

まなびのとびらをノックする。

2024

トントン

5

特集 センターロビー展示「宮沢賢治が見た桜」・・・P.2-3

おすすめ講座・・・・・・・・・・・・・・・・・・P.5

おすすめ本の紹介と図書館員のお仕事・・・・・・・・P.6-



「宮沢賢治が見た桜」展（江北さくらマルシェ開催時）での歴史ボランティアのみなさん



江北地域学習センター ロビー展示

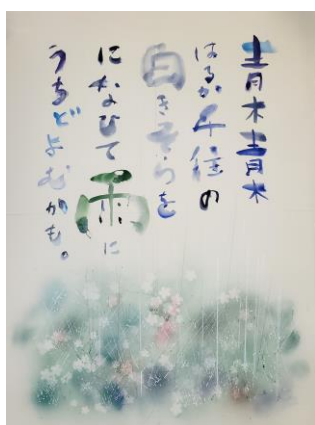
宮沢賢治が見た桜

賢治が残した7首の短歌

賢治の原稿に「東京」と標題がついた7首の短歌が記されています。「江北村の歴史を伝える会」会員の宮沢俊司さんの研究によると、これは荒川堤で詠んだ短歌ではないかということです。



エナメルの
そらにまくろき
うでをささげ、
花を垂るるは
桜かあやし。



青木青木
はるか千住の
白きそらを
になひて雨に
うちどよむかも。



かじやきの
あめにしばらく
ちるさくら
いづちのくにの
けしきとや見ん。



ここはまた
一むれの墓を
被ひつゝ
梢暗みどよむ
ときはぎの
もり。

その他の賢治にちなんだ取り組み

区民事務所前の賢治花壇



チューリップ中心の花壇の中に賢治もいます。

植物に造詣が深い賢治は、地元である岩手県花巻に素敵な花壇を作り、地元の人を驚かせたそうです。センターの花壇ボランティアも「賢治の花壇設計」を学び、春花壇をデザインしたので、ぜひご覧ください。また草花について学びたい人は、センターの花壇を手入れしながら学べる「ガーデニングサロン」がオススメです。

ガーデニングサロン

📅 6月13日(木)・27日(木) 午前10時～11時

👤 どなたでも(小学3年生までは保護者同伴)

👥 10人

🆓 無料

大正 10 (1921) 年 4 月、24 歳の宮沢賢治は、江北にあったさくらの名所、荒川堤を訪れ、7 首の短歌を詠んだといわれています。センターロビーでは、地域の方にご協力いただき、文学×アート×歴史を味わえる展示を開催しています。ぜひご覧ください。

展示期間：3月17日(日)～5月31日(金)



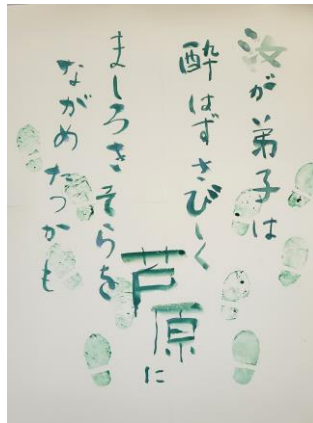
区内のイラストレーターの吉原聖子さんにご協力いただき、この7首の短歌をイラストで描いていただきました。賢治は江北五色桜をどのように見ていたのでしょうか。賢治の短歌から広がる江北五色桜のインスピレーションを一緒に味わいましょう。



