

7月

oasis

オアシス



夏のイベント

のびのびまなぼ〜 & 中央本町お仕事まつり

7月表紙 オリンピック競技・サーフィン

いつまでも少年・少女のように 第107回サークル紹介

今月のサロン・講座紹介

他施設イベント情報

足立区中央本町地域学習センター 体育館 やよい図書館

今月のサロン

当日、気軽に来て参加できるのがサロンの魅力。健康生活、趣味活動、地域交流にぜひご利用ください。

人権啓発 上映会



人権に関する映像作品を
上映します。
7/22 (月)
①午前 11 時～
②午後 2 時～
③午後 6 時～
料金：無料

ITサロン



パソコンの持込可。ボラン
ティアの方がパソコンに
まつわるあなたの悩み・疑
問を解決します。
7/13・27 (土)
午後 2 時～4 時
料金：200 円

将棋サロン



発想によってさまざまな
勝ち方がある戦法や相手
の考えを予測する心理戦
などを楽しみましょう。
7/11・25 (木)
午後 6 時～9 時
料金：200 円

おもちゃの病院



動かなくなった、音が出な
くなったお気に入りのお
もちゃをトイ・ドクターが
修理してくれます。
7/21 (日)
午後 1 時～4 時
料金：無料



活力ある練習風景

中央本町B.G.クラブは、足立区主
催のビーチボールバレー教室が終了
した後、平成元年9月1日、故鈴木
義之氏を中心にクラブとして発足
しました。今年で結成31年目を迎
えます。

活動内容は、ネット張り及びボー
ルの準備後、自主練習をした後に、
午後7時から準備体操をし、男・女
に分かれて練習。午後8時より男
女混合での練習となり、最後に清掃
をして終了となります。元気に大
きな声を出して会員一人一人が声
を掛けあいながら、積極的に練習に
取り組むので、とても活力と熱気が
あります。

目標は「健康第一」

中央本町B.G.クラブの「B.G.」は、
ボーイ(少年)とガール(少女)を意
味しています。これには、「少年や少
女のようにいつまでも若々しくスポ
ーツをしましょう」という想いがつま
っています。87歳の会員も在籍して
おり、健康を第一として、皆で元気
に明るく楽しむことを目標としてい
ます。

毎週の練習の他にも、毎年クラブ
で主催している大会(B.G.杯)や他ク
ラブとの交流会とその後の懇親会や
お楽しみ会など行っています。
オアシスをご覧の皆さん、中央本
町B.G.クラブと一緒にビーチボール
バレーを楽しみませんか？

おはなし会



絵本の読み語りをします。
毎月第2水曜日。
7/10 (水)
午後 3 時 30 分～4 時

やよい図書館 ビブリオバトル



好きな本を熱く語り合う
ビブリオバトルを行いま
す。
7/13 (土)
午後 3 時～4 時
料金：無料

ママ・パパのための あうちえほんタイム



のぐちえさんによる保護
者向け講座。毎月第2水曜
日。お子様連れ可(託児な
し)
7/10 (水)
午前 11 時～11 時 30 分
※事前申込制
詳細はやよい図書館まで

俳句と短歌のサロン



日々の風景や想いを言葉
にして詠みましょう。おし
ゃべりをしながら楽しく
参加できます。
7/21 (日)
午後 2 時～4 時
料金：無料

夏の英語おはなし会



英語の歌や絵本を楽しみま
す。
7/21 (日)
午後 3 時～4 時

たなばたおはなし会



七夕の絵本やブラックパネ
ルシアターを行います。
7/3 (水)
午後 3 時～4 時

あかちゃんおはなし会



ママと一緒に絵本を楽しみ
ます。毎月第3・4水曜日。
7/18 (木)
1歳半～3歳向け
午前 10 時 30 分～10 時 50 分
0歳～1歳半向け
午前 11 時 10 分～11 時 25 分
7/25 (木)
0歳～3歳向け
午前 11 時～11 時 20 分

大おはなし会



絵本の読み語りや工作など
を行います。毎月第4水曜
日。
7/24 (水)
午後 3 時～4 時

第107回 中央本町B.G.クラブ

活動日：毎週火曜日
時 間：午後 6 時 30 分～9 時
入会費：なし
月会費：1,000 円
連絡先：090-4002-0321(吉田)



今月の募集講座

こども体操 A (全8回)



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
9/3～10/29(火)
(10/1を除く)
午後3時30分～4時30分
対象：4歳～就学前の子ども
定員：40人
料金：3,280円

