

# TONTON

まなぶはたのしい。 2021  
12  
No.398



スポーツ・文化人のおすすめ本  
自治会まつり訪問！  
おすすめ講座&図書館の魅力とオススメ本の紹介

撮影場所：荒川土手 フォトクラブ・写真団P.C.C 撮影



# ＼SDGsってなんですか？／

SDGs（エス・ディー・ジーズ）とは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称です。SDGsは2015年9月の国連サミットで採択されたもので、国連加盟193か国が2016年から2030年の15年間で達成するために掲げた目標です。17の大きな目標と、それらを達成するための具体的な169のターゲットで構成されています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



<https://www.mofa.go.jp/mofaj/gaiko/oda/sdgs/about/>



豊かな水、安全な暮らし。  
今日も静かに街を守っています。



雨水を地下から汲み上げる大きなポンプ。  
写真の管の直径は1.5メートルと巨大ですが、2メートルのものも！



屋上には、入り組んだ形の巨大な「非常用カスタービン発電機用」の煙突が。発生する排気音を低減させるサイドブランチという機構です。

## 足立区にある、SDGs 関連の施設と機能を紹介

### 熊の木ポンプ所

足立区江北 3-51-1

公園や小学校が並ぶ閑静な住宅街に、ひときわ目を引く建物が、熊の木ポンプ所です。管理する中川水再生センター長の清水さんにお話を伺いました。

この熊の木ポンプ所は、雨水排水施設です。足立区の北西部、舎人、入谷、古千谷の周辺から、この施設の位置する南西部までのエリアに降った雨水が地下の下水道を通してこのポンプ所に流れ着きます。夾雑物（きょうざつぶつ）の除去後、その大量の水をくみ上げて、荒川に適切に排水する役割を果たしています。

足立区は東京23区の中でも低い土地であり、また西から南にかけて大きな荒川が流れています。令和元年の台風19号のことを記憶している方も多いでしょう。同水系の降水量によっては浸水の危険と隣り合わせなのです。

ポンプ所が建設される前20年ほどの間に、これら地域では浸水被害が平均5回程度、多い地域では10回も発生していました。平成6年の建設後は、ほぼゼロに近い状態です。

熊の木ポンプ所は私たちの街を守ってくれる頼もしい存在です。



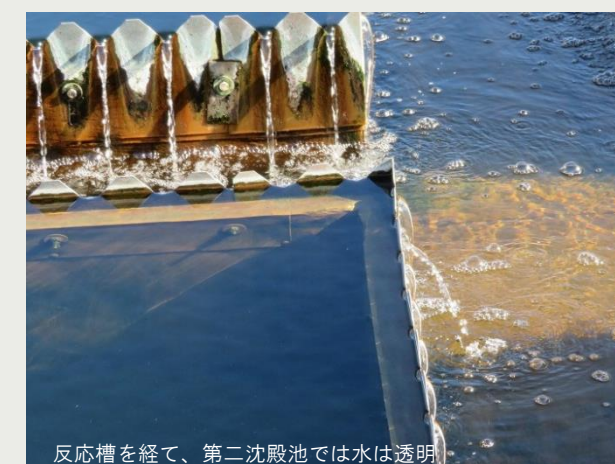
私たちが普段、当たり前のように使い流している台所や風呂、洗濯、トイレなどの排水を生活雑排水（ざっぱいすい）といいます。みやぎ水再生センターはこうした排水を引き受けてきれいにし、隣接する墨田川へと返す役割を担っています。みやぎ水再生センターは、昭和37年に運転を開始した下水処理施設です。足立区の宮城、新田エリアだけではなく、北区の大部分と板橋区、豊島区の一部からの下水が集まっています。施設を案内してくださった堀野さんに、詳しく解説していただきました。

まず「沈砂池」で土砂と大きなごみを取り除き、「第一沈殿池」でゆっくりと汚れを沈殿させます。次に、「反応槽」で微生物の力を借りて汚れを分解し、「第二沈殿池」で沈殿させて、上澄みと汚泥に分離します。上澄みの水はもう透明に見えますが、まだまだ窒素やリンなどの物質が含まれています。植物や水辺の生きものにとっては栄養豊富な水とも言えますが、河川に放流しても海洋で赤潮などを発生させないレベルまで処理するため、「塩素接触槽」でしっかり消毒してから放流しています。きれいな水に戻すには、いくつもの工程を経なければなりません。私たちも地球のためにエコな生活を心がけたいものです。みやぎ水再生センターは、自然と人との共存関係が長く続くように支え続ける施設です。

