

まなびのとびらをノックする。

2025

トントン 11

【特集】江北名所地図「宮城ゆうゆう公園」・・・P.2
サロン・コンサート情報と今月のイチオシ講座 P.5
おすすめ本の紹介と図書館コラム・・・P.8-9



宮城ゆうゆう公園から望む五色桜大橋



広場からは隅田川が見えて気持ちの良い景色



VOL.13

宮城ゆうゆう公園

ひろびろとした空と緑に包まれる公園。季節とともに、いきいきとした時間が流れます。

宮城ゆうゆう公園は、五色桜大橋のそば、荒川と隅田川が近接する堤防上にある公園です。「友と自由に遊ぶ楽しい空間であってほしい」という願いを込めて名づけられました。川風が心地よく、散歩やピクニックにも人気のスポットです。

遊べて学べるアウトドアスポット

この公園は、自然の中でのびのびと遊び、体と心を育みながら学べる場所です。

区営では唯一の青少年団体向けキャンプ場が併設され、子ども会やPTA行事などの課外活動の場として活用されています。また、荒川サイクリングロード沿いにあり、自転車で訪れる人々の出発点や休憩スポットとして親しまれています。

公園の中央に建つレンガ造りの円形建物は展望台になっており、荒川と隅田川、二つの川を同時に見渡すことができます。昼は広々とした風景が広がり、夜にはライトアップされた五色桜大橋とともに幻想的な夜景が楽しめます。さらに広場やパブリックアートの彫刻、ビオトープもあり、散策にもぴったりです。



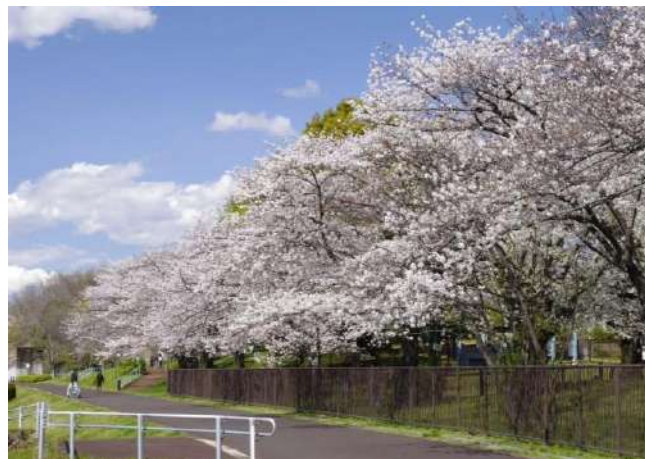
園内の展望台と展望台からの五色桜大橋の眺め

二つの川を望む、四季のパノラマ

宮城ゆうゆう公園は、豊かな自然も魅力です。

春には見事な桜が、秋には色づく木々が、季節の変化を伝えます。荒川と隅田川の流れを望みながら、四季の彩りを感じられる公園です。

五色桜大橋を背景に、季節ごとに変わる自然の表情をぜひお楽しみください。



取材のきっかけとなった、江北地域学習センター主催「五色桜フォトコンテスト 2025」応募作品の「桜並木」(norikosegawaさん)。公園の春の美しさを伝えます。

宮城ゆうゆう公園

足立区宮城 2-13-1

※キャンプ場の利用には、利用許可証の取得が必要です。

青少年課青少年育成係

電話：03-3880-5275



いいとこめぐり

無添加さつま揚げとこだわり出汁のおでん

「人形町光縁（にんぎょうちょうこうえん）」 足立江北店」

街の素敵なお店を紹介する「いいとこめぐり」。今回は足立医療センター近くのさつま揚げとおでんの「人形町光縁足立江北店」さんをご紹介します。

創業大正十四年から受け継がれてきた伝統の味

以前は荒川区町屋でおでん種専門道を長く営んでいた店主の佐々木さんご一家。今年5月に江北4丁目に工場を併設する店舗を開業しました。当初は日本橋人形町にある本店（今年7月オープン）に卸すための工場のための予定でしたが、店舗の広さを活用してイートインスペースや販売もできるようになっています。

