料金:無料 ○定員:20人 ○対象

区内在住で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの

75歳以上の方

色々な種類の花を活用して最高の逸品を 作成しましょう。

今月の Pick up

### 今月の Pick up

#### 75歳からの園芸教室

今回の園芸は「多肉植物の寄せ植

○料金:無料

区内在住で後期高齢者医療被保険者証をお持ちの



#### \*\*\*女性向け講座 \*\*\*

#### 骨盤の歪みや腰痛を改善

#### **優しいベリーダンス** (7 日制)

2/7~3/27 の毎週金曜日 (3/20 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。

腰痛にも効果ありです。 ○料金: 3.150円 ○定員:20人

○対象:16歳以上の女性

て女子力 UP!

## 2/12(7k)

午前 10 時~正午

え」です。楽しく作り上げましょう。

○定員:20人 ○対象:

75歳以上の方

### 身体を癒やして女子力 UP

#### ナイトピラティス (4 日制)

2/7~28 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

〇料金: 3, 120 円 ○定員:20人

今月の

○対象:16歳以上の女性

### 体幹ピラティス(6日制)

 $2/19 \sim 3/25 (7k)$ 午後3時30分~4時30分

インナーマッスルを鍛えるピラティス で、姿勢の改善や腰痛、肩こりの解消に 繋げます。※抽選申込(1/10まで)

〇料金: 2,700円 ○定員:25人

○対象:16歳以上の女性

#### 名古屋帯のお太鼓と袋帯の二重太鼓 着物の着方と帯結び(5円制)

2/12~3/11 の毎週水曜日 午後 1 時 30 分~3 時 30 分

ご自身で着物を持っているけれど、自分ひとりで着ることができな い方、着付けを習い直したい方もこの機会にぜひ、お越しください。

○料金: 2.750円 ○定員:15人

○対象:16歳以上の女性

みんなのボッチャ広場

午後3時30分~5時

○対象:どなたでも

○料金:110円

○定員:15人

ャを体験してみませんか。

2/21(金)

\*\*\* サロン講座 \*\*\*

どんな方でも楽しめるスポーツ、ボッチ

(小学3年生までは保護者同伴)

## ガーデニングサロン in 江北

1/9(木)、2/13(木)・27(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。

〇料金:無料 ○定員:10人

○対象:どなたでも「※当日参加も可〕 (小学3年生までは保護者同伴)

## 楽しく歌おう ウクレレサロン

1/6(月) · 13(祝)

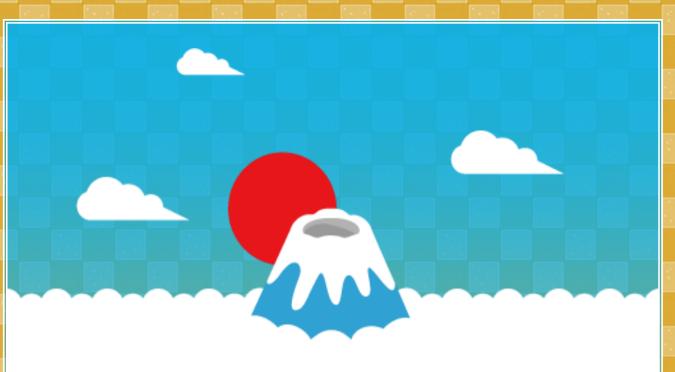
午後 1 時 20 分~3 時 50 分

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





#### あけましておめでとうございます

昨年は江北図書館、江南コミュニティ図書館をご利用いただき、ありがとうございました。 年明けから楽しいイベントをご用意してみなさまのご来館をお待ちしています。 今年もよろしくお願いいたします。

令和2年1月

#### お年玉くじつき返却しおりの当選番号は確認しましたか?

お年玉くじつき返却しおりの当選番号発表期間と、当選プレゼント交換期間は 1月4日(土)~1月30日(木)までです。この期間を過ぎての交換はできません。 当選番号は図書館の館内で確認できます。江北図書館はfacebookでも確認できます。 ※しおりを配布したそれぞれの図書館で番号を確認してください。

## Traditional Barrier-free

#### 空手は、琉球の武術だった。

2020年の東京大会からオリンピックの競技になる空手は、琉球王朝時代の沖縄県で生まれた武術・格闘技です。中国式の武術が琉球王国に伝わり、独自の進化をしていきます。その後、江戸時代に薩摩藩が支配するようになり、日本の武術も取り入れ「唐手(からて)」という名が使われ始めました。

明治時代、琉球王国から日本の沖縄県となった時に、空手を身につけた人々が本土に渡ってきます。そして 1920 年代に全国に伝わり、第二次世界大戦後、世界へ広まりました。

オリンピックでは「組手」と「形」の二つの競技が行われます。それぞれの技の出し合いは圧巻です。 参考文献:『スポーツ雑学大全』枻出版社

『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

#### こいっしょ かん Kouhoku library News

## 江北

#### 1/25 百人一首大会

小学生から大人まで、一緒に楽しみましょう!

【時間】午後2時~3時

【場所】江北センター2階 教養室

【对象】小学生~大人

【申込】1/4(土)から図書館窓口または電話

【問合せ】江北図書館 03-3890-4488

※「百人一首暗記カード」配布中です。

## **~**1/30 あなたの推しはどっち? <ミステリー対決>

あなたはどちらの作家が好きですか? 東野圭吾作品 VS 湊かなえ作品の特設コーナー を設けています。

あなたが推す作家(作品)に投票してください。 推薦文を投稿することもできます。

ふるってご参加ください!!

