

> 【特集】いいとこめぐり「マーガレット マム」 ・・・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



昭和63年から活動を続けている「江北なかよしトランポリンサークル」。活動の様子は3ページをご覧ください!

# 「marguerite mom(マーガレット マム)」

街の素敵なお店を紹介する「いいとこめぐり」。 今回は日暮里・舎人ライナー高野駅前のカフェ 「marguerite mom」さんを紹介します。



お店の入口。グリーンや季節の飾りであたたかく迎えてくれます。

# オープンから4年、地域に愛されるお店へ

「marguerite mom」さんは、日暮里・舎人ライナー 高野駅前のアズマ包装有限会社ビルの 1 階にあり ます。2021年12月にオープンしてから丸4年、リ ピーターも多く、地域の方々に愛されるカフェで す。

### 落ち着いたインテリアでゆったり

店内はダークブラウンのフローリングやテーブ ルなど落ち着いたインテリアに囲まれ、ゆったりと 過ごせます。取材時はハロウィンの飾りであふれて おり、季節のイベント飾りも楽しめます。

テーブルには「楽しいおしゃべりはことりの声で お願いします」のメッセージカードがさりげなく置 かれ、オーナーの優しい心配りも魅力です。



店内の様子。一体感があり落ち着きます。



テーブル席のメッセージカード



席は、人気のため予約が オススメ(写真は6人用)



オーナーの梶さん。レジ横のクッキーやスコーンもテイクアウト可。

## mom (おかあさん) の愛のきまぐれメニュー

旬の野菜を使った人気のミートソース(パスタま たはドリア)を始め、フルーツを使ったデザートな ど、季節を感じられる魅力的なメニューがたくさん。 また、コーヒーや紅茶、カフェラテなどのドリンクメ ニューはホット・アイスから選べます。なかでも、季 節のハーブやフルーツを漬け込んだシロップ「コー ディアル | を使ったドリンクは、夏は炭酸、冬はお湯 と割って飲み、健康に関心の高い方に好評です。

「おかあさんが作るので、日によって具材や味付 けが変わることもあるけれど大目にみてね」と語る、 調理を担当するオーナーの梶さん。愛情たっぷりの 一期一会な味わいを楽しんでみませんか。



人気のミートソースパスタ 900円 (税抜)

フルーツとアイスクリームの 厚切りパン 730 円 (税抜)









店内奥にある靴の脱げる

午前11時~午後5時 定休日:日・月・火

営業時間:

marguerite mom

(マーガレット マム)

TEL: 03-3856-1122

# サークル紹介

さくれぽ!

いま、ひときわ輝くサークルの活動レポートをお知らせします。

# 「江北なかよしトランポリンサークル」(トランポリン)

トランポリンはジャンプによる全身運動で、体 幹の強化やバランス感覚を養うことができるス ポーツです。毎週土曜日に活動している「江北な かよしトランポリンサークル」は3歳~中学生が 所属し、楽しみながらもしっかりとトランポリン の技術を学ぶサークルです。倉持真由美先生の指 導のもと、技術の向上を目指して練習していま

休憩中に会員に話を聞くと「あいさつなど、大 切なことをたくさん教えてくれる」「練習は厳し いけど、学校の授業で自分には体力がついてるな と思った」と教えてくれました。

1月には体験教室を実施します。何か運動を検 討している方や運動神経の向上を考えている方、 ぜひご参加をお待ちしています!



大会出場に向け、熱心に練習を繰り返していました。

### 【サークル情報】

入会金 : 1,000 円 月会費 : 3,000 円 会員数 : 23 人 活動場所:体育館 活動日時:毎週土曜日

午後 0 時 40 分~3 時

対象 :年少~小学生



冬の省エネの お願い

# 関東電気保安協会よりお知らせ

冬季は暖房の使用などによって、エネルギーの 消費量が高くなる季節です。関東電気保安協会で は「無理なく上手に冬の省エネルギー」をスロー ガンに、小さな工夫で省エネにつながる方法をPR しています。

下記を参考に、省エネ対策にご協力をお願いし ます!

【主な省エネルギーの方法】

① 厚手のカーテンを使用

断熱性が高く、冷暖房の効果が上がります。

- ② エアコンのフィルター掃除 風力低下による性能の低下を避けられます。
- ③ 冷蔵庫の設定を中・弱に 冬の室温に合わせ、適切に設定することによ り、電力の消費を抑えられます。



# 江北 NEWS (一)



江北センターと地域の情報をお届けします!