ゼロから学ぶ「認知症サポーター 養成講座」



認知症を理解し、手助けの
仕方や接し方を学びます。
9/28(土)
午後10時～正午
対象：16歳以上
定員：20人
料金：無料

親子でやってみよう 知育・体操(全5回)



マット運動やかけっこで
基礎運動能力を養います。
9/13～10/11(金)
午前10時～11時
対象：2～3歳の
子どもと保護者
定員：35組(子ども2人まで)
料金：3,600円
(3人は4,200円)

楽に生活できる体づくり ロコモ体操(全8回)



ストレッチなどの体操を
行い、運動器官の健康を維
持します。
9/12～12/26(第2・4木)
午前10時～11時30分
対象：おおむね50歳以上
定員：25人
料金：4,080円

インドカレー店 BINITA で 「アイスクリーム・ナンづくり」に挑戦



持ち寄った具材でオリジ
ナルのナンを作ろう。
8/17(土)
午後3時～4時30分
対象：4歳～小学生の
子どもと保護者
定員：10組(1組3人まで)
料金：1,400円
(3人は追加料金)

中央本町おはじきサッカー 練習会



映像等を使用し、体験会
以上に本格的におはじき
サッカーを学べます。
8/11(日)
A:午後2時～2時50分
B:午後3時～3時50分
対象：どなたでも
定員：各4人
料金：無料

中央本町おはじきサッカー 体験会



おはじきを動かしてサッ
カーをするテーブルゲー
ムが体験できます。
8/3(土)
A:午後2時～2時50分
B:午後3時～3時50分
対象：どなたでも
定員：各4人
料金：無料

はつらつ体操



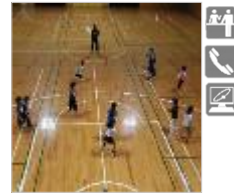
イスに座ったままできる
筋トレ・脳トレを無理なく
行いましょう。
8/7・21(水)
午後1時30分～3時
対象：65歳以上
定員：25人
料金：無料

五反野のたい焼き屋でお仕事 体験「特製たい焼き作り」



たい焼きの生地作りから
焼くまでを体験します。自
身で作ったたい焼き6個は
持ち帰り。
8/26(月)・27(火)・28(水)・
30(金)
A:午後1時～1時25分
B:午後1時30分～1時55分
C:午後2時～2時25分
D:午後2時30分～2時55分
料金：610円
定員：各3人
対象：小学3～6年生

こども体操 B (全8回)



器械体操やリレーなどで
楽しく運動をしましょう。
9/3～10/29(火)
(10/1を除く)
午後4時40分～5時40分
対象：小学1～4年生
定員：40人
料金：3,280円

ボールペン字上達講座 (全6回)



ボールペン習字の技術・知
識を丁寧に学べます。講師
による個人指導です。
9/6～10/11(金)
午後7時～8時30分
対象：16歳以上
定員：15人
料金：2,520円

ヘルシーエクササイズ (全7回)



音楽に合わせて日頃の運
動不足を解消しましょう。
9/2～12/16(月)
(9/9・16・23、10/14・21・
28、11/4・11、12/9除く)
午前10時～11時30分
対象：16歳以上
定員：50人
料金：3,570円

ストレッチとリズム体操 (全9回)



無理なく身体を動かし、日
頃の運動不足を解消。
9/2～12/16(月)
(9/9・16・23、10/14・
11/4・11、12/9除く)
午後3時30分～4時50分
対象：おおむね50歳以上
定員：50人
料金：4,590円

声を出してよむ古典 源氏物語・玉鬘(たまかづら)



源氏物語を学びながら、実
際に原文を声に出してよ
んでみましょう。
8/21(水)
午後2時～4時
対象：16歳以上
定員：20人
料金：無料

大人の農業体験教室 「無農薬野菜作り秋冬編」(全4回)



有機農業を基軸に、春夏野
菜を種から育てます。
9/8、10/6、11/3、12/8(日)
午前10時～11時
対象：16歳以上
定員：10人
料金：1,040円

基礎から学ぶ空手教室 (全3回)



初心者から参加できる空
手教室。空手を通じて心と
体を鍛えましょう。
9/6～20(金)
午後6時30分～7時30分
対象：5歳～小学生
定員：20人
料金：1,230円

わいわいエアロビクス B(全8回)