無添加で仕上げたからだにやさしいさつま揚げ

店主が厳選した素材を使って、毎朝ひとつひとつ丁寧に手仕込みしている自慢のさつま揚げ。スケトウダラとイトヨリを使い、つなぎを最小限にして柔らかく、ほどよい弾力でふわっと広がるやさしい旨味が特長です。無添加ウインナーや無農薬野菜も取り入れ、からだにとてもやさしくなっています。



調理の様子



揚げたての無添加さつま揚げ

豊富な種類から選ぶのも楽しい

定番 14 種や季節の練り物がズラリと並ぶショーケース。「みやこ揚げ」「しょうが揚げ」「チーズ揚げ」「ウインナー巻き」など豊富な中から選べます。



1 個 100 円～320 円と良心的な価格も魅力



フライ揚げ 90 円（税別）



「さつま揚げ・練り物」の看板の店舗前で店主の佐々木ご夫妻

すべての年代の方に食べて笑顔になってほしい

「赤ちゃんからご高齢の方どなたにもおいしく食べてもらえることが喜び」と語るご主人。その思いのこもった商品と明るい奥様の接客で、とても和やかな雰囲気のお店を訪ねてみませんか。

イートインメニューもおススメ

特製出汁を使った「おでん」や「きしめん」、フライ揚げをはさんだ「魚カツバーガー」など店内でも食べることができます。これから寒くなる季節にも体が温まりおススメです。テイクアウトもできます。



お好みで選ぶできたておでん



イートインメニュー（テイクアウト可） 木目調の明るい店内



人形町光縁
（にんぎょうちょうこうえん）
足立江北店

住所：足立区江北 4-7-26

TEL：03-6803-1192

営業時間：

午前 11 時～午後 6 時

定休日：日・月

お店情報
へ
GO



江北 NEWS

江北センターと地域の情報をお届けします！

NEWS

①

スポーツカーニバル 2025 を開催しました。

10月13日(月・祝)、江北地域学習センターでは、スポーツカーニバルを開催しました。

体育館を会場に3つの時間に分け「トランポリン」「ふうせんバレー」など5種類のスポーツイベントを実施し、延べ576人の方が来場しました。

イベントの最後を締めくくるのは元オリンピック選手の櫻井由香さん・井上謙さんをお招きした「バレーボール入門編『集まれキッズ』」。日本代表レベルの技術を、楽しみながら教えてもらいました。来年もさまざまなスポーツに楽しんでもらえるよう企画します。今年参加できなかった方もぜひ楽しみに！



元オリンピック選手の櫻井由香さん・井上謙さん



今年初開催のラグビー体験会



毎年好評の体力測定

NEWS

②

江北さくらマルシェ 出店者募集



江北地域学習センター・図書館では、毎年3月に地域と地域の歴史のレガシーである江北五色桜を盛り上げる江北さくらマルシェを開催しています。第4回目は、令和8年3月15日(日)に開催します。そこで、一緒にマルシェを盛り上げてくれる仲間を募集しています。個人でも団体でも構いません。あなたの地域と桜を愛する気持ちでマルシェを盛り上げてください！



前年度開催の様子



日時：令和8年3月15日(日)

午前10時～午後5時(予定)

場所：江北地域学習センター・堀之内公園

参加条件：

- ① おおよそ江北エリア（環七以南尾久橋通り以西と江南地区）に在住、在勤の方
- ② 桜にまつわる販売、イベント、展示などを実施してくれる方
- ③ 江北さくらマルシェと一緒に盛り上げてくれる方

応募方法：センター配布の申込用紙を受け取り、センター窓口へ提出

応募締切：令和7年11月11日(火)

※応募者には、参加可否、参加方法、時間、場所などをご連絡します。

飲まない かけない 吸わない
健康マージャンサロン



飲まない！かけない！吸わない！
勝負にこだわらない麻雀サロン。

11/7～28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

親子で遊ぼう ミニトランポリン



小さなトランポリンに乗って、親子で
楽しく跳んでみましょう！

11/30(日)

午後3時30分～4時30分

無料 4組

2歳～就学前の子どもと保護者

ミュージックベル ファミリーミニコンサート
ならしてみよう ミュージックベル



11/1(土)

コンサート:午後2時～2時30分

体験:午後2時45分～3時15分

無料 コンサート:15人 体験:6人

どなたでも

(小学3年生以下は保護者同伴)