**NEWS** (1)

# 第 35 回 江北ふれあいまつりを開催しました。

10月18日(土)・19日(日)、江北地域学習セン ターで活動している登録団体の成果発表の場とし て、第35回江北ふれあいまつりを開催しました。 今年は昨年の来場者数を大きく超える、2,178人 にご来場いただけました。

各サークルによる発表・体験・展示や、模擬店 の実施などで大盛り上がりの2日間でした!

## 【来場者・参加団体のご感想】

- ・展示作品がどれも素晴らしかったです。
- ・ピアノの発表や、子ども達のダンスがとても素 敵でした。
- かき氷がおいしかった!
- ・みなさんに楽しんでいただけて、こちらも嬉し くなりました。















登録団体による体験・発表、図書館イベント、登録団体 と区内店舗による販売の様子など

NEWS

(2)

施設予約システムが、令和8年1月7日(水)午前9時にリニューアルします。

トントン10月号でもお知らせしましたが、区内 のセンター窓口にて使用している「施設予約シス テム | をリニューアルします。新システムでは、 インターネットから利用者登録すると、クレジッ トカード及び PayPay 等のキャッシュレス決済が 利用できます。

リニューアルに伴い、現行のシステムは右記の 日時にて利用終了します。新システムが稼働開始 するまでは、インターネット、窓口ともに予約・ 支払・還付等の受付はできませんのでご注意くだ さい。

みなさまにはご不便をおかけいたしますが、ご 理解とご協力をお願いいたします。

【現行システム利用終了日時】 令和8年1月5日(月)午後10時まで 【新システム利用開始日時】 令和8年1月7日(水)午前9時から

※新システムは現在、開発中です。詳しい内容 は足立区ホームページ等で随時、お知らせい たします。

※講座とチケット予約システムは10月、11月 にリニューアル済みです。

足立区新システム お知らせページはこちら▶



講座カテゴリー 大人対象 どなたでも

アイコン 🖅 日時 😝 費用 🥨 定員 👤 対象

# 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。

- 12/5~26 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 クリスマス ファミリー ミニコンサート





ミュージックベルを使って、クリス マスにぴったりの曲を演奏します。

- 12/6(土)
  - 午後 2 時~2 時 30 分
- 無料 № 15 人
- 型 どなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)

# ならしてみよう ミュージックベル



ミュージックベルを直接触って、参 加者みんなで演奏体験ができます。

- 12/6(土) 午後 2 時 45 分~3 時 15 分
- 解 無料 № 6人
- 型 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



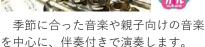


好きな素材を選んで作れます。※キ ャンペーン対象日は 12/7(日)・21(日)

- **12/7(日)・12(金)・21(日)** 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)

# フルート クリスマス ファミリー ミニコンサート





- 12/13(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)

### 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!

- 12/25(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!

# 今月のイチオシ

# 「はじめてみよう楽しい新体操体験(2 日制)」

### 講座内容

新体操は柔軟性・バランス感覚・リズム感を身に つけられるため、未就学児が始めるのにもおすす めのスポーツです。

この講座では、江北センターの登録団体「江北新 体操クラブ | のサークル活動の体験ができます。新 体操としてのボールやリボンの使い方を教わり、 音楽に合わせて踊ることで、新体操の楽しさを体 験していただきます。1回45分の開催のため、飽 きっぽいお子さまでも、無理なくご参加いただけ ます。

### こんな人におすすめ

お子さまの柔軟性・表現力を育みたい方や、基礎 体力づくりとしてもおすすめです。



カラフルなリボンやボールを使って、楽しく踊りましょう!