軽快な音楽とともに運動
不足を解消しましょう。
9/4～10/23(水)
午前10時50分～正午
対象：16歳以上
定員：25人
料金：4,080円

わいわいエアロビクス A(全8回)



軽快な音楽とともに運動
不足を解消しましょう。
9/4～10/23(水)
午前9時30分～10時40分
対象：16歳以上
定員：25人
料金：4,080円

8月は、たい焼き屋さんで
お仕事体験があるよ！

7月26日(金)から募集開始

申込方法：窓口・電話・インターネット(一部除く)

受付時間：午前9時～午後8時(窓口・電話) / 午後1時～(インターネット)

問合せ：TEL 03-3852-1431

各講座のイメージ画像右をご確認ください。

窓口



電話



インターネット



※各講座の詳細については、中央本町地域学習センターまでお問い合わせください。

インターネットからの予約方法

足立区ホームページ → 電子申請・各種予約を選択 → 生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システムを選択

→ 「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を選択 → ログイン画面が表示されます(未登録の方もご予約できます)。

ビブリオバトル ①

5月11日(土)開催

今回はフリースペースでビブリオバトルを開催しました。気温が上がり暑い日でしたが、常連の方が来てくださり、3名でバトルを行いました！

最初に紹介された本は、「かわいい」と「グロテスク」が融合した独特の世界観が魅力の漫画『橙は、半透明に二度寝する』(阿部洋一／著 講談社)です。かわいらしい絵柄で描かれる日常の中に、当たり前のように非日常的なものが混ざっているのがおもしろいポイントだそうです。気に入っているエピソードについても熱く語ってくれました。

次に紹介された本は、『決定版 オークストラ楽器別人間学』(茂木大輔／著 中央公論新社)。あの有名人がオークストラで演奏をするならどんな楽器？ というコーナーでは、クッスと笑えること間違いなしです。

今回は、その世界観に惹かれて『橙は、半透明に二度寝する』がチャンプ本となりました。(松野)

ニッポンの文化探訪 ③

夏休みも間近に迫り、そろそろ出かける予定をたてたり、準備を始める頃でしょうか。子どもの頃はよくプールや虫捕りなど、強い日射しの中でも遊んでいましたが、今では少しでも涼しいように：と夕方や夜の時間帯に出かけるようになってしまいました。ですが、夜だからこそ楽しめる景色があるのをご存知でしょうか。

今回紹介する本は『夜城』。その名の通り、日本全国の城の夜景を集めた本になっています。

名古屋城や小田原城など、写真やTVで何回も見たことがあるはずの城が、夜になったというだけで印象ガラッと変わってしまうから不思議です。昼間に見える街並みが夜の闇に消え、まるでその城が隆盛を極めた時代にタイムトリップしたかのような感覚を味わえるのが魅力だと著者も語っています。

みなさんも夏休みには神秘的な夜城鑑賞を楽しんでみませんか。

(生盛)



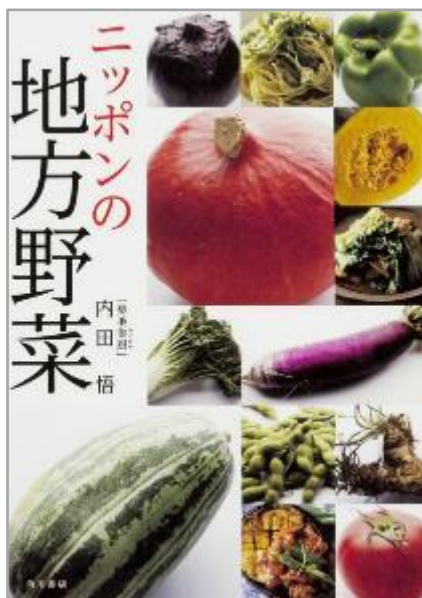
やよい TOPIX 本と出会う。

①



②

『ニッポンの地方野菜』
内田悟／著 KADOKAWA



こんな本もありますよ
『見てびっくり野菜の植物学』
ゲッチョ先生の野菜コレクション
山口
盛口満／文・絵 少年写真新聞社
『野菜ソムリエ公式ガイドブック 改訂版』
日本野菜ソムリエ協会／著

③

『夜城』
丸々もお・丸田あつし／著
世界文化社



④

『賢治の見た星空』
藤井旭／著 作品社



読書の窓

②

7月に入ると、夏の日差しを強く感じ、こう暑いと食欲も無くなってしまうすよね。7月28日はそんな夏バテに有効な野菜の記念日として、「なっば」と語呂を合わせた「葉っぱの日」という記念日があります。

