



編集・発行/株式会社ティー・エム・エンタープライズ
興本地域学習センター・体育館・図書館

〒123-0844 足立区興野 1-18-38
TEL 03-3889-0370 FAX 03-3889-9760
<http://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/okimoto.html>

オキモトウォーカー OKIMOTO Walker

地域情報紙 毎月1日発行

《特集》

図解！ おはじきサッカーの魅力

イギリス生まれの

★**新**スポーツ

No.122
6月号
2017

TAKE FREE!



おはじきサッカー
OHAJIKI SOCCER
ASIAN CUP

IN 足立区生涯学習センター
2017. 6.10 Sat.
6.11 Sun.

そのスポーツに、あなたは魅了される —

入場無料 入退場自由

プレイイベント開催！ 2017.5.28 Sun. 10:00～ IN ギャラクシティ

主催：一般社団法人日本おはじきサッカー協会 共催：足立区教育委員会 足立区新田地域学習センター
TEL：090-9847-4982 Email:ohajikisoccer@gmail.com

株式会社ティー・エム・エンタープライズは
安全で清潔な空間と親切で丁寧なコミュニケーション
であなたの「知りたい」「学びたい」「運動したい」を
応援します！

AED 設置施設

Automated External Defibrillator
(自動体外式除細動器)

当センターはお客さまの安全にも心がけて
おります。安心してご利用ください。

おはじきサッカーを図解

イギリス生まれの新スポーツ

サッカー選手のフィギュアが乗ったおはじきを指で弾き、ボールをゴールまで運ぶゲーム、おはじきサッカー。
しかし、ただのボードゲームと思うことなかれ！ 海外では根強い人気があり、毎年ワールドカップも開催され50カ国ものプレイヤーが集う本格的なスポーツなのです。

since 1946
birthplace in England

ルール

- 1対1（2人のプレイヤーで行う）
- 試合時間は前後半15分ずつ
- 人差し指と中指のみ使える
- 親指のパネを使うと反則
- 同じ駒は連続して3回までしか使えない
- シュートはボールが完全にシュートラインを超えた時に可能

さあ、ゲームだ！

- プレイヤーは攻撃と守備に分かれる
攻撃の駒のみボールに触れさせることができる。はじいた選手がボールに触れなかったり、守備側にボールが当たったりした場合は攻守交代。守備は、攻撃側がおはじきを弾くごとに自分の駒を1回だけ弾くことができる。



✓ **競技プレイヤーは皆、選手兼監督**
戦術・技術・素早い判断力を研ぎ澄ませ！

アジアカップ 2017.6.10 午前9時～午後8時30分 / 6.11 午前9時30分～午後7時 in 足立区生涯学習センター

【主催】一般社団法人日本おはじきサッカー協会 【共催】足立区教育委員会 足立区新田地域学習センター
【TEL】090-9847-4982 【Email】ohajikisoccer@gmail.com 【申込】不要・時間内出入り自由

画像提供/©NOSK



本のメロディー



2017年
6月号



興本図書館長期休館のお知らせ

【休館期間】

平成29年5月31日(水)～平成30年3月(予定)

興本図書館は改修工事のため、長期休館させていただきます。休館中は近隣の梅田図書館、江北図書館、中央図書館等をご利用ください。

大変ご不便をお掛けいたしますが、ご理解、ご協力をお願いいたします。

【ブックポスト】

ブックポストは6月1日(木)より興本住区センターの入口に設置予定です。ブックポストへの返却は本・雑誌のみ受け付けています。CD・紙芝居の返却は、区内の図書館の窓口をお願いします。



【予約本の受取について】

興本図書館を受取館に指定されている予約本は、インターネットや館内検索機から受取館の変更ができなくなっています。受取館変更をする場合、他館窓口、またはお電話でお手続きをお願いいたします。休館中に興本図書館に予約本が届いた場合は、図書館から連絡をいたします。メールや連絡不要を指定されている方にも、お電話やハガキでご連絡させていただく場合がありますので、ご了承ください。

赤ちゃんおはなし会

興本図書館が長期休館中、西新井栄町住区センターの児童館にて、赤ちゃんおはなし会を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。