咲きそめし
そめみよしの
梢をたかみ
ひかりまばゆく
翔ける雲かな。



雲ひくく
桜は青き夢の列(つら)
汝は酔ひしれて
泥洲にをどり。



汝が弟子は
酔はずさびしく
芦原に
ましろきそらを
ながめたつかも

展示の様子

イラスト原画だけでなく、短歌の解釈や背景などの解説も展示されています。また、地域の人たちの短歌について感想も展示しています。

あなたの感想もぜひ教えてください。



ロビー正面



レクホール前

もっと知りたい方はこちらへ

ギャラリートーク 「宮沢賢治が見た桜」

賢治が見た頃の荒川堤はどのような景色だったのでしょうか。歴史ボランティアによる展示についての解説を行います。

📅 5月13日(月)
🕒 午後2時～2時20分

👤 16歳以上

👥 10人 💰 無料

江北歴史探検隊 歴史ボランティア説明会

地域の歴史を学び、展示作りや解説、講座運営のボランティアを行いませんか。学んだことを次世代に伝えましょう。

📅 5月13日(月)
🕒 午後2時30分～3時30分

👤 16歳以上

👥 10人 💰 無料



イベント報告

楽しかったね、江北さくらマルシェ

たくさんのご参加、ありがとうございました！

3月17日の江北地域学習センターは「江北さくらマルシェ」で賑わいました。「地域の皆さんにより深く江北五色桜を知っていただき、食からおしゃれ、遊びまで一緒に楽しめるイベントを」というコンセプトで50のイベントを行いました。江北を中心とする40団体と38名のボランティアにご協力いただき、1,203名の来場者にお越しいただきました。お客様からは「春気分の楽しいイベントでした」「なかなか行けないお店が一ヶ所に出店してくれてうれしい」などのお声をいただきました。来年度も地域の皆様と一緒に「江北さくらマルシェ」を行い、江北の春を盛り上げていきます。ぜひお楽しみに。



消防車と写真を撮ろう



デジタルチャンバラ サッセン



スイーツフェスティバル



入口ロゴのバルーンデザインにも協力いただいたさくらバルーン



夕暮れ五色桜とイルミネーションウォークでの地域の方のお話



昼間に作ったペンライトを持ってさくらイルミネーション見学



江北名所地図プロジェクト

地域の地図を一緒に作りましょう！

江北エリアの隠れた魅力を紹介する「江北名所地図」。不定期で「トントントン」に掲載しているほか、センターのホームページでも閲覧できます。

今春から1階こどもフリースペース横に「おすすめの江北の名所、教えてください」というアンケートを設置しました。歴史や人気のある場所だけでなく、あなただけのお気に入りスポットをぜひ教えてください。

なお、アンケートブースでは「オススメの江北五色桜スポット、教えてください」の掲示と、この春作った「江北名所地図 江北五色桜を巡ろう」を配布しています。ぜひ参考にして、お散歩してみてください。



▲Web版江北名所地図の2次元コード
◀Web画面



センター内での皆さんの意見の掲示ブースと配布の様子

おすすめ講座①

センターが自信をもってお届けするイチオシの講座！

「筆ペンで書いてみよう 楷書漢字編(5日制)」



講座内容

楷書とは、文字を一画一面崩さずに書く、最も標準的な書体です。

この教室では、漢字の楷書の書き方を学びながら、筆ペンで書く時の姿勢やペンの持ち方、きれいに書くためのコツを教えてもらえます。

また、一人一人の書き方を見て、上達するためのアドバイスももらえます。

こんな人におすすめ

筆ペンを使いますが、書き方の基本を教えてもらえるので、ボールペンや鉛筆での筆記の際にも活かせます。

お手紙などを書く機会はあるけれど、自分の字に自信が持てない方におすすめです。



この講座で、気軽に筆ペンを使うための自信をつけましょう。

【講座情報】

📅 5/31～6/28 の毎週金曜日
午前 9 時 30 分～11 時
💰 3,355 円
👥 12 人
👤 16 歳以上

興味を
持ったらお申込みは
裏表紙を参照

おすすめ講座②

対面・オンライン同時開催・後日配信あり

「国際中医薬膳管理師が教える
体質別の食事の食べ方」

講座内容

中国の伝統医学である中医学の理論に基づき、自分の体質に合った食事に変えてみませんか。

中医学では、「陰陽五行」の考え方から体質を分類します。今回は簡単なテストで「気・血・水」に基づく自分の体質を知りましょう。また、体質に合った食材や簡単なレシピをご紹介します。その日からすぐに取り入れられる食材も多いので、毎日の生活に取り入れ、健康的な生活を目指しましょう。