私たちの健康を支えてくれる野菜の中に、地方で昔から作られている野菜があるのをご存知ですか。今回紹介する『ニッポンの地方野菜』には、地域の風土を活かした方法で栽培されてきた伝統野菜が、数多く載っています。例えば、葉菜類である春菊。奈良県で栽培されているものの中には、「大和菊菜」と呼ばれる伝統野菜があり、関東の春菊とはまた違った風味が楽しめます。また岡山県で栽培されている「雄町芹」というセリは、古くから名水と呼ばれる川の近くで作られていて、根っこまで美味しくていただけるのだとか。繊細な味を損なわないよう、包丁ではなく手で折る事がオススメだそうです。今年の夏を乗り切るために、日本で古くから大切に育てられてきた野菜の力をかりてみてはいかがでしょうか。(白藤)

再生館 セレクト ④

こちらのコーナーでは、あだち再生館のおすすめ講座と、講座に関する本を紹介します。

7月のおすすめ講座は、リサイクル体験講座「親子で天体望遠鏡作り」です。

今回紹介する『賢治の見た星空』では、宮沢賢治の小説や詩に出てくる星をめぐるエピソードが、素敵な写真とともに載っています。

賢治も見たであろう同じ星。手作りの天体望遠鏡で、ぜひ夏の星空を観察してみてください☆

夏休み特別講座「親子で天体望遠鏡作り」
■日時：7/28(日) 午前10時～正午
■対象：区内在住、在学の小学生と保護者
■内容：星座を観察する天体望遠鏡を作り、地球環境と宇宙について学ぶ。
■定員：20組(親子2人1組。抽選・当選者のみハガキで通知)
■費用：1組3,000円(材料費など)
■持物：セロテープ、木工ボンド、輪ゴム6本、はさみ、お手拭き
■申込：電話・窓口または住所、全員の氏名(フリガナ)、学年、電話番号、「天体望遠鏡作り」をハガキ・ファックスで送付
■期限：7/21(日) 必着
■場所・問い合わせ先：あだち再生館(月曜日、祝日休館)
〒120-0011 中央本町2-9-1
TEL: 3880-9800 FAX: 3880-9801

中央本町 お仕事まつり

8/29(木)開催！

「誰もがアーティスト！ 不思議で感動マジックアート」

セロハンやプラバンなどを用いて透明なマジックアート作品を作ります。ただ作るだけでなく作品を観察しどのような仕組みになっているか講師からの講義も行います。

8/29(木)

A：午後1時～1時50分

B：午後2時～2時50分

C：午後3時～3時50分

料金：800円

定員：各15人

対象：小中学生

※小学3年生以下は保護者同伴



「ミニミニ畳を作ろう」

糸と針を使わずに、接着したり、縁を付けたりなど畳を形成する作業を行います。難しい場合は、畳の切れ端を使ってコースター作りを行います。

8/29(木)

A：午後1時30分～2時

B：午後2時～2時30分

C：午後2時30分～3時

D：午後3時～3時30分

E：午後3時30分～4時

料金：510円

定員：各5人

対象：どなたでも

※保護者同伴可



「ファーストシューズのストラップ作り」

ファースト・ステップ・シューズとは赤ちゃんが立ち上がって、生まれて初めて第一歩を歩むときに履く靴を言います。実際に革のストラップを作ります。

8/29(木)

A：午後1時～2時20分

B：午後2時40分～4時

料金：1,310円

定員：10人

対象：小学生以上

※小学3年生以下は保護者同伴



「こども薬局で薬剤師体験」

薬剤師のお仕事を体験します。処方箋をもとにお菓子のお薬を集めたり、軟膏を混ぜたりします。薬剤師さんにお薬相談もできます。

8/29(木)

A：午後1時～1時15分

B：午後1時15分～1時30分

C：午後1時30分～1時45分

D：午後1時45分～2時

E：午後2時～2時15分

F：午後2時15分～2時30分

G：午後2時30分～2時45分

H：午後2時45分～3時

I：午後3時～3時15分

J：午後3時15分～3時30分

K：午後3時30分～3時45分

L：午後3時45分～4時

料金：無料

定員：各3人

対象：どなたでも

※兄弟は1組として受付

※就学前の子どもは保護者同伴



のびのびまなぼ～ 夏休み宿題広場

のびのびまなぼーは、勉強をしたい子どもたちのために開放している「夏休み特別自習室」です。家ではなかなか宿題がはかどらないと思ったら、まなぼーに来て勉強しよう！

期間

7月 7/22(月)～7/31(水)