〔作成〕江北地域学習センター・図書館



第一沈殿池。におい対策も万全です



反応槽を経て、第二沈殿池では水は透明

## みやぎ水再生センター 足立区宮城 2-1-14



# スポーツ人・文化人の おすすめ本



ミュージックベル講師  
エレクトーン指導者

ひ が き ゆ き  
**檜垣 由紀さん**

全日本ミュージックベル連盟ミュージックベル講師、jet 全日本エレクトーン指導者協会所属講師。「自分の楽器で演奏を楽しんでもらうこと」をモットーに、出張レッスン・オンラインレッスン専門の音楽教室を主宰。また、地域音楽コーディネーターとして、20 年以上の地域音楽活動歴を活かし、地域に根付いた音楽イベントの企画運営も行っている。

月 1 回、「ミュージックベルミニコンサート」と「ミュージックベル体験サロン」を楽しんでいただいております檜垣由紀と申します。

今回ご紹介する本は『メロディ だいすきなわたしのピアノ』という絵本です。

ピアノがおうちにあるよ、という方もいらっしゃるかと思います。そのピアノにはどんな思い出と歴史がありますか？

この絵本に出てくるピアノは、主人公のおんなのこが 6 歳のお誕生日におうちにやってきて、「メロディ」という名前をつけてもらいます。

おんなのこがうれしいとき、かなしいときにメロディはいつも弾いてもらっていましたが、おんなのこが中学生になるとメロディと過ごす時間がだんだん少なくなります…そして、メロディが家から運び出されてしまいますが、この後…。

実は私自身も、5 歳の誕生日に「いいところに連れて行ってあげるね」と母に連れられて、ピアノ教室の門を叩いたというルーツを持っています。この本を読み終わったときに、気づいたらホロホロと涙してしまいました。

ぜひご家族みなさんで読んでいただけたら、と思っております。



『メロディ だいすきなわたしのピアノ』

くすのき しげのり／作  
森谷 明子／絵  
(ヤマハミュージックメディア)

※足立区内図書館に所蔵があり、貸し出しが可能です。

# 11 月 24 日から施設利用再開いたしました !!

江北地域学習センターは新型コロナウイルスワクチンの接種会場となったため、12 月末までの予定で施設利用を休止していましたが、11 月 21 日(日)をもって終了となりました。

11 月 24 日(水)より施設利用を再開しております。詳しくは下記をご確認いただき、ご来館をお待ちしております！

## 各施設の利用について

【体育館・レクリエーションホール・学習室・和室】

通常通りの時間帯でご利用できます。(夜間短縮なし)

【トレーニングルーム】

フリータイム制としてご利用いただけます。(定員 8 名)

定員に達している場合、利用者が退出するまでお待ちいただきます。



## ※ご利用上の注意※

- ・風邪症状（発熱、倦怠感、咳 ほか）がある場合はご利用をおやめください。
- ・利用時間内に消毒・清掃をお願いいたします。
- ・できる限りこまめな換気を行いながらご利用ください。
- ・利用者同士で会話する場合、マスクの着用をお願いいたします。
- ・更衣室はできる限り分散してご利用ください。
- ・緊急事態宣言、まん延防止措置などが発出された場合、施設利用が制限されることがございます。

## 年末年始の休館お知らせ

12/29(水)～1/3(水)は全施設休館となります。

12/28、1/4 は短縮営業となります。詳しい利用時間はお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。

# 自治会 まつり 訪問!!

～宮城第三団地自治会「おでんまつり」編～



10 月 9 日（土）、宮城第三団地自治会にて「おでんまつり」が開催されました。会場に到着すると、おでんとフランクフルトのいい香りが漂い、その場にいるだけでお腹が空いてきました。さっそくおでんを購入！はんぺん、ちくわ、たまごなどの定番具材があり、よく煮込まれていました。おまつりの雰囲気を感じながら食べるおでんは格別でした。

このようなイベントは、人とのつながりを感じることができる、大切なコンテンツだと思います。もちろん、オンラインなどでもいいと思いますが、その場に行ってみないと味わえないこともあります。緊急事態宣言も明けて少しずつ緩和に向かっている今、このような人と人が直接対面できるイベントが少しずつ再開していくことを願います。