フルーツ
ファミリー ミニコンサート



季節に合った音楽や親子向けの音楽
を中心に、伴奏付きで演奏します。

11/8(土)

午前10時30分～11時

無料 15人 どなたでも

(小学3年生以下は保護者同伴)

ビーズブレスレット手づくりサロン



好きな素材を選んで作れます。※ぶ
ちキャンペーン対象は11/23(祝)のみ

11/14(金)・23(祝)・28(金)

午後3時～7時

1個495円 各6人

小学生以上(小学1～3年生は保護者同伴)

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！

11/27(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年生以下は保護者同伴)



センタースタッフが自信をもってお届けする講座をご紹介します！

今月のイチオン

「親子でウクレレ体験」



講座内容

「ウクレレってどんな楽器？」「どんな音が出て、
どうやったら弾けるの？」やさしい音色が人気の
ウクレレを親子で体験してみませんか。

講師の演奏を聴いてウクレレの魅力を知ってか
ら、実際にウクレレに触れ、弾き方も教えてもらえ
ます。40分構成の交代制なので、ゆっくり体験で
きます。この機会にぜひウクレレの魅力を感じて
ください！

ぶちキャンペーン対象講座のため、ぶちっとポ
イント1ポイントがもらえます。

こんな人におすすめ

音楽が好き、ウクレレをさわってみたい、ウクレ
レの魅力を学びたい、親子で一緒に楽しみたいあ
なたにおすすめです！



どんな音が出るのかおたのしみに♪

【講座情報】

12/7(日)

午後3時30分～4時10分

午後4時20分～5時

無料

各5組

5歳～小学生と保護者

興味を
持ったら

お申込みは
P.6を参照



講座のお申込み方法



- 1.本紙でお好きな講座を見つけます。
- 2.お電話(午前9時～午後8時)
インターネット(受付初日のみ午後1時～)でお申込みください。
- 3.有料講座の参加費は、お近くの学習センター窓口でお支払いください。
インターネット申込の場合、コンビニ支払いも可能です！

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。

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。

11/10(月)・24(休)

午後1時30分～3時

1回 550円

各 20人

16歳以上

昔懐かしい昭和の名曲を歌おう



昭和の懐かしい名曲の数々を、みんなで楽しみながら歌います。

11/23(祝)

午後1時～2時45分

550円

30人

16歳以上

ポールストレッチで体ほぐし(3日制)



ボールを使ったストレッチ。※ぶちキャンペーン対象は12/2(火)のみ

12/2(火)・9(火)・16(火)

午後1時～2時

※12/2は1回体験あり

2,010円/1回 670円

12人 16歳以上

表現力を学ぶ
大人の日本舞踊体験

簡単な小唄の振り付けで踊り、日本舞踊ならではの動きを学びます。

12/5(金)

午前10時～11時

10円

7人

16歳以上

夢中になれる体験フラ



初心者向けのフラダンス教室。簡単な振り付けで1曲踊ります。

12/5(金)

午前10時30分～11時30分

780円

15人

16歳以上の女性

骨盤の歪みや腰痛を改善
優しいベリーダンス(7日制)

ベリーダンスの基礎知識やステップ、腰の動きなどの技術を養います。

12/5～1/30の毎週金曜日

(除:12/26・1/2)

午後1時30分～2時30分

3,920円

20人 16歳以上の女性

やってみよう屋内で楽しめる
パドルテニス(2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。

12/5(金)・12(金)

午後3時30分～5時30分

1,120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(3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。

12/6(土)・13(土)・20(土)

午前9時30分～10時30分

2,010円

15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(3日制)

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。

12/6(土)・13(土)・20(土)

午前10時40分～午後0時10分

2,670円

15人

16歳以上の女性

大人のクリスマスおはなし会



コーヒーやお菓子とともにクリスマスの絵本を楽しみます。

12/6(土)

午後3時～4時

無料

20人

16歳以上(お子さまの同伴可能)

心と体を癒やす
ナイトピラティス(2 日制)

