

# TONTON

まなぶはたのしい。

2020  
5  
No.379



センターWEB媒体のご紹介  
消防NEWS  
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

# 随時更新しています！ ホームページと Facebook (フェイスブック)

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ます。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はこの機会にぜひ、ご覧いただければと思います。

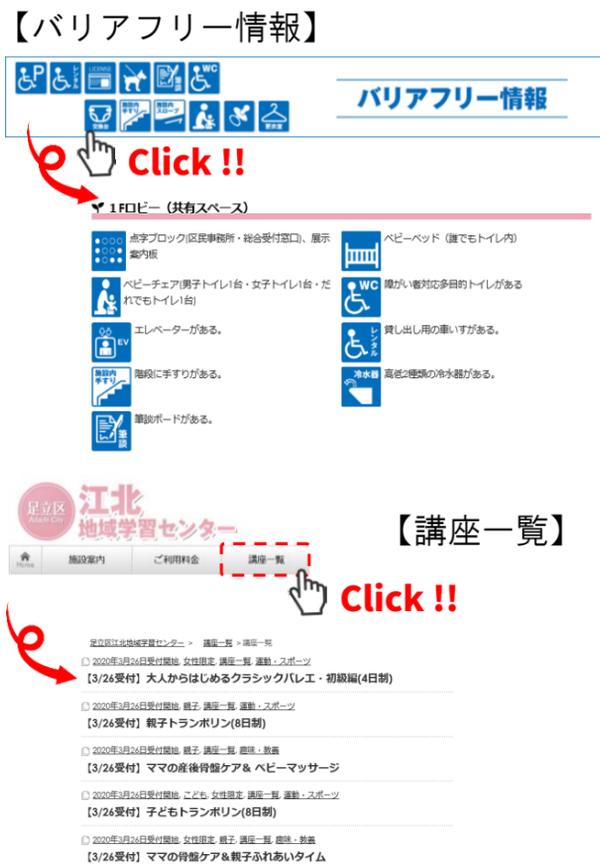
両者で同じ情報を発信することもあります。更新頻度の低い施設情報や情報量が多いミニコミ紙はホームページで公開しています。

多種多様な講座情報も一覧でチェックすることができ、かつ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に進むことも可能です。

※ 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。



[写真]江北センターのトップ画面です。バナーをクリックすると以下のように各種ページに情報を確認できます。



## 【ミニコミ紙】



2 【表紙】「西新井大師の空を泳ぐこいのぼり」フォトクラブ・写留団 P. C. C 撮影



フェイスブック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、図書館では「#うちどくしよう」のハッシュタグをつけ、おすすめ本の情報を毎日発信しています。センターでも確定した体育館の個人利用のお知らせや休館日のお知らせ更新はもちろん、ミニコンサートやふれあいまつりといった各種イベント情報を写真とともに周知、公開しています。

今後も施設を便利に楽しくご利用いただけるような情報発信を継続して行っていくので、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祈いします。

最後に…現在、新型コロナウイルス感染拡大の影響により施設の利用停止が続いています。

事前に施設利用やイベント・講座をお申し込みいただいている皆さまには状況の変化により順次ご連絡を差し上げておりますが、連絡が円滑に行き届かない場合もございます。WEBには最新の情報を掲載できるよう進めていますので、合わせてチェックいただけると幸いです。

## 読者の皆さんの自慢の植物写真を投稿しよう ～愛でたい写真館～

今年のお花見は外出を控えるため、我慢した方もいらっしやるかもしれません。

そこで江北センターでは WEB できれいな草花をみんなで楽しむことができるよう「愛でたい写真館」と題して Facebook ページのコメント欄に写真を募集することしました。ご自宅で育てている植物や昨年旅行に行った時のきれいな花畑の写真など、そんな色々な写真をぜひ、投稿してください。

落ち込み気味の心が少しでも晴れやかに感じることの一助になればと思っております。



### 投稿にあたってのお願い (ルール)

- ・ 投稿する写真撮影のため外出を推奨するものではありません。
- ・ 個人情報 (住所など) が特定できないようお願いします。
- ・ 公序良俗に反する投稿や誹謗中傷はおやめください。
- ・ ルールを順守していただけない場合には投稿を削除させていただくこともございます。