※ 調理は実施しません。

こんな人におすすめ

なんとなく不調を感じる方や自分の体や体の状態に合った食事を知りたい方にオススメ。オンライン受講や後日配信(YouTube)で、ご自宅からご参加いただくことも可能です。



自分に合った食で、より健康に！

【講座情報】

📅 6/12(水) 午前 10 時～10 時 40 分
💰 770 円 👥 各 20 人
👤 16 歳以上
受講方法：江北センターで受講・
オンライン(ZOOM)で受講・
後日配信(2週間)

興味を
持ったらお申込みは
裏表紙を参照

アイコン 📅 日時 💰 費用 👥 定員 👤 対象



今月の図書館からのおすすめ本
テーマ『鳥』

5月10日～16日は愛鳥週間(バードウィーク)です。鳥をテーマにした本を集めました。

エッセイ



『鳥類学者だからって、
鳥が好きだと思ふなよ。』

川上和人/著 新潮文庫刊

この作者、鳥類学者界の希少種です！



鳥類学者とはいかなる職業か。ある時は鳥類の多様性の調査で熱帯林に突入する。ある時は鳥の採集で断崖絶壁の孤島に行く。またある時は夜の森の中でハエに苛まされても鳥のことを考えて耐える。情熱的に探し求めた鳥を、冷徹に解剖して骨格標本を作る。頭の中は常に鳥でいっぱいなので、お菓子のパッケージの鳥までも丹念に観察する。鳥に関する豊富な知識と汗と涙の冒険譚に加え、作者の多彩でマニアックなネタが満載。鳥類学者の楽しくて笑えるエッセイです。

ティーンズ



『**ミミズクと夜の王**』

紅玉いづき/著
 KADOKAWA/メディアワークス文庫

美しくも恐ろしい“フクロウ”の正体とは



虐げられて生きてきた奴隷の少女、ミミズクは魔物に食べられることを望んでいる。
 ある晩、月の光のように美しい目を持つ男に出会う。ミミズクは「あたしのこと、食べてくれませんか」と懇願する。だが男は人間を好まない夜の王と呼ばれる“フクロウ”だった。
 醜い人の心に触れながら生きてきた2人。自由奔放なミミズクのペースに飲まれて徐々に心を開くフクロウ、自身に心を許したフクロウと魔物たちの優しさに触れ、愛を知るミミズク。種族を超えた愛の形に惹きこまれる、美しく心温まるファンタジーです。

えほん



『**こたりのメルおっこちる**』

コーリー・R.テイバー/さく
 よしいかずみ/やく 化学同人

とりは とぶだけ じゃない？！



こたりのメルはあるひはじめてとぶことをきめました。きのうはたかくてこわいけどおもいきってジャンプ！
 ところがメルはそらのうえではなく、きのしたへまっさかさまにおちていきます。おなじきにすむリスやハチたちがたすけようとしますが、メルはどんどんおちていきます。ついにメルはきのしたへ！メルはとぶことができるでしょうか。
 ドキドキ、ハラハラするたのしいえほんです。とちゅうでほんをくるとまわしてよんでください。

※二次元コードから紹介本の予約ができます。

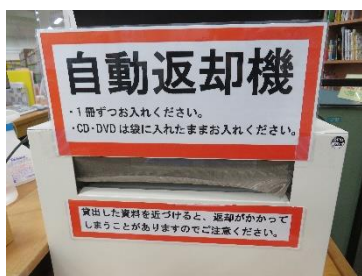


本と人をつなぐ 図書館員のお仕事

返された本が棚に戻るまで

本を返したらどうなるの？

自動返却機で返されたあとも 1冊ずつ手作業で中身をチェックしています。修理が必要ではないか、私物が挟まっていないか確認したり、他の図書館の本を仕分けしています。返却ミスがないように2人以上で確認しています。



本を入れると返却がかかります。



型紙に破れがないか確認

どうしてきれいに並んでいるの？

本の背表紙には分類番号がついていて、返却処理をした本を番号ごとに本棚に戻しています。重たい本を持ってしゃがんだり立ったりするのは大変ですが、借りたい本を探しやすくするためには欠かせない仕事です。