晴天の下、久々の集いの場を楽しんでいます。

おでん販売のようす。おいしかった～！



# 1 月開催のサロン・コンサート

当日参加型講座です。  
ご予約は不要！

## 2 ロビーミニコンサート



〔ミュージックベル〕12/4(土)  
〔フルート〕12/18(土)  
午前10時30分～11時  
無料  
各15人  
どなたでも

## ビーズアクセサリー 手づくりサロン



12/10(金)・24(金)  
※24(金)は本紹介つき  
午後3時～7時(入退室自由)  
300円(1個作成につき)  
各6人  
小学生以上の方  
(小学1～3年生は保護者同伴)

## 江北おもちゃの病院



12/23(木)  
午後1時～4時  
〔※午後3時30分受付終了〕  
無料  
※部品代がかかる場合あり  
どなたでも〔※当日参加可〕  
(小学1～3年生は保護者同伴)

## ちよいスポ

読書・文化芸術→スポーツ

読書や文化芸術に親しむ人が、運動・スポーツに親しむことができるプログラム

## ちよいカル

読書・スポーツ→文化芸術

読書や運動・スポーツに親しむ人が、文化芸術に親しむことができるプログラム

## ちよい読み

文化芸術・スポーツ→読書

文化芸術や運動・スポーツに親しむ人が、読書に親しむことができるプログラム

# 11/26(金)受付開始

## おすすめ講座

すべての受付開始講座の詳細は、  
センターホームページをご覧ください！

窓口・電話  
午前9時～午後8時

インターネット  
午後1時より受付開始



<https://tme-adachi.com/kohoku/>

## ちびっこ体操・こども体操 体力づくり編(各6日制)



1/6～2/10の毎週木曜日  
〔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  
各2,040円  
〔ちびっこ〕20人  
〔こども〕30人  
※保護者の見学不可  
〔ちびっこ〕4歳～就学前の子  
〔こども〕小学生

## 親子・子どもトランポリン(各8日制)



1/7～3/4の毎週金曜日  
(2/11を除く)  
〔親子〕  
午後3時15分～4時15分  
〔子ども〕  
午後4時30分～5時30分  
〔親子〕6,960円  
〔子ども〕3,040円  
〔親子〕15組〔子ども〕24人  
〔親子〕2歳～就学前の子と親  
〔子ども〕6歳～小学生

## 子ども クラシックバレエ(4日制)



1/7～28の毎週金曜日  
午後5時～6時  
2,680円  
13人  
6歳～小学3年生の女性

※費用は教材費、保険料が含まれるものがございます。  
※今後の状況によっては、当月号に記載の講座は変更や中止となる場合があります。あらかじめご了承ください。

日時 費用 定員 対象

## 抱っこで変わる赤ちゃんとのママの姿勢



1/5(水)  
午前9時50分～10時50分  
1,010円  
4組  
2カ月～1歳6カ月の子と母親

## パパの抱っことベビーマッサージ



1/29(土)  
午後2時～3時  
1,320円  
4組  
2～10ヶ月の子どもと父親

## 大人のための字の書き方 字の整え方編(3日制)



1/21・28、2/4いずれも金曜日  
午前9時30分～11時  
1,980円  
12人  
16歳以上

## みんなのボッチャ広場



1/21(金)  
午後3時30分～5時  
110円  
15人  
どなたでも  
(小学1～3年生は保護者同伴)

## ネイティブ講師と親子で楽しむ 英語レッスン(3日制)



1/8・15・22いずれも土曜日  
(A)午前10時～10時40分  
(B)午前11時～11時40分  
各3,300円  
各4組  
(A)1～3歳の子と親  
(B)4・5歳の子と親