インナーマッスルを鍛え、骨盤の歪みや疲労感を改善するピラティス。

📅 12/12(金)・26(金)
午後 7 時～8 時

💰 1,560 円

👥 20 人

👤 16 歳以上

English Cafe (イングリッシュカフェ)
英会話サロン 初級・中級

毎回テーマに沿い、英語で話します。

📅 12/14(日)
(初級)午後 1 時 30 分～2 時 30 分
(中級)午後 3 時～4 時

💰 (初級)220 円 (中級)330 円

👥 (初級)10 人 (中級) 15 人

👤 16 歳以上

生素材のモダンしめ飾り



お正月に飾れる、しめ飾り風のフラワーアレンジメントを作ります。

📅 12/17(水)
午前 10 時 30 分～正午

💰 3,080 円

👥 18 人

👤 16 歳以上

合唱教室 クリスマスソングや
懐かしい昭和の名曲を歌おう

クリスマスソングや昭和の歌を合唱する、サークル体験です。

📅 12/22(月)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分

💰 無料

👥 15 人

👤 16 歳以上の女性

自然を調べる親子ウォーキング



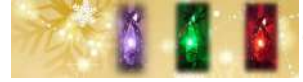
親子でウォーキングして、見つけた草花や虫、鳥などを図鑑で調べます。

📅 11/22(土)
午前 9 時 30 分～11 時 30 分

💰 無料

👥 5 組

👤 小学生と保護者

親子でキラキラツリーボックスを
作ろう(おはなし会付き)

手作り素材に LED ライトをつけて、親子でツリーボックスを作ります。

📅 11/24(休)
午後 3 時～4 時 30 分

💰 無料

👥 10 組

👤 小学生と保護者

アメリカ出身の講師と
親子で楽しむ英語レッスン(6 日制)

📅 12/6～1/24 の毎週土曜日
(除:12/27、1/3)
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

💰 8,580 円 🧑 各 8 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

はじめてみよう
親子トランポリン体験

トランポリンの体験教室。跳ぶ楽しさを親子で体験できます。

📅 12/12(金)
午後 3 時 15 分～4 時 15 分

💰 870 円

👥 15 組

👤 2 歳～就学前の子どもと保護者

親子ヨガ



親子で楽しめるヨガ。一緒にポーズを取って、心身の発達を育みます。

📅 12/21(日)
午前 11 時～正午

💰 460 円

👥 6 組

👤 3 カ月～就学前の子どもと保護者

花壇ボランティア養成講座
ガーデン見学会

ガーデニングサロン講師が手入れしているお庭を、実際に見学します。

📅 11/27(木)
午前 10 時～正午

💰 無料 🧑 8 人

👤 どなたでも

(小学 3 年生以下は保護者同伴)

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。

📅 12/11(木)・25(木)
午前 10 時～11 時

💰 無料 🧑 各 10 人

👤 どなたでも

(小学 3 年生以下は保護者同伴)

みんなのポッチャ広場



専用のボールを使いチームで競うバラスポーツ。どなたでも楽しめます。

📅 12/19(金)
午後 3 時 30 分～5 時

💰 120 円 🧑 15 人

👤 どなたでも

(小学 3 年生以下は保護者同伴)

今月の図書館からのおすすめ本 テーマ『仕事』

仕事って大変だけどおもしろい！
がんばる人に読んでほしい作品です。

小説

昇進に見せかけた懲罰人事だろ



『科学オタがマイナスイオンの部署に異動しました』

朱野帰子/著
文春文庫

大手電機メーカーに勤める科学オタクの賢児は、マイナスイオンのような存在しないものを付加価値にしている商品があることに我慢できない。美容家電商品の廃止を訴えたことで、この部署だけは行きたくないと思っていた商品開発部に課長候補として異動になる。

そこで着任早々、マイナスイオンドライヤーの事故対応に本社まで駆り出される。賢児は本当の部長の変わりに一番やっかいな顧客の電話を任せられ、クレーム対応で灯油をかけられてしまう。不器用で信念の曲げられない彼は、どう立ち向かっていくのだろうか。

ティーンズ

目の前の物事を面白く受け取れるか



『ヴンダーカンマー ここは魅惑の博物館』

桧崎茜/著
理論社

中学2年生の瀬川たち5人は、希望していた場所ではない「自然史博物館」で職場体験をすることになった。それぞれくじ引きで魚類、古脊椎、鳥類、哺乳類、無生物の担当に分かれて仕事することになる。初めはあまり乗り気ではなかったものの、深海魚の検体をもらいに漁港まで出かけたり、フライドチキンの骨でニワトリの骨格を復元したり各々が違う体験の中で面白さを感じていく。