分類番号通りに本を並べます。



さくらんぼかふえ

図書館員が徒然なるままに 語るコラム

家族をむすぶおにぎり



先日、体調を崩し寝込んでいた私に、大学生になる息子がおにぎりを握ってくれた。大きくて少しごつごつした三角形の梅おにぎりは、塩味が効いてとても美味しかった。思わぬ優しさに、驚きと嬉しさに胸がいっぱいになった。

子どもたちが小さいころは一口サイズで食べやすいもの、成長期には大きい肉巻きなどのボリューム重視に変化していった我が家のおにぎり。その時々エピソードもいい思い出になっている。

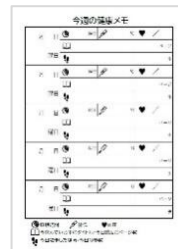
最近は家族そろって朝食をとることが難しくなったので、おにぎりや味噌汁のセルフサービス形式にしている。それぞれのタイミングで食べるようになって、同じおにぎりにつながりながら元気に出かけて行って欲しいと願っている。

おにぎりは日本特有の文化のひとつと言われ、近頃は専門店ができたり、海外からも注目されているようだ。ソウルフードでもあるおにぎりをこれからも大切にしていきたい。

「私の健康ログ手帖」 配布中

1 か月分の読書とウォーキングの記録ができるノートです。毎日記録して、脳とからだを元気に保ちましょう。

毎週月曜日に図書館で配布する、脳トレクイズを貼り付けることもできます。



※5冊以上貸出でノートを1冊差し上げます。

春の読書週間イベント



びっくり! きょうりゅうパーク

児童コーナーの本を5冊借りると、恐竜の工作キットがもらえるよ。ツノや翼など好きなパーツを選んで、アイデアいっぱいの恐竜をつくろう!

📅 5/1 (水) ~6/27 (木)
👤 児童



春の こども映画会

世界の童話をアニメで上映します。家族そろってお楽しみください。

<上映作品> 「ジャックと豆の木」
「青い鳥」

📅 5/18 (土) 午後2時30分~3時
💰 無料 **当日受付**
👥 16名 👤 どなたでも



おはなし おえかきタイム

人気絵本『からすのパンやさん』を読んで、みんなで新しいパンを考えよう。

📅 5/29 (水) 午後3時~4時 **当日受付**
💰 無料
👤 児童

『からすのパンやさん』
かこさとし/絵と文
偕成社



📅 開催日 💰 料金 👥 定員 👤 対象

イベントのお問い合わせは江北図書館まで：TEL 03-3890-4488



イベントの詳細はこちら

江北図書館の休館日 5/19(日)・31(金)

春の読書週間イベント

みんなでつくろう恐竜王国

こどもの読書週間は 4/23～5/12 です。足立区のテーマは「恐竜」です。4月にみんなで作った「恐竜」が、江南図書館の児童コーナーに飾ってあります。

今月は、恐竜が主人公の大きな創作絵本をみんなで作ります。ぜひ、江南恐竜王国に来てください。

 5/1 (水)～5/30 (木) 午前 9 時～午後 6 時
 幼児～小学生



としょかに恐竜あらわる!?

おすすめ講座




親子リトミックと
絵本おはなし会



音楽に合わせて体を動かしながら、音楽能力と身体的・知的な基礎能力を伸ばす講座です。絵本のおはなし会もあります。

イベントを通してほかのご家族と楽しく交流もできます。

 6/2 (日)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分 **受付中**

 1,010 円  8 組 (先着)
 4 カ月～2 歳 6 カ月の子どもと保護者



赤ちゃんもニコニコ




音楽に合わせて体を動かそう



親子で抱っこダンス



社交ダンスの動きをもとにした、スローステップのエクササイズです。抱っこ紐をつけながら赤ちゃんといっしょに楽しめ、寝かしつけにも効果的です。軽い運動で、心も体もスッキリしませんか？