日時 毎月第3火曜日（8月は休み）

11:00から11:30

場所 西新井栄町住区センター
2階 児童館

住所 足立区西新井栄町3-1-6-101

電話 03-3880-7705

協力 読み語りボランティア

対象 0歳～3歳

新刊棚

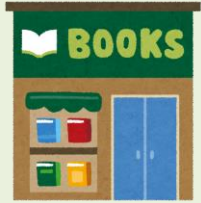
毎月数多く入る新刊の中からピックアップしてご紹介します！

一般

『世界の夢の本屋さん聞いた素敵な話』

ポブ・エクスタイン／著 藤村 奈緒美／訳 エクスナレッジ

世界にはどんな本屋があるでしょう



有名人が来店した時にこんな言葉を残したなど、世界の本屋さんであったいろいろなエピソードが綴られています。本屋さんの外観が写真ではなくイラストで描かれているところが良く、イラストから行ったことのない外国の本屋の雰囲気を想像しながら楽しめる一冊です。

ティーン

『正しいコピーのすすめ 模倣、創造、著作権と私たち』

宮武 久佳／著 岩波書店

ちょっと待って、そのコピー！



「この文章いいね」「この画像素敵だから、コピーしちゃおう」と、ウェブ上の文章や画像などをコピーして、自分のレポートやブログに気軽に貼り付けようとした経験ありませんか。実はそれ、著作権上の問題があるかもしれません。本書では著作権についてとても分かりやすく解説されています。許されるコピー、許されないコピーを理解しましょう！

じどう

『音が出るおもちゃ&楽器あそび』

自分で作ったおもちゃであそぼう

吉田 未希子／著 いかだ社

紙コップで作るカラカラと音がるヘビや、カプセルトイのケースで作るかんたんマラカス、紙皿と牛乳パックで作るボンボン時計など、音が出る工作をしようかいした本です。むずかしそうな工作はおうちの人に手伝ってもらいましょう。



えほん

『わすれもの』

にんぎょうだっていきている

豊福 まきこ／作 BL出版



こうえんのベンチにだれかのわすれもののひつじのにんぎょうがポツンとおかれています。ひつじのにんぎょうはもちぬしのミナがむかえにくるのをいまかいまかまっています、だんだんくらくらくなってきてふあんになります。ひつじのにんぎょうはもちぬしとちゃんとあえるかな？

図書館員のオススメ

～興本図書館員が「これだ！」と思った本をオススメ～

『学校では教えてくれない ゆかいな日本語』



今野 真二／著
丸山 誠司／イラスト
河出書房新社

ことばで遊んでみよう！

普段何気なく使っている日本語。語源を探っていくと、なるほどと納得することがたくさん。本書では日本語を「音」「文字」「数字」「遊び心」からみてみよう、と楽しく日本語を分析しています。例えば、「イライラする」の「イラ」は何のこと？ 名詞の語尾に「ラ」をつけると、怪獣の名前のようになる…等。第4章では昔からの謎々が掲載されています。ぜひことば遊びを楽しんでみてください。

『伝統食 47都道府県 ビジュアル文化百科』



野崎 洋光／監修
こどもくらぶ／編
丸善出版

おいしそうな料理がいっぱい！

北海道の石狩なべや、沖縄県のゴーヤーチャンプルーなど有名な料理はもちろん、あまり知られていない料理も、写真と一緒に詳しく紹介されています。また、地域ごとの食文化の特徴もそれぞれまとめてあります。

このシリーズはほかに、「地野菜／伝統野菜」と「伝統行事」があります。



子どもから大人まで人気の枝豆

冷凍のものを利用することも多いですが、今頃から夏にかけてが旬の食材「枝豆」を今月はとりあげます。枝豆は大豆が完全に熟す前に収穫したものであるため、大豆と同じようにたんぱく質をはじめ栄養価が高いのが特徴。さらに大豆には少ないビタミンCも含まれます。では、含まれる栄養素、選び方など詳しくみていきましょう。