現代のヴンダーカンマー（世界中の珍しいものを集めて飾っていた奇跡の部屋）である「博物館」の見方が変わる1冊です。

えほん

どんなアイデアでねがいをかなえる？



『ヴィンセントさんの しごと』

乾栄里子/文 西村敏雄/絵
福音館書店

こどもたちからの てがみをよんで、ねがいを かなえて あげるのがヴィンセントさんの しごとです。あるひ、みなみの しまにくらす トントくんから「ゆきが みてみたいです」という てがみが とどきました。ヴィンセントさんは ほんを やまほど つくえのうえに ひろげて、むずかしい かおをして なにか しらべはじめました。どうやって みなみのしみに ゆきをふらせるのでしょうか。

おはなしを よみおわったら ヴィンセントさんに てがみを かきたくなるかも しれません。

※二次元コードから紹介本の予約ができます。

＼図書館で使っているよ／ これなーんだ

図書館で実際に使っているものを紹介します。



ファイル No.7

パネルシアター



江南図書館の紹介シアター（一部）

パネルシアターってなに？

ふわふわとした布地のボードに、フェルトや不織布で作られた絵人形を貼り付けて、お話や歌を演じるための舞台装置です。絵人形のイラストは簡単に貼ったりはがしたりできるため、登場人物やアイテムを自由に動かしたり、場面をパッと早変わりさせたりできます。

おはなし会で大活躍

おはなし会では、絵が動いたり隠れたりする楽しい演出に、子どもたちが自然と集中してくれます。図書館員にとっては、本番に向けた台詞や歌、動かし方の事前練習が欠かせません。

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

予想外のできごと



突然わが家のテレビが壊れて2ヶ月ほど経ちました。購入して6年、何の前触れもなく予想外のことでした。早速修理の手配をしたところ、新品の購入額とあまり変わらない費用がかかるとのことで修理は断念しました。

すぐに購入するつもりでしたが、テレビのない生活が始まって1週間を過ぎた頃から本当にテレビは必要だろうかと思いはじめました。動画配信サイトやサブスクなどが使えるので、そこまで困ったことにはなっていないからです。

さらには、無計画でなんとなくテレビを見ている時間の無駄に気がつきました。こちらが選んで行動を起こさなければ「見られない」ということは、意外にも快適に感じます。今のところはしばらくこの状態を続けようかと思っています。が、スポーツ観戦が好きな夫からは不満が出始めているのでどうなることやら…。

当たり前の生活習慣を見直すいい機会になったと思います。

秋の読書週間イベント



願いをかけるクリスマスツリー

イチオシ

クイズに1つ答えると、オーナメント型の願いごとカードがもらえるよ。願いごとを書いてクリスマスツリーに飾ろう。サンタさんが見てくれるかも？



江北地域学習センター・図書館
マスコットキャラクター
こうほくろう

11/1(土)～12/25(木)

幼児～小学生



さわって楽しい しかけ絵本展

閉架書庫に眠っているしかけ絵本や、布絵本を展示します。美しいしかけ絵本は、大人でも楽しめます。

一部貸出もできます。

11/1(土)～11/27(木)

どなたでも



布絵本とポップアップ絵本

写真中央：『星の王子さま◎ポップアップ・シアター』
サンテグジュペリ/著 池澤夏樹/訳 集英社
※こちらは現在流通していない本です。



子ども映画会

むかしばなしのアニメを、上映するよ。むかしばなし絵本も借りられるよ。

【上映作品】

「三まいのおふだ」ほか

11/15(土)

当日受付

午後2時30分～3時

無料

16人

どなたでも



イベントのお問い合わせは江北図書館まで：TEL 03-3890-4488

江北図書館の休館日 11/16(日)・28(金)