## 入門太極拳(12日制)



1/5～3/30の毎週水曜日  
(2/23を除く)  
午後0時20分～1時20分  
5,400円  
14人  
16歳以上

## 体幹ピラティス(4日制)



1/5～26の毎週水曜日  
午後3時30分～4時30分  
1,800円  
14人  
16歳以上の女性

## くつ選びのための足育あそび



1/19(水)  
午前9時50分～10時50分  
1,100円  
4組  
あんよができる  
11カ月～2歳の子と母親

## 江北48式太極拳(12日制)



1/5～3/30の毎週水曜日  
(2/23を除く)  
午後1時30分～3時  
8,040円  
14人  
16歳以上の24式が分かる方

## 心と体を癒やし女子力UP ナイトピラティス(4日制)



1/7～28の毎週金曜日  
午後7時～7時50分  
3,120円  
13人  
16歳以上の女性

## このほか、こちらの講座も受付開始いたします！

※詳細は、6ページ掲載の2次元バーコードを読み取り、センターホームページをご覧ください。

オンライン子どもピアノ教室「ジングルベル」  
英語大好キッズになろう、ママの産後骨盤ケア&ベビーマッサージ  
親子ヨガで産後の骨盤をセルフケア  
オンラインにほんごきょうしつ ことばあそび、姿勢シャキッと教室  
心も体もスッキリ爽快ピラティスストレッチ、ヘルシーエクササイズ  
バランスボール de ストレッチ教室、季節のお花でスワッグ作り  
個別相談で安心 ファイナンシャルプランナー相談会、はつらつ教室  
やさしいヨーガ、骨盤の歪みや腰痛を改善 優しいベリーダンス  
大人からはじめるクラシックバレエ  
ガーデニングサロン in 江北

講座の種類：サロン・コンサート、子ども、親子、大人、女性限定、どなたでも



**幸せを呼ぶころころおみくじ**  
今年最後の運試し！  
引いたおみくじで、幸せを呼ぶ本3冊を  
セットで貸出します。  
大人用と子ども用をご用意していますよ。



【期間】12/1（水）～12/28（火）

### 江北図書館のちょいOOイベント

**からだあそびのおはなし会**  
バランスボールに座ってからだを動かしながら、おはなし会を楽しめますよ♪



【日時】12/10（金）  
11時～11時20分  
【場所】江北センター レクホール  
【対象】0歳～3歳

**ちょこっとカルチャー体験会**  
親子で工作を楽しもう。  
作ったものは持ち帰れるよ。



【日時】①12/5・12・19…工作会  
②12/26…紙ヒコーキ作り  
いずれも日曜日午前10時～正午  
【場所】①江北図書館 グループ学習室  
②江北センター レクホール  
【対象】小学生と保護者

**大きな絵本と親子体操**  
絵本の読み語りのあとは、  
親子で楽しくからだを動かそう！



【日時】12/12（日）・26（日）  
11時～11時20分 ※雨天中止  
【場所】江北センターアトリウム  
【対象】幼児と保護者

イベントのお問い合わせ・お申し込みは江北図書館まで：TEL 03（3890）4488  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントが変更・中止になることがあります。

## Event

### 今年はチャンス！お年玉くじつき返却しおり

江南コミュニティ図書館で本を借りた方に、お年玉くじつき返却しおりを配布します。年明けの開館日から当選番号を発表！当選者には雑誌のふろくをプレゼントします！今回は当選番号を大幅に増やしています！

お年玉くじつき返却しおり 配布期間  
12/14（火）～28（火）

お年玉くじ当選番号景品 交換期間  
令和4年 1/4（火）～30（日）



## Event

### ちょこっとアロマ体験

親子で自分の好きな香りを見つけよう。親子でアロマ体験ができます。好きな香りを選んで自分だけのアロマ小瓶を作ります。

日時：12/12（日） 午前11時～正午  
場所：江南コミュニティ図書館前の廊下  
費用：無料  
対象：5歳以上の方と保護者 定員：5組  
申込：当日受付 ※先着順で順番にご案内します。



### パパと子どもの生け花時間～ママに休日をプレゼント～

パパとお子さんでお正月に飾れる簡単な生け花作品を作ります。作品作りをしている間の時間とお花をママにプレゼントしませんか。

日時：12/26（日） 午後2時～3時  
場所：江南住区センター 第1集会室  
費用：1,100円（教材費）  
対象：5歳以上の方と保護者 定員：5組  
申込：11/26（金）から電話・窓口にて先着順で受付



イベントのお問い合わせ・お申し込みは江南図書館まで：TEL 03（3913）0460  
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントが変更・中止になることがあります。

年末年始  
開館の案内

12/20(月)

休館

江北・江南図書館は  
お休みです

21(火)～27(月)

通常開館

28(火)

時短開館

午前9時～午後5時

29(水)～1/3(月)

全館休館

ブックポスト閉鎖のため  
本の返却はできません

4(火)