### 【講座情報】

**■ 1/13(火)・20(火)** 午後 3 時 45 分~4 時 30 分

② 20 円

201 10人

▲ 4歳~就学前の子ども

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









11月26日(水)から受付



- 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) TEL:03-3890-4522 または、 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、コンビニ払い・クレジットカード払いも可能です! ※一部例外あり

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。

- 12/8(月)・22(月) 午後1時30分~3時
- ❸ 1回550円
- 各 20 人
- 16 歳以上

# やさしいヨガ(12 日制)



初心者でも無理なく行えるヨガです。

- ₪ 1/6~3/24 の毎週火曜日 午前 10 時~11 時 午前 11 時 15 分~午後 0 時 15 分
- **♀** 6.720 円
- 各 20 人
- ▲ 16歳以上の女性

# いつまでも健康を維持 元気いきいき体操(10 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。

- 1/9~3/27 の毎週金曜日 (除:3/13・20) 午後1時30分~3時
- ❷ 4.500 円 № 25 人
- ▲ おおむね 60 歳以上

# 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。

- 1/9(金)・23(金) 午後7時~8時
- 1.560 
  □
- 20人
- 2 16 歳以上

### 大人からはじめるクラシックバレエ・ 初級編(4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。

- ☞ 1/10~31 の毎週土曜日 午前 9 時 30 分~10 時 30 分
- € 2,680 円

201 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(4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。

- □ 1/10~31 の毎週土曜日 午前 10 時 40 分~午後 0 時 10 分
- ❸ 3,560 円
- 15 人
- ▲ 16歳以上の女性

## 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。

□ 1/11(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
- **独** (初級)10 人 (中級)15 人
- ▲ 16歳以上

### 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。

■ 1/13(火)・20(火)・27(火) 午後1時~2時

※1/13 は1回体験あり

- 2,010 円/1 回 670 円

# 音読広場

図書館で脳トレしよう



簡単なストレッチのあと、宮沢賢治 の『水仙月の四日』を音読します。

1/13(火) 午後 2 時~3 時

- 無料
- 20 人
- ▲ おおむね 60 歳以上

### ヘルシーエクササイズ(10日制)

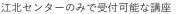


簡単なエアロビクスや有酸素運動

- で、無理なく体を動かしましょう!
- ∞ 1/15~3/19 の毎週木曜日 午前 10 時~11 時 30 分
- 4.500 
  □
- **40**人
- ▲ 16 歳以上









### 筆ペンで書いてみよう 漢字行書編(5日制)



筆ペンを使って、行書の漢字をきれ いに書くコツを学びます。

- 1/16~2/13 の毎週金曜日 午前 9 時 30 分~11 時
- ❸ 3,355 円
- 12 人
- ▲ 16歳以上

# 子どもトランポリンサークル 入部体験教室





トランポリンの基本を学び、楽しさ を実感できるサークル体験教室です。

- **12/13(±)**  $\cdot$  27(±) 午後 0 時 30 分~1 時 10 分
- ₩ 1回50円
- **292** 各 5 人
- ▲ 6歳~小学2年生

# スポーツきほん塾



小学生向けの「なわとびとドッチ ビー」がテーマの体操教室です。

- 1/15~3/12 の毎週木曜日 午後 4 時 40 分~5 時 40 分
- € 5,040 円
- 30人
- ▲ 小学生

# みんなのボッチャ広場



専用のボールを使いチームで競うパ ラスポーツ。どなたでも楽しめます。

- 1/16(金)
  - 午後 3 時 30 分~5 時
- ❸ 120 円 🏰 15 人
- ≜ どなたでも (小学3年生以下は保護者同伴)

### 香りの花のフラワーアレンジメント



香りのいいお花を集めて、フラワー アレンジメントを作ります。

- 1/21(水) 午前 10 時 30 分~正午
- 3.080 円
- 18人
- 16 歳以上

## みんなで楽しく! キッズダンス(10 日制)



楽しい振り付けでカッコよくまた、 可愛く踊れるよう練習します。

- 1/13~3/24 の毎週火曜日 A:午後 4 時~4 時 50 分 B:午後 5 時~5 時 50 分
- 7,800 円 4 各 15 人
- ▲ 小学生

# 親子トランポリン(3日制)



跳ぶ楽しさを体験しながら、トラン ポリンの基本を親子で学びます。

- 1/16(金) ⋅ 23(金) ⋅ 30(金) 午後 3 時 15 分~4 時 15 分
- **2**,610 円
- 15 組
- ▲ 2歳~就学前の子どもと保護者





- - 6 歳~小学生

# 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。

- 圆 1/22(木)
  - 午前 10 時~11 時
- 第 無料 10人
- ≜ どなたでも (小学3年生以下は保護者同伴)