## こうなん としょかん Kounan library News

#### 1/15 あったぁ!とったぁ! こどもカルタ大会だぁ!

おはなし会のあとは、みんなでカルタ取り! だれがいちばん多く札をとれるかな?

【時間】午後3時15分~4時

【場所】江南住区センター 第1集会室

【対象】小学生

#### 1/4~30 福 Book はいかがですか?

中身がわからない福 Book!

どんな本かは借りてみてからのお楽しみ!

当たり券が入っていたら

プレゼントをさしあげます!

【対象】幼児~小学生



江北図書館&江南図書館の休館日

1/20(月) - 31(金)

## はっけよい本場所

1位 164 票 花畑図書館 P.N.ハナコさん 『幸福な食卓』 瀬尾 まいこ/著 講談社

第14回 お題 **家族** 投票結果発表

#### 2位以降の結果発表はこちら→

結果発表は江北・興本・花畑・江南図書館 の館内でも見ることができます!



11 ページのこたえ: おなべのおふろ

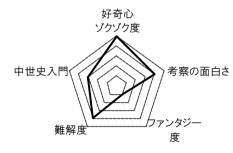
9

世界中に広まっている『ハーメルンの笛吹き男』は、1284年6月 26日、130人の子供が集団失踪した事件が伝説化したものだった。

事件の謎をめぐって、権力闘争説や東ドイツ植民者説、子供十字 軍説などさまざまな議論が交わされている。著者は学説を題材にし て、事件の主体である民衆に焦点を当てる。生活や文化、身分制度 から記録に残らない差別問題を考察し、当時の町の空気に触れてい く。歴史社会学の面白さを詰めこんだロングセラー。

#### 『ハーメルンの笛吹き男 伝説とその世界』

阿部 謹也/著 筑摩書房 1988 年出版



## 本散步 Teens

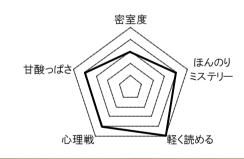


珍しく早起きして始発電車に乗ると、クラスメイトの「殺風景」 がいた。「殺風景」とは、彼女の名字だ。その名の通り無表情な彼 女は、意外にも始発電車に乗り込んだ僕に興味を示したようだ。学 校の門が開くのは7時半だというのに、制服姿の2人は何のために 始発電車に乗っているのか? 2人は心理戦を繰り広げながら、少 しずつ距離を縮めていく。

表題作ほか、ミステリー調で綴られる5編の青春小説です。

#### 『早朝始発の殺風景』

青崎 有吾/著 集英社 2019 年出版



#### 『てじな』

土屋 富士夫/作 福音館書店

さむいふゆのひ、ぼくが はいた いきが しろく み えた。ふだん あまり きに していなかったけれど、ぼ くたちは くうきのなかから さんそをすって いきて いるんだ。

みんなも このほんをよんで ぼくと いっしょに かんがえてみると なにか はっけん できるかも しれないよ。



ほ 6 さ ぽ え ほ 6

#### 『真夜中の妖精 トゥートゥルとふしぎな友だち』

湯湯/作 高野 素子/訳 平澤 朋子/絵 あかね書房 小学校中学年~

トゥートゥルは毎年お正月に村の広場で行われるしばい が大好き。でも耳がきこえないので、人ごみからはなれた 池のほとりややなぎの木の上からひとりで見ていました。

あるとき、なにかにひっぱられたような気がしてふりか えると、池のまん中に人かげがありました。かみの毛も緑 の服もしっとりとぬれた女の子でした。

2人はなかよくなり、毎ばんいっしょにしばいを楽しん でいましたが、だんだん村に悪いうわさが広がりました。



本さん ぽ ょ み

#### 欲張りは禁物

我が家の玄関に、それぞれ左右の手をあげた2体一対の招き猫の置物を飾っ ていました。しかし、2体の内1体を掃除中に落として割ってしまいました。

招き猫はどちらの手をあげているかで金運か御縁かを招くといわれています。 割ってしまったのは右手をあげている方でした。これは金運と御縁のどちらなの か調べてみました。右手は金運を、左手は御縁を招いてくれるということでした。 いっそ両手をあげている方がお得なのではと思いましたが、両手は「お手上げ状 態」で縁起が悪いという説があるようです。何ごとも欲張ってはいけませんね。

参考文献:『知っているとうれしいにほんの縁起もの』広田 千悦子/著 徳間書店



この本をよんで、 クイズにチャレンジ!



『おもちのおふろ』 苅田 澄子/作 上垣 歩子/絵 学研

も一ちゃんとちーちゃんが さいごにはいったおふろは どんなおふろかな?

こたえは 8ページにあるよ!

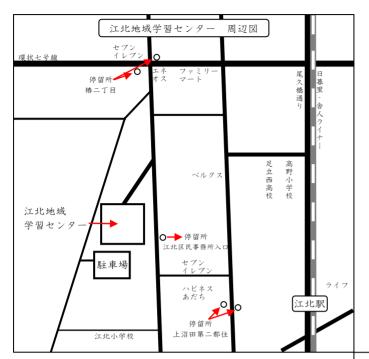
図書館員後然語り

か

٤.

ん

10



#### 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







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 1月号

2020年1月4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!