## みなで楽しみ、繋がる 将棋サロン

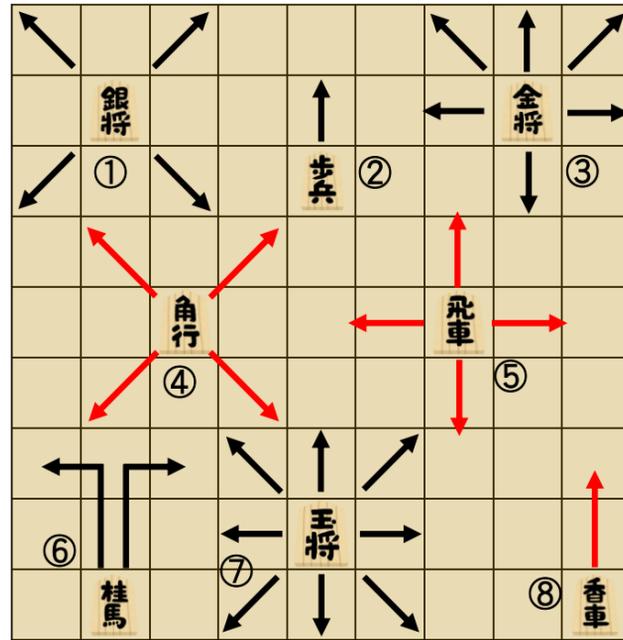
将棋はルールを覚えてしまえば誰でも楽しめるボードゲームです。江北センターでは、施設利用が再開したらサロンを開催します。

将棋は家族で気軽に楽しめますし、サロンでは交流を深めるツールにもなります。今回は基本的な駒の動かし方を少しだけ確認しておきましょう。

将棋は縦横9マスずつ、2人での対戦です。自らの駒で相手の玉将（王将）を攻めこみ、守れない（詰み）状態に追い込むことで勝敗が決します。

色々と戦略はありますが、攻めを重視し過ぎることで隙をつかれ、形勢が逆転してしまうこともありますので、先を読むことが重要な頭脳戦なのです。誰でもできて楽しいですが、奥の深いゲームです。

※将棋サロン日程は5ページをご覧ください



- ① 銀将（ぎんしょう） ② 歩兵（ふひょう） ③ 金将（きんしょう）  
 ④ 角行（かくぎょう） ⑤ 飛車（ひしゃ） ⑥ 桂馬（けいま）  
 ⑦ 玉将・王将（ぎょくしょう・おうしょう）  
 ⑧ 香車（きょうしゃ）
- いずれかの方向に1マスに移動できる  
 → いずれかの方向に制限なしに移動できる

## 消防 NEWS STOP! こどもの「転落」

子どもが窓やベランダから転落する事故が繰り返し発生しています。高所からの転落は、生命に危険を及ぼす可能性が高い危険な事故です。

窓やベランダからの「転落」を防ぐためには、エアコンの室外機や物を乗せる台などの置き場所に注意すること。ベランダに立ち入れないように窓の鍵を二重に設けることも事故の未然防止に繋がります。



窓やベランダ以外にも… こんな時もおご注意ください!

ベッドから落ちる



自転車の補助イスから落ちる



抱っこひもから落ちる



【問い合わせ先】

西新井消防署ホームページ [西新井消防](#) で検索

<西新井>消防署 03-3853-0119 <大師前>出張所 03-3886-0119

<上沼田>出張所 03-3855-0119 <本木>出張所 03-3889-0119

<舎人>出張所 03-3856-0119



# 5・6月開催のサロン・コンサート

※5月中止のサロンが複数あるため、6月分も一緒にご紹介します。

当日参加型講座です。  
ご予約は不要!

### 将棋サロン



- 5/15(金)、6/5(金)・19(金)  
 午後0時30分～4時30分  
 [※午後0時20分より受付]
- 1回200円
- 各16人
- 小学生以上

### みんな集まれ! 楽しく歌おう 童謡唱歌サロン



- 5/11(月)・25(月)  
 6/8(月)・22(月)  
 午後1時30分～3時  
 [※午後1時より受付]
- 1回550円
- 各30人
- 16歳以上

### ロビーコンサート フルーツコンサート



- 6/13(土)  
 午前10時30分～11時
- 無料
- 30人
- どなたでも

### 江北囲碁道場



- 5/16(土)、6/6(土)・20(土)  
 午後2時～4時  
 [※午後1時50分より受付]
- 無料
- 各10人
- 小学生以上の経験者

### ビーズアクセサリ 手づくりサロン



- 5/22(金)、6/12(金)・26(金)  
 午後3時～7時(入退室自由)
- 300円(1個作成につき)
- 各10人
- 小学生以上の方  
 (小学3年生までは保護者同伴)