栄養

食物繊維が多い

↳ 便秘や腸の病気を防ぐ

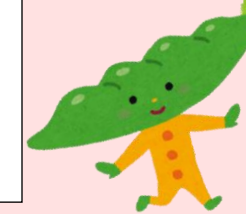
ビタミンB1が多い

↳ 疲労回復

選び方

きれいな緑色
ほどよいふくらみのものを

パンパンなのは育ちすぎ
香りがおちることも

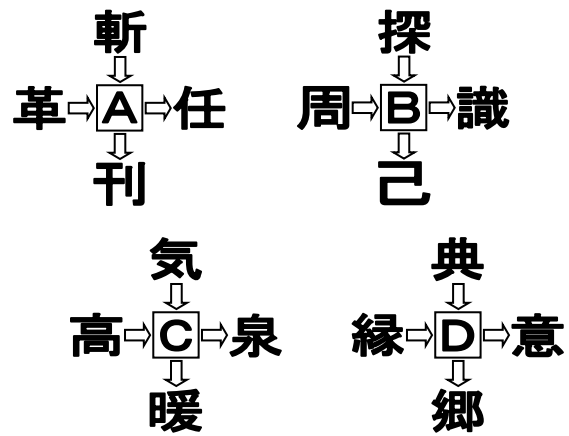


鮮度が
おちやすいので
① 買ったらずくにゆでる
② 産地の近いものをえらぶ

おきりんクイズ



- ①A~Dそれぞれにあてはまる漢字はな~んだ?
- ②A~Dを並べ替えて四字熟語を完成させてね!



クイズの答えはこのページの一番下に書いてあるよ!

図書館員のひとり言

最近、健康診断の数値が微妙に上がってきている。これは年齢によるものなのか? と思い友人に相談すると、皆「野菜を食べろ」「青いものが足りない」と示し合わせたように声をそろえて言う。

実際に食卓に並んでいる料理をみると「なるほど」と思うぐらい野菜が少ない。肉ばかりである。そこで野菜を食べ始めるが苦手なためなかなか食が進まず悩んでいると友人がスムージーをすすめてくれた。スムージーは飲みやすく色々な食材を組み合わせるのが面白い。このまま飲み続ければ血液もサラサラ、数値も正常になるとほくそ笑みながら毎日飲んでいる。

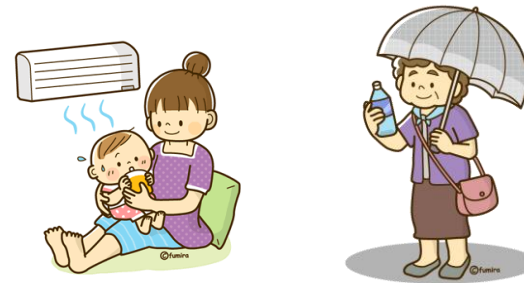
『スムージーの食材便利帳 野菜&フルーツの効果・相性がひと目でわかる』
いとう ゆき/著 東京書店

熱中症に気をつけましょう!

日差しが徐々に強まり、今年の夏も暑くなりそうな予感がする今日この頃。今から気をつけなければいけないのが【熱中症】です。

熱中症とは高温環境で発生する障害の総称で、熱失神、熱けいれん、熱疲労(熱ひはい)、熱射病などに分けられ、日常生活のちょっとした注意で防ぐことができます。

熱中症は、屋外だけでなく室内でも多く発生していますので、こまめな水分補給や外出時には日傘や帽子などを利用して熱中症を予防しましょう。これから夏に向けて暑くなりますが、しっかり予防策を講じて、夏を乗り切りましょう!



~熱中症にならないために~

- Point1. 体調を整えましょう**
睡眠不足や風邪など、体調の悪いときは日中の外出や運動は控えましょう。
- Point2. 服装に注意しましょう。**
通気性の良い洋服を着て、外出時にはきちんと帽子をかぶりましょう。
- Point3. こまめに水分を補給しましょう。**
「のどが渇いた」と感じたときには、すでにかなりの水分不足になっていることが多いもの。定期的に少しずつ水分を補給しましょう。特に夏場は汗と一緒に塩分が失われることを考えると、スポーツドリンクなどを飲むのがオススメです。
- Point4. 年齢も考慮に入れましょう。**
体内の機能が発育途中のお子さんや、体力が衰えはじめた高齢者の方は熱中症になりやすいです。年齢を意識して、予防を心がけることが大切です。

オススメ雑誌紹介コーナー

食にこだわる人のためのグルメ雑誌「ダンチュウ」。全国のおいしいお店や料理の作り方などの最新情報が満載です。写真をふんだんに使って紹介しているのでとても読みやすくなっています。ぜひ図書館で借りてみてください。