 6/19 (水)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分 **受付中**

 900 円  8 組 (先着)
 3 カ月～1 歳 6 カ月の子どもと保護者



親子でしっかり準備体操



タンゴのリズムでダンス♪

 開催日  料金  定員  対象

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

料金のお支払いは事前に、江南コミュニティ図書館にてお願いいたします。



イベントの詳細はこちら

江南コミュニティ図書館の休館日 5/20(月)・31(金)

※申し込み方法は裏表紙を参照



みんなで歌おう昭和の歌 歌声サロン
講師のピアノ伴奏に合わせて、参加者同士で昭和歌謡を歌います。

📅 5/6(休)・13(月)
午後1時30分～3時
💰 1回550円
👥 各20人
👤 16歳以上



実践で学ぶ女子栄養大学のバランスの良い食事法

家族みんなで実践できる、わかりやすい食事法をお話します。
📅 5/30(木)
午後3時～4時30分
💰 無料 👥 30人
👤 16歳以上



筆ペンで書いてみよう 漢字楷書編(5日制)

一画一画を崩さずに書く楷書の書き方の基本を学びます。
📅 5/31～6/28の毎週金曜日
午前9時30分～11時
💰 3,355円 👥 12人
👤 16歳以上



大人からはじめるクラシックバレエ・初級編(5日制)

ストレッチやポジション、簡単なリズムステップなどを学びます。
📅 6/1～29の毎週土曜日
午前9時30分～10時30分
💰 3,350円 👥 16人
👤 16歳以上の女性



大人からはじめるクラシックバレエ・中級編(5日制) 自

初級に比べ、より高度で、洗練されたリズムステップが中心です。
📅 6/1～29の毎週土曜日
午前10時40分～午後0時10分
💰 4,450円 👥 16人
👤 16歳以上の女性



大人からはじめるクラシックバレエ・ポワント編(5日制) 自

トゥシューズを履いた本格レッスン。短期集中型の講座です。
📅 6/1～29の毎週土曜日
午後0時10分～0時40分
💰 2,250円 👥 16人
👤 16歳以上の女性



大人からはじめるクラシックバレエ・ヴァリエーション編(5日制) 自

ステップやジャンプの順番を覚え雰囲気を考えながらレッスンします。
📅 6/1～29の毎週土曜日
午後0時45分～1時15分
💰 2,800円 👥 16人
👤 16歳以上の女性



ポールストレッチで体ほぐし(3日制)

ポールを使ったストレッチで、柔軟性を高めることができます。
📅 6/4(火)・11(火)・25(火)
午後1時～2時 ※6/4だけの1日体験もあります。
💰 2,010円/1日体験:670円
👥 各12人 👤 16歳以上



体幹ピラティス(9日制)

呼吸と筋肉を意識した簡単な運動で、体幹のトレーニングをします。
📅 6/5～7/31の毎週水曜日
午後3時30分～4時30分
💰 4,050円
👥 20人
👤 16歳以上の女性



元気いきいき体操(8日制)

新たな友達をつくり、閉じこもりによる心身機能低下を防ぎます。
📅 6/7～7/26の毎週金曜日
午後1時30分～3時
💰 3,600円
👥 25人
👤 おおむね60歳以上



骨盤の歪みや腰痛を改善

優しいベリーダンス(8日制)
ベリーの基礎知識やステップ、腰の動きなどダンスの技術を養います。
📅 6/7～7/26の毎週金曜日
午後1時30分～2時30分
💰 4,480円 👥 20人
👤 16歳以上の女性



ゆかたをきれいに着て夏祭りに行く(5日制)

基本的な着方を学びます。ゆかたを持って余している方におすすめです。
📅 6/8～7/13の毎週土曜日
(除:7/6)午後2時～4時
💰 2,750円
👥 7人 👤 16歳以上の女性



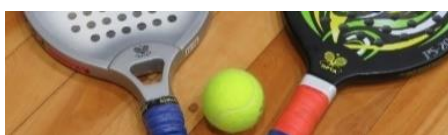
対面・オンライン同時開催・後日配信あり 国際中医薬膳管理師が教える体質別の食事の食べ方