詳細はこちら



イベント情報

秋の読書週間イベント

サイコロチャレンジ

本を4冊以上借りたらサイコロゲームにチャレンジできます。借りた本のバーコードとサイコロの出目が合ったらプレゼントがあります。本を多く借りたらチャンスが増えます！

1人1日1回のチャレンジです。ぜひ、ご参加ください！



10/25(土)～景品がなくなり次第終了



どなたでも

おすすめ講座



モルック体験会



11/9(日)

当日受付



①午前10時30分～11時

②午前11時～11時30分



11/22(土)

当日受付

①午後3時～3時30分

②午後3時30分～4時



無料



各5人(先着)



小学生以上(小学生は保護者同伴)



水引でお正月リースを作ろう



11/30(日)

10月26日(日)受付開始



午前9時30分～11時



1,100円



10人(先着)



16歳以上



正月を水引で彩りませんか？



講師がやさしく教えます。

特別整理期間のため 休館します。

蔵書点検を行うため、以下の期間中は休館とさせていただきます。大変ご不便をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

【休館期間】11/23(日)～28(金) ※28(金)は全館休館日です。

イベントのお問い合わせ・お申し込みは江南コミュニティ図書館まで：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。

江南コミュニティ図書館の休館日 11/16(日)・11/23(日)～28(金)



詳細はこちら



ぷちキャンペーン対象講座 親子で気軽に「スポーツ」「文化」「読書」を楽しめるプログラムです。

足立区江北地域学習センター・図書館の

公式 SNS で 最新情報をチェック！



江北地域学習センター・図書館
マスコットキャラクター
こうぼくろう

Facebook



講座案内や
サークル案内等

Instagram



地域情報等

X(旧 Twitter)



日々のあれこれや
イベント情報

LINE



親子向け
イベント情報

Youtube



サークル活動
イベント報告動画

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

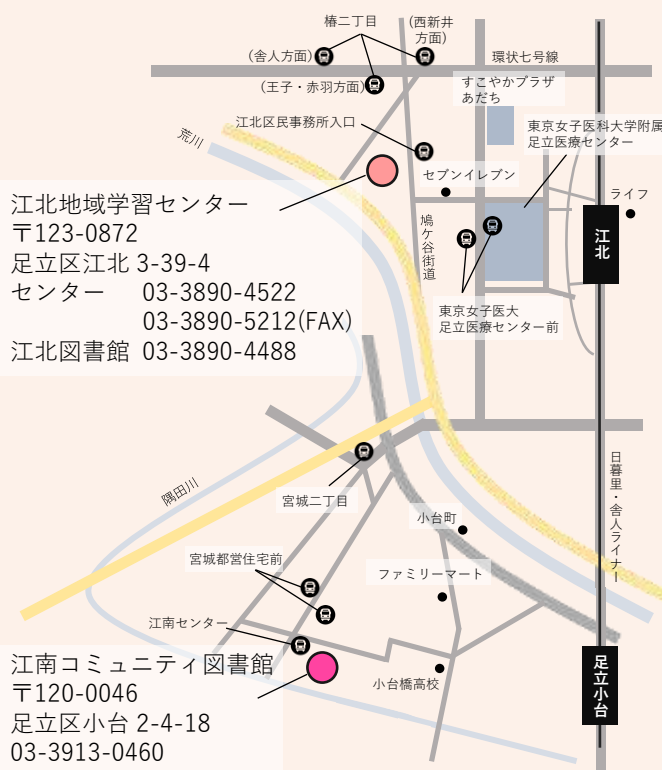
日暮里・舎人ライナー「江北駅」
より徒歩 15 分／都営、東武、国
際興業バス「椿二丁目」より徒
歩 4 分／コミュニティバスはる
かぜ 6 号「東京女子医大足立医
療センター前」より徒歩 10 分／
コミュニティバスはるかぜ 11
号「江北区民事務所入口」より
徒歩 2 分

休館日（※は図書館のみ休館）

センター・江北図書館
11/16(日)・28(金)



ホームページ



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

11/16(日)・23(日)～28(金)



ホームページ
X (旧 Twitter)
LINE



足立区



知ると分かる。
すると変わる。

SDGs MODEL ADACHI

トントン 2025 年 11 月号 (No.445) 発行日: 2025 年 11 月 1 日

編集・発行・指定管理者: 株式会社ティー・エム・エンタープライズ 発行所: 江北地域学習センター