# 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。

- □ 1/23(金)・30(金) 午後 3 時 30 分~5 時 30 分
- 1,120 円
- 12人
- ▲ 16歳以上

### スポーツきほん塾 かけっこや なわとびで体を動かそう(9日制)



就学前のお子さまに向け「かけっこ となわとび」をテーマに体操します。

- □ 1/15~3/12 の毎週木曜日 午後 3 時 30 分~4 時 30 分
- € 5.040 円
- 20人
- ▲ 4歳~就学前の子ども

### 子どもトランポリン(7日制)



楽しみながら跳び、簡単な技も覚え ます。体力作りにもおすすめ。

- 1/16~2/27 の毎週金曜日 午後 4 時 30 分~5 時 30 分
- ② 2,660 円
- 24人



# win 12 月はポイント 2 倍 🥨 キャンペーン実施!

ぷちキャンペーンのポイント付与・ ぷちっとチケットへの引き換えは下 記日程で終了となります。12月の対 象イベントは、特別に付与ポイント2 倍になります!ぜひこの機会に、お得 にポイントを貯めてください!

【ポイント付与・チケット配布最終日】 12/26(金)



# 今月の図書館からのおすすめ本 テーマ『心暖まる』

優しさや思いやり、思いがけない感動 で胸が満たされる本をご紹介します。

# 小説



『猫は抱くもの』 大山淳子/著 講談社

# 猫と人間の切なくあたたかい話



青目川にかかる「ねこすて橋」では、夜になると時折猫たちの集会 が開かれる。そこでは猫たちが勝手気ままに話し情報交換をしてい る。その猫たちと猫と関わりのある人間を主人公にした連作短編集。

周囲からゴッホと呼ばれている絵描きと、ゴッホに拾われた三毛猫 のキイロの話(第2話)は切ない。ゴッホは色弱のため猫と同様に赤 がわからず、キイロといるとホッとする。また捨てられ絶望の中にい たキイロは、自分が必要とされ同じ世界を見ているゴッホと生きてい くと決めるが…。「それぞれのクリスマス」など他4編。

# ティーンズ



『世界でいちばん 透きとおった物語』 杉井光/著 新潮社文庫刊

# 衝撃のギミックが仕掛けられた小説



人気ミステリ作家の隠し子として生まれた燈真(とうま)は、父が 亡くなったことを知る。父とは1度も会ったことがなく関心はなかっ た。それなのに成り行きで、父の行方不明の原稿『世界でいちばん透 きとおった物語』を探すことになってしまう。

手がかりを集めるため、関係者に話を聞いていくうちに奇妙な点が 出てきた。父として、そして小説家としての想いがこめられた『透き とお』る物語の結末に胸が熱くなる。

タイトルの意味がわかった時、初めから見返してしまいます。

# よみもの



『ホカリさんと ふゆのおくりもの』

はせがわさとみ/作 かわかみたかこ/絵 文溪堂

# あか じてんしゃ き も はいたつ **赤い自転車で やさしい気持ちを配達**



ホカリさんは、ちいさなまちの ゆうびんやさんです。 まいにち ど んなに さむくても、こころをこめて しごとをしています。

そんなあるひ ねずみのこから「もりの いりぐちにある あかりに わたして」と てがみを わたされます。こねずみは あそびにやって くる ともだちのために あるおねがいをしたいのでした (「まちのて がみ」)。 そのほか 「クリスマスのてがみ」「ゆきのひのおきゃくさ ん | の あわせて3つのおはなしが はいった、"ホカリさんシリーズ" の ふゆの1さつ。こころが あたたかくなる ものがたりです。

※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 №8 返却スリップ



# 返却スリップってなんだ?

返却スリップとは、図書館で本を貸出した 時に返却日が印字されているしおりです。 裏面には、休館日が印字されています。

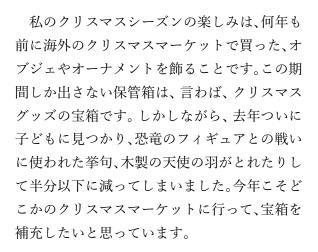
# 区でお知らせしたい情報があります。

ほかには、図書館や足立区からお知らせした い情報を載せています。自転車の鍵のかけ忘れ の注意などの防犯対策、図書館の SNS につな がる二次元コードなどをつけている返却スリ ップもあります。各館の返却スリップに何が記 載されているか注目してみてください。