時短開館

午前9時～午後5時  
新聞の閲覧はできません

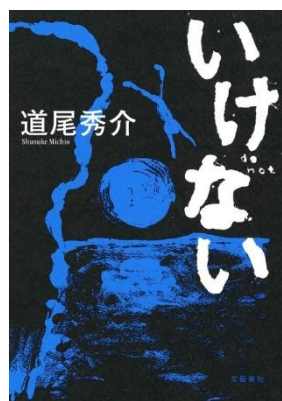
5(水)～

通常開館



1月の雑誌リサイクル  
はお休みです。2/2(水)  
に2カ月分まとめて提  
供します。

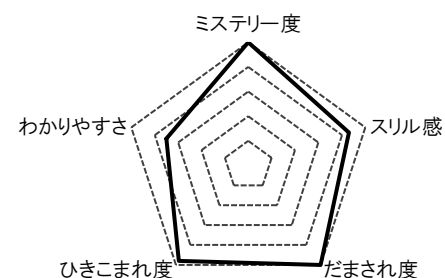




## 『いけない』

道尾 秀介/著 文藝春秋  
2019 年出版

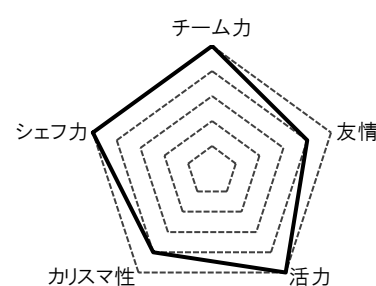
「弓投げの崖を見てはいけない」ほか3つの“いけない”が各章タイトルの連作短編である。隣接する白沢（はくたく）市と蝦蟇倉（がまくら）市で、ある交通事故の加害者が単独事故に見せかけようと被害者を殺したことが発端となり、複数の“事故”が連鎖する。ミスリードするような文章にだまされ、思いがけない真実に何度も驚かされる。最終章「街の平和を信じてはいけない」で事件の謎は解明されるが、その意味深なタイトルと各章に掲載された場面写真を見れば、別の真実もあったのではと想像が深まる。



## 『3ツ星シェフ部！』

よしもと こゆき/著 学研プラス  
2021 年出版

カリスマシェフの一ノ瀬豪太は、2ツ星レストランの天才シェフです。しかし、ある日突然、オーナーからクビを通告されてしまいます。シェフに復帰する条件はなんと、高校の料理部の顧問となり、全国大会で優勝すること！腕は超一流だが性格に難ありの豪太と、問題をかかえる曲者の部員たちとの挑戦は、一筋縄ではいきません。食材の産地やどの部位を使うかなど、料理の専門的なことも知ることができます。



## 『ヴォドニークの水の館<sup>やかた</sup> チェコのむかしばなし』

まき あつこ/文 降矢 なな/絵 BL出版

ある夜、女の子が川辺を歩いていると、川の世界にすむヴォドニークに、水のやかたへつれていかれてしまいます。やかたにはつぼのたくさんおいてある広間があり、けっしてつぼの中を見てはいけないと言われました。

ある日、つぼの中から声が聞こえてきました。女の子は、まよいながらもつぼのふたを開けてしまいます。つぼの中身を知った女の子は、やかたからにげることにしました。

女の子はやかたを ぶじにぬけ出せるのでしょうか。



## 『本気でやれば、なんでもできる！？』

ジョン・ヨーマン/作 ケンティン・ブレイク/絵 三原 泉/訳  
徳間書店 中学年～

小学校3年生のビリーは、図工の時間に気がちってばかりで、かごを上手に作れません。先生からはしかられますが、そのあと「いっしょうけんめいがんばれば、できないことなんて、ひとつもないのよ」とはげまされます。なんでもできるような気持ちになっていたビリーに、友だちのメラニーから「じゃあ、頭に角をはやせる？」と聞かれて「いいよ、はやしてみせるよ！」とやくそくしてしまいます。



## 根岸・千駄木の御近所物語

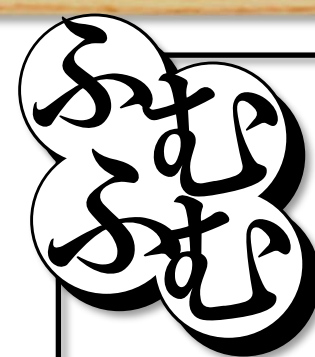
森鷗外は日清戦争のときに正岡子規と知り合い、帰国後も子規の家の句会に参加したり、子規に花の種を送ったりしていました。