読み語りボランティアの皆さんが 文部科学省に表彰されました

文部科学省より、子どもの読書活動の優秀実践団体として、区内で活動している「読み語りボランティアグループ」が表彰されました。

読み語りボランティアは、区内の図書館や保健センター等で主に乳幼児を対象に読み語りを行っています。興本図書館が長期休館中にも、西新井栄町住区センターにて、赤ちゃんおはなし会を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。

※詳しくは2ページをご覧ください。



【興本図書館の赤ちゃんおはなし会を担当されている読み語りボランティアの皆さん】

発行日 平成 29 年 6 月 1 日 発行 興本図書館足立区興野 1-18-38 TEL 03-3889-0370

おきりんクイズの答え A. 新 B. 知 C. 温 D. 故 四字熟語 温故知新 (CDBA)

がんばれ足立の子どもたち!

足立区立第七中学校 第70回体育祭

5月14日(日)第七中学校で体育祭が開催されました。七中は今年で創立70周年を迎えます。体育祭は創立当初から開催しているため、記念すべき70回目の開催となりました。

当日は曇り空で、応援に来られた保護者の方々は肌寒いようでしたが、熱い戦いを繰り広げる生徒のみなさんにとっては絶好の気温だったかもしれません。校長先生が「友情とチームワークを大切にしながら真剣に練習に取り組んできた」とおっしゃる通り、クラス対抗の競技だけではなく、部活動対抗、各学年の同組から成る縦割りクラス対抗もあり、クラスを超えた友情とチームワークが校庭にあふれていました。成績はそれぞれの種目の獲得点数の合計で決まり、学年毎の各クラス順位と縦割りクラス毎に順位が付けられました。結果は各学年とも4組が優勝し、縦割りクラス毎の順位も4組が優勝しました。

優勝したクラスも優勝を逃したクラスもみんなで創立70周年という記念の体育祭を全力で戦ったことは、クラスメイトを繋ぐ絆の一つとして、これからもずっと長く心に残っていくことでしょう。



《写真》部活対抗リレーユニフォームを着て走ります。



《写真》吹奏楽部による応援わくわくする音楽で会場を盛り上げています。



《写真》全級リレー保護者の方も大勢来場されて応援しています。

センター掲示板

興本地域学習センター・図書館・体育館

改修工事のお知らせ

平成29年6月1日※ ～平成30年3月（予定）

※ 図書館は平成29年5月31日より休館

この期間休館させていただきます、改修工事を行います。

オープン
リニューアルOPENにつきましては、

4月を予定しています。

ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いいたします。

新しい興本地域学習センターをお楽しみに。。。☆



地域の防犯・防災情報

身の回りの危険物品 安全な取扱いをしていますか？

6月4日（日）から10日（土）は、危険物安全週間です。



正しい操作で
給油しましょう



カセットボンベは
正しく取扱いましょう



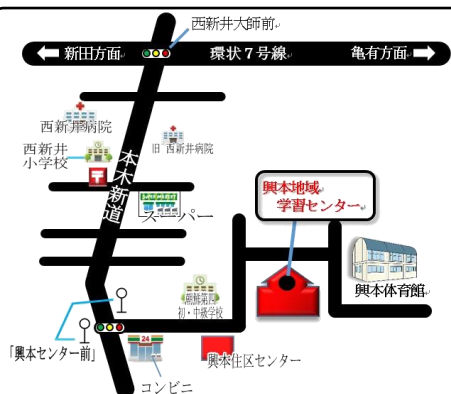
西新井消防署 3853-0119

西新井消防署ホームページ

西新井消防

検索

<http://www.tfd.metro.tokyo.jp/hp-nisiarai/index.html>



OKIMOTO Walker

発行:株式会社ティー・エム・エンタープライズ
発行日:平成29年6月1日
発行所:興本地域学習センター・図書館・体育館
〒123-0844 足立区興野 1-18-38
<お問い合わせ先> 受付時間 9:00~21:00
TEL 03-3889-0370 FAX 03-3889-9760
E-mail:info-okimoto@abox3.so-net.ne.jp
HP:<http://tme-adachi.com/okimoto/>

「美しいまち」は「安全なまち」

一人ひとりのちょっとした気づかいで、まちはもっともっと美しく、安全になります。みなさんと影の無い美しいまちづくりを目指しましょう。



ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中 足立区



興本地域学習センター Facebook

※ OKIMOTO Walker 7月号は都合により休刊となります。次回発行予定は未定です。