自分の体質を知り、健康に適した食材やレシピの知識を深めます。

📅 6/12(水)午前10時～10時40分

💰 各770円 👥 各20人

👤 16歳以上



やってみよう屋内で楽しめるパドルテニス(4日制)

室内で行うテニスで、どなたでも楽しみながら参加できます。

📅 6/14～7/12の毎週金曜日

(除:6/21)午後3時30分～5時30分

💰 2,240円 👥 12人

👤 16歳以上



初夏のひまわりフラワーアレンジメント

おうち時間を楽しく過ごすため、草花に関連した制作物を作ります。

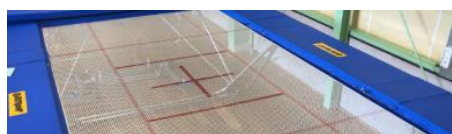
📅 6/19(水)

午前10時30分～正午

💰 2,640円

👥 18人

👤 16歳以上



子どもトランポリンサークル入部体験教室

ストレートジャンプ、タックなどトランポリンの基礎を学びます。

📅 5/11(土)・25(土)

午後0時30分～1時10分

💰 1回50円 👥 各5人

👤 6歳～小学2年生



ネイティブ講師と親子で楽しむ英語レッスンABC(6日制)

📅 6/8～7/20の毎週土曜日(除:7/6)

A:午前9時30分～10時10分

B:午前10時30分～11時10分

C:午前11時30分～午後0時10分

💰 6,600円 👥 各7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

C:4～8歳の子どもと保護者



ガーデニングサロン

花壇の草取りや植替えをしながら、お手入れのコツを学びましょう。

📅 6/13(木)・27(木)

午前10時～11時

💰 無料 👥 各10人

👤 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

幅広い世代で楽しめるパラスポーツです。ぜひお試しください!

📅 6/21(金)

午後3時30分～5時

💰 120円 👥 15人

👤 どなたでも(小学3年生までは保護者同伴)



マークと食育への取り組み

このマークがついている講座は、区が推進する「あだちベジタベライフ ～そくだ、野菜を食べよう」の一環で行う講座です。

足立区では野菜を中心とした食生活を通して、住んでいるだけでおのずと健康になれるまちづくりを目指しています。江北センターでも、特に6月の食育月間に合わせ、講座や展示、イベントなど、健康的な食生活を学べる取り組みを行っています。詳細は6月号の「トントン」で!

江北キッズスペース 託児サービスを使ってみよう



お預かりの様子。スタッフは「出張キッズスペース mamato」のベテラン保育士さんたちです。小さなお子さまも安心して遊べます。

江北キッズスペース 託児サービス

料 金 1回440円

対 象 3カ月～6歳までのお子さまで、保護者が江北地域学習センターの講座受講者

申込期間 利用日の2カ月から2週間前

ご不明点は当館の窓口またはお電話でお気軽にご相談、お申し込みください。

利用者の声 ヨガの講座で毎回使っています。初めての託児の時にはとても心配していましたが、先生のきめ細やかな対応と報告で、安心して利用できました。



ビーズブレスレット手づくりサロンのんびり空間で、お好きなビーズを使って作品づくりを楽しみます。

📅 **5/10(金)・24(金)・26(日)**

午後 3 時～7 時

👤 1 個 300 円 👥 各 6 人(入替制)

👤 小学生以上

(小学 1～3 年生は保護者同伴)



飲まない かけない 吸わない健康マージャンサロン

どなたでもご参加可能です。新たな仲間づくりにぜひお越しください!

📅 **5/3～31 の毎週金曜日**

午後 5 時 30 分～9 時

👤 1 回 200 円 👥 各 12 人

👤 16 歳以上



ミュージックベルミニコンサートならしてみようミュージックベル

いろいろな曲を伴奏付きで演奏。コンサート後は体験もできます!

📅 **5/11(土)コンサート:午後 1 時 30 分～**

2 時/体験:午後 2 時 15 分～3 時

👤 無料 👥 各 15 人 👤 どなたでも

(小学 3 年生までは保護者同伴)



江北おもちゃの病院

壊れたおもちゃを、おもちゃのお医者さんが無料で診察・治療します!