二人の家が割と近いところにあったことを知り、実際に子規が晩年を過ごした『子規庵』から、鷗外住居跡にある『森鷗外記念館』まで歩いてみました。台東区根岸にある『子規庵』から歩いて日暮里駅付近で羽二重団子を食べた後、線路を越えて文京区の千駄木へ。谷中銀座のにぎやかな商店街の空気を楽しみながら、団子坂を登った先にある『森鷗外記念館』で展示を楽しみました。距離は約2km、まっすぐに歩けば30分もかからずに着けるはずですが、寄り道は不可避な散歩でした。

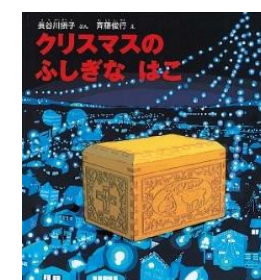
参考文献：『子規全集 第22巻』 講談社



図書館員徒然語り



この本をよんで、  
クイズにチャレンジ！

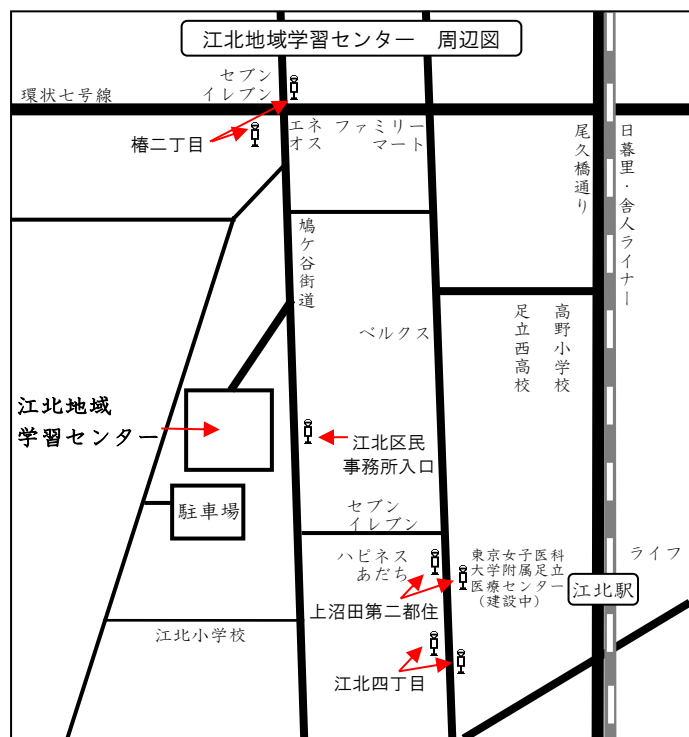


『クリスマスのふしぎなはこ』  
長谷川 摂子/ぶん 齊藤 俊行/え 福音館書店

“ぼく”がサンタさんに  
もらったクリスマスプレゼントは なに？

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



HP



HP (江南)



Facebook



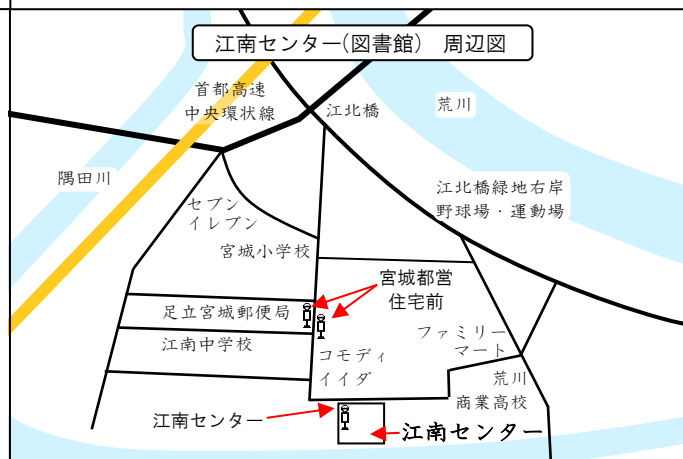
YouTube



LINE



LINE (江南)



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 12月号



2021 年 12 月 1 日 発行

発行者 江北地域学習センター・図書館

〒123-0872 東京都足立区江北 3-39-4 TEL : 03-3890-4522(江北地域学習センター) 03-3890-4488(江北図書館)  
FAX : 03-3890-5212

江南コミュニティ図書館

〒120-0046 東京都足立区小台 2-4-18 TEL : 03-3913-0460

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