# さくらんぼかふえ

図書館員が後然なるままに 語るコラム

# クリスマスシーズンの楽しみ



近年、各地でクリスマスマーケットが開催さ れるようになりましたが、発祥はドイツやオー ストリアと言われています。ヨーロッパでは雑 貨や食べ物の販売だけでなく、メリーゴーラン ドなどのアトラクションも定番なのだそうで す。一昨年、元淵江公園の「光の祭典」に初め て子どもを連れて行ったところ、今までなかっ たメリーゴーランドがあり仰天しました。ちょ うど 2023 年からお目見えだったそうで、まさ かの初体験になり、楽しみが増えました。

アイコン

☑ 日時

■ 対象

# クリスマスイベント



ねがいをかける クリスマスツリー



11月から引き続き実施中! クイズに答えて、ツリーに願いごとをつるそ う♪



 $11/1(\pm)\sim 12/25(木)$ 



■ 幼児~小学生



なりきりサンタで プレゼントをもらおう

サンタクロースの帽子をかぶって、フォト スポットで記念撮影しよう。

小さなおさがりおもちゃ※か絆創膏がもら えるよ。

※使用済みのおもちゃです。

衛生面が気になる方は絆創膏をお選びください。



12/1(月)~12/25(木)



▲ 幼児~小学生





過去のフォトスポット



ぴよぴよおはなしライブ クリスマススペシャル

バランスディスクに座って楽しむおはなし ライブです。絵本やパネルシアターの後は、手 作りのクリスマスプレゼントがもらえるよ♪

(三) 12/12(金)午前 11 時~11 時 20 分

通常のおはなしライブは毎月第2・4金曜日開催



■ 乳幼児と保護者





12月は ポイント 2 倍のため、 2ポイントプレゼント☆



ぷちキャンペーンと ポイントの詳細は 二次元コードから 見られます



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  $12/15(月) \cdot 29(月) \sim 2026/1/3(土)$ 

詳細はこちら





足立区立図書館の年末年始休館 2025/12/29(月)~2026/1/3(土)

※年末年始の間ブックポストは閉鎖いたしますのでご注意ください。







アイコン ⑤ 日時 **292** 定員 **四**費用

# イベント情報

# 子ども向け館内イベント みんなでふゆじたく

江南としょかんに 木のみがちらばっているよ。 木のみをあつめて、ふゆじたくをしている どうぶ つさんたちの おうちに とどけよう!

11/29(土)~12/28(日)



▶ 小学生まで



どうぶつさんたちの ふゆじたくを おてつだいしよう!

# 年末年始イベント

# 開運!お年玉くじ

雑誌の付録が当たる抽選券を、期間中に本を借 りた方にお渡しします。当選番号の発表とプレゼ ントの引き換えは、年明けの 1/5(月)~1/29(木)で す。



配布期間:11/29(土)~12/28(日)



≜ どなたでも



年始の運試しは、江南図書館で!

# おすすめ講座



インナーマッスルを鍛えて - 姿勢を改善するピラティス(5 日制)





1/25、2/8・22、3/8・22(いずれも日曜日) 午前 10 時 30 分~11 時 30 分







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 12/15(月)・12/29(月)~2026/1/3(土)

足立区立図書館の時短開館

2025/12/28(日) · 2026/1/4(日) 午前 9 時~午後 5 時

※通常よりも開館時間が短くなっておりますのでご注意ください。



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 こうほくろう

# 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 センター・江北図書館 12/15(月)・29(月)~1/3(土) ※12/28(日)、1/4(日)は 午後 6 時まで

(窓口は午後5時まで)



ホームページ



小台橋高校

# 江南コミュニティ図書館 (江南センター内)

# 交通

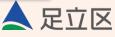
都営バス「宮城都営住宅前」より徒歩5分/都営バス「宮城二丁目」より徒歩15分/都営バス「小台町」より徒歩15分/コミュニティバスはるかぜ8号「江南センター」下車すぐ

### 休館日

12/15(月)・29(月)~1/3(土) ※12/28(日)、1/4(日)は 午後5時まで



ホームページ X (旧 Twitter) LINE





トントン 2025 年 12 月号(No.446)発行日:2025 年 12 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

江南コミュニティ図書館

〒120-0046 足立区小台 2-4-18 03-3913-0460