📅 **5/23(木)午後 1 時～4 時**

(午後 3 時 30 分受付終了)

👤 無料 👥 15 人

👤 どなたでも

(小学 3 年生までは保護者同伴)



マークについて

こちらのマークがついている講座は、スポーツ、文化・芸術、読書それぞれに親しみ、楽しんでいる人が、他のジャンルにも自然と親しみ、ちょこっと楽しめる気軽なプログラムです。

毎年 8～12 月はキャンペーン期間として、子育て世代の方へ向けたさまざまなイベントを開催しています。今年度開催の詳細は、8月号の「トントン」でお知らせします!

講座のお申し込み方法

1 	2 	3 	すべての受付開始講座の詳細は、センターホームページでもご覧いただけます。
<p>1.本紙でお好きな講座をチェック 2.お電話 (午前 9 時～午後 8 時) かインターネット (随時 ※受付初日のみ午後 1 時～) でお申込みください 3.有料講座の受講料はお近くの学習センター窓口、インターネット申込の場合コンビニ支払いも可能!</p>			

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。

江北地域学習センター

交通

日暮里・舎人ライナー「江北駅」より徒歩 15 分/都営、東武、国際興業バス「椿二丁目」より徒歩 4 分/コミュニティバスはるかぜ 6 号「東京女子医大足立医療センター前」より徒歩 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」より徒歩 2 分

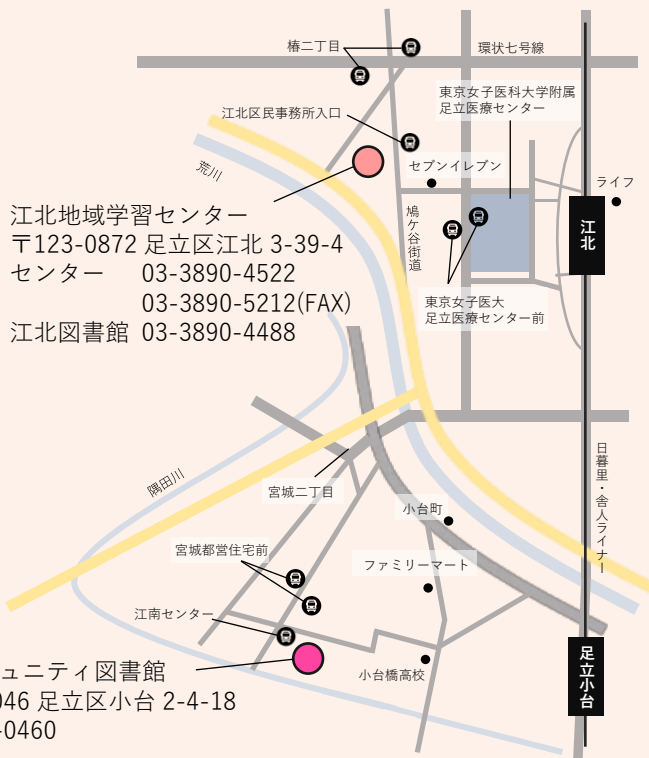
休館日 (※は図書のみ休)

センター・江北図書館

5/19(日)・31(金)

ホームページ

Facebook
X (旧: Twitter)
LINE
Instagram



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

江南コミュニティ図書館
〒120-0046 足立区小台 2-4-18
03-3913-0460

江南コミュニティ図書館 (江南センター内)

交通

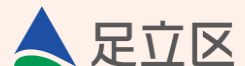
都営バス「宮城都営住宅前」より徒歩 5 分/都営バス「宮城二丁目」より徒歩 15 分/都営バス「小台町」より徒歩 15 分/コミュニティバスはるかぜ 8 号「江南センター」下車すぐ

休館日

5/20(月)・31(金)



ホームページ
X (旧: Twitter)
LINE



知ると分かる。
すると変わる。

SDGs MODEL ADACHI