### ロビーコンサート ミュージックベル体験サロン



- 6/13(土)  
 午後2時～3時
- 無料
- 10人
- どなたでも

### おはじきサッカー体験会



- 5/25(月)、6/14(日)・22(月)  
 午後3時～4時30分
- 無料
- 各4人
- どなたでも

### 健康マージャンサロン



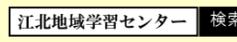
- 5/13・20・27、6/3・10・17・24(水)  
 5/15・22・29、6/5・12・19・26(金)  
 午後5時30分～9時  
 [※午後5時より受付]
- 1回200円
- 各24人
- 上がり役のわかる16歳以上

### ロビーコンサート ミュージックベルコンサート



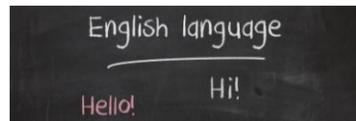
- 6/6(土)  
 午前10時30分～11時
- 無料
- 30人
- どなたでも

# 4/26(日) まなぶは たのしい 受付開始講座一覧

**申込み方法**  
 (窓口・電話) 4/26(日) 午前9時～午後8時  
 (インターネット) 4/26(日) 午後1時より受付開始  
 各講座の内容は  
 センターホームページで  検索  
 ご覧いただけます。 <https://tme-adachi.com/kohoku/>  
 ※ 費用は教材費、保険料が含まれるものがございます。

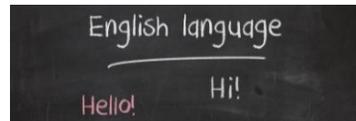


## ネイティブ講師と楽しもう 親子で英語教室 (3日制)



6/1・8・22 いずれも月曜日  
午前10時～10時50分  
3,300円  
10組  
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) (3日制)



6/6・13・20 いずれも土曜日  
(A) 午前10時～10時50分  
(B) 午前11時～11時50分  
各3,300円  
各10組  
(A) 1～3歳の子どもと保護者  
(B) 4～5歳の子どもと保護者

## ママの産後骨盤ケア& ベビーマッサージ



6/3～24の各水曜日  
午前11時10分～午後0時40分  
1回1,320円  
各10組  
2～10カ月の子どもと母親

## 親子ヨガ 産後の骨盤をセルフケア



6/2(火)・16(火)  
午後0時30分～1時30分  
1回460円  
各20組  
3ヵ月～1歳5ヵ月の  
子どもと母親

## ママの骨盤ケア& 親子ふれあいタイム



6/3～24の各水曜日  
午前10時～11時  
1回1,010円  
各10組  
あんよができる11ヵ月～2歳  
の子どもと母親

## 個別相談で安心 FP(ファイナンシャルプランナー)相談会



6/14(日)・24(水)  
午前10時～11時  
無料  
各4人  
16歳以上



## いつまでも健康を維持 元気いきいき体操 (8日制)



6/5～7/31の毎週金曜日  
(7/24を除く)  
午後1時30分～3時  
3,600円  
35人  
おおむね60歳以上

## 姿勢シャキッと教室



6/9(火)・23(火)  
午後0時30分～1時30分  
1回560円  
各20人  
16歳以上

## こけ玉で作るつりしのぶ



6/8(月)  
午前10時30分～正午  
2,900円  
20人  
16歳以上

## 大人のための字の書き方 ひらがな行書編 (4日制)



6/5～26の毎週金曜日  
午前9時30分～11時  
2,640円  
12人  
16歳以上

## 身体を癒やして女子力UP ナイトピラティス (4日制)



6/5～26の毎週金曜日  
午後7時～7時50分  
3,120円  
20人  
16歳以上の女性

## ガーデニングサロン in 江北



5/14・28、6/11・25の木曜日  
午前10時～11時  
無料  
10人  
どなたでも〔※当日参加可〕  
(小学3年生までは保護者同伴)

## 心も身体もスッキリ爽快 ピラティスストレッチ (4日制)



6/5～26の毎週金曜日  
午後8時～8時50分  
3,120円  
20人  
16歳以上

## 体幹ピラティス (9日制)



6/3～7/29の毎週水曜日  
午後3時30分～4時30分  
4,050円  
25人  
16歳以上の女性

## 楽しく歌おう ウクレレサロン



5/25(月)  
午後1時20分～3時50分  
330円  
10人  
16歳以上

## ヘルシーエクササイズ (7日制)



6/4～7/16の毎週木曜日  
午前10時～11時30分  
3,150円  
30人  
16歳以上

## 骨盤の歪みや腰痛を改善 やさしいベリーダンス (8日制)



6/5～7/31の毎週金曜日  
(7/24を除く)  
午後1時30分～2時30分  
3,600円  
20人  
16歳以上の女性

## みんなのポッチャ広場



6/26(金)  
午後3時30分～5時  
110円  
15人  
どなたでも  
(小学3年生までは保護者同伴)



**新型コロナウイルス感染症拡大に伴う  
講座・イベント中止期間の延長について**  
 施設利用停止期間が延長となりました。そのため、5月10日(日)まで予定していた教室・イベントが中止となっています(4/8決定)。  
 今月号に掲載している教室も今後の状況により中止になる可能性がございます。大変申し訳ございませんが、あらかじめご了承ください。

# 臨時休館：4/11（土）～5/10（日）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため臨時休館しています。期間については状況により変更になる場合がございます。

## 江北

ごうほく としょかん  
Kouhoku library News

### Pick Up

#### SDGs（エス・ディー・ジーズ）ってなんだろう

江北図書館では、「#うちどくしよう」のハッシュタグをつけて、Facebook でおすすめ本の情報を毎日発信しています。足立区立図書館の本の予約ページにリンクしているので、そのまま予約していただくこともできます。ぜひご活用ください。

※インターネットでのご予約をするには、  
予め登録していただく必要があります。  
詳細は足立区図書館ホームページまたは  
お電話でお問合せください。

江北図書館 Facebook



「うちどく」とは？  
「家庭読書」の略で、  
家族みんなで読書をする  
ことで家族のコミュニケ  
ーションを深めることを  
目的とした活動です。

### Pickup

#### 『人生 100 年脳とからだの健康ノート』を配布します

脳とからだを健康に保ち、いきいきと過ごすた  
めの情報がたくさんあった 1 冊です。  
ご好評につき、内容を一新しました。

【対象】健康を意識しているシニアの方

【内容】江北おさんぽスポット

江北センターの健康講座情報

江北地区のサロン情報

江北地区のベジタライフ協力店

おすすめの健康関連本リスト

ほか



江北図書館の休館日 5/17（日）、5/29（金）

ごうなん としょかん  
Kounan library News

## 江南

### News

#### 本のを場所をプチリニューアル！



図書館の本の配置や表示をプチリニューアルしました。絵本を中心に、より見やすく、より分かりやすくなりました！皆様のご来館をお待ちしております。

江南図書館の休館日 5/18（月）、5/29（金）



#### 式典に華を添える「聖火リレー」

「ジャパン・ブルー」と呼ばれ、日本人に古くから愛され続けている色、藍。1890 年に来日したラフカディオ・ハーン（小泉八雲）は、日本の町を見て「青い暖簾をした店も小さく、青い着物を着て笑っている人も小さいのだった」と書き記しています。それだけ、当時の町には藍染の青が、あふれていました。藍は、色の濃淡によって数多くの名前が付けられ「藍四十八色」とも表現されます。その中のひとつ「花色」という色は鮮やかな青色です。鴨頭草（つゆくさ）の花で擦（す）り染めたことからこの名がつけました。色の名前一つ一つに意味があり、興味深いですね。

参考文献：『藍染め NHK 美の壺』NHK「美の壺」制作班/編 日本放送出版協会  
『藍染の絵本 つくってあそぼう 26』やまざき かずき/へん じょうめ はやと/え 農山漁村文化協会

学×活かす×楽しんじやう？

本散歩 小説

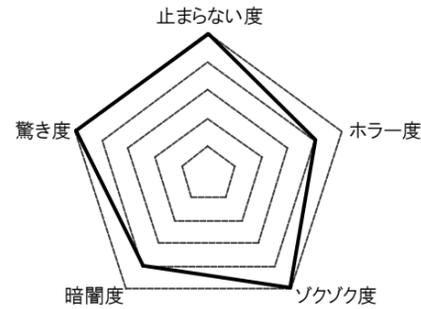


樅(もみ)の木に囲まれた山奥にある外場村は、樅を育て卒塔婆を作って生きてきた小さな村。変わりばえのない田舎の生活の中に、東京からある一家が引っ越してきた。一家の話題で持ちきりになる村の中で、一人また一人と村民たちが奇妙な死を遂げていく。

新種の伝染病を疑う医師は、村がパニックにならないよう内密に調査していくのだが…

『屍鬼』1～5巻

小野 不由美/著 新潮文庫  
2002年出版



本散歩 Teens

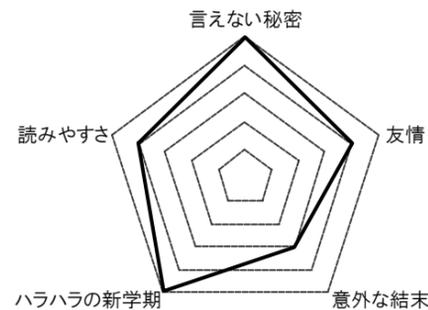


雷に打たれた衝撃で数学の天才となったルーシー。同時に極度の潔癖症になったため、学校には通わずに、アメリカの高校修了認定試験に合格し飛び級で大学に進学するつもりでいた。ところが、12歳になったある日、おばあちゃんから、中学校に1年間通い、3つの課題をクリアするように言われてしまった…。

さて、ルーシーの中学校生活はどうなっていくのでしょうか。

『天才ルーシーの計算ちがい』

ステイシー・マカナルティ/著  
田中 奈津子/訳 講談社  
2019年出版



『ロバくんのみみ』

ロジャー・デュボアザン/さく こみや ゆう/やく 好学社

ロバくんは、たくさんのともだちと むらでいちばんやさしいジョーンズさんとくらしていました。

あるひ、うまのバットくと おがわでみずをのんでいたときに みずにうつるバットくんのみみが とてもすてきにみえました。そのみみとくらべると じぶんのみみはひよろつとながくて、だらしくみえます。

ろばくんは、みみのことで なやんでともだちにそうだんします。

すてきなみみって、どんなみみなのでしょう。



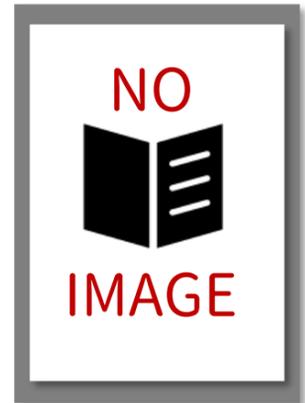
ほんさんぽ えほん

『みさき食堂へようこそ』

香坂 直/作 北沢 平祐/絵 講談社 中学年～

海につきだした、ほそながいみさきの いちばんさきつちよに、「みさき食堂」はあります。ふだんは、水ぞくかんや海に来たおきやくさんが 立ちよりますが、ときたま ふしぎなおきやくさんが やってきます。食べたいものがあるけど、わけがあって 食べられない人が やってくるのです。

「だいじょうぶ」と言われ せなかをトントンされて食べたかったものを食べると、ふしぎと 心がおちつきます。



本さんぽ よみもの



黒くない、白醤油

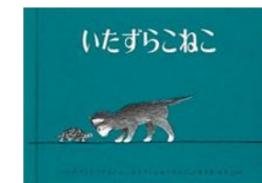
醤油と聞いて思い浮かべるのは黒色や赤褐色のものですが、白醤油と呼ばれるものもあります。白といっても真っ白ではありません。大豆より小麦を多く原材料に使うことで、黒くない琥珀色の醤油になるのです。主に、私の出身地である中部地方で生産されています。薄い色から味も薄口なのではと想像しますが、実は濃口醤油よりも塩分濃度は高いため使用する際は注意が必要です。白醤油は料理の色味を邪魔しないので、卵焼きや煮物にぴったりです！おうちごはんや料亭の味が楽しめます。

普段何気なく使っている醤油、たまにはこだわってみませんか？

参考文献『醤油本』高橋 万太郎・黒島 慶子/著 玄光社



この本をよんで、クイズにチャレンジ！



『いたずらこねこ』

バーナディン・クック/ぶん レミイ・シャーリップ/え まさき りりこ/やく 福音館書店

こねことかめが、であいました。かめがすきで、こねこがきれいなものはないのでしょうか？

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 TONTON 5月号

2020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/(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！



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