(7/26・27・28 除く)

8月 8/19(月)～28(水)

(8/23・24・25 除く)

時間：午前10時～午後4時

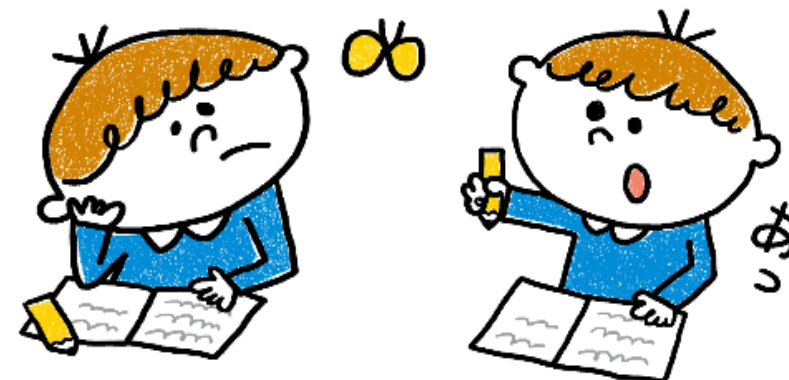
場所：中央本町センター2階

当日受付

※時間内は入室・退室が自由にできます。

※部屋は日時によって変わります。

当日窓口でご確認ください。



7/22～25と8/27・28は
高校生のお兄さんお姉さんが
宿題をみてくれるよ！

お仕事まつりも一般講座と同様に、7/26(金)から、窓口とお電話で募集開始します



中央本町住区センター
Tel.03-3852-1434
中央本町 3-15-1

◆悠々館◆
「ウクレレコンサート」
7/27 (土)
午後 1 時 30 分～
料金：無料

◆児童館◆
「子どもえんち」
7/12 (金)
午後 4 時 30 分～(無くなり次第終了)
※就学前の子どもは保護者同伴



青井住区センター
Tel.03-3852-3750
青井 5-11-40-101

◆悠々館◆
「歌声ボックス」
7/25 (木)
午後 1 時 30 分～

◆児童館◆
「こどもまつり」
7/20 (土)
午後 1 時 30 分～3 時
受付：午後 1 時 30 分～2 時 40 分
※就学前の子どもは保護者同伴



五反野コミュニティセンター
Tel.03-3886-2643
西綾瀬 2-1-13

◆悠々館◆
「夏野菜カレーと納涼カラオケ大会」
7/25 (木)
午前 10 時～
定員：30 人

◆児童館◆
「ふれあいコンサート」
7/6 (土)
午後 2 時～3 時
受付：午後 1 時 45 分～
※就学前の子どもは保護者同伴



弘道住区センター
Tel.03-3840-9354
弘道 2-16-1-101

◆悠々館◆
「弘道 de 脳トレ」
7/12 (金)
午前 10 時～11 時 30 分
対象：60 歳以上
定員：30 名

◆児童館◆
「サマーフェスティバル」
7/21 (日)
午後 1 時～3 時
対象：幼児以上



栗島住区センター
Tel.03-3848-3471
中央本町 4-5-2

◆悠々館◆
「スペシャル歌の広場」
7/19 (金)・29 (月)
午後 1 時～4 時

住区センター

地域の方が利用できる交流の場。遊びを通して子どもの成長を見守る児童館。趣味や健康づくりで豊かな生活を支援する悠々館。イベントの紹介です。



「海の生きものタッチプール」

夏休み期間中の特別企画。海へ行く機会が多いこの時期に、海の生き物の触り方や観察の仕方を実際に海水に手を入れ、生きものとふれあいながら解説します。
7/20 (土)～9/1 (日)
午前 10 時 30 分～正午
午後 1 時 30 分～3 時
対象：どなたでも
※就学前の子どもは保護者同伴
料金：無料 (別途入園料)
場所：観察展示室

イベント情報

足立区生物園

【足立区生物園】
〒121-0064 足立区保木間 2 丁目 17-1
TEL: 03-3884-5577 FAX: 03-3884-8996 HP: <http://seibutuen.jp>



ギャラクシティ GALAXCITY

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

オトナのフリースタイルフットボール PARK

7月26日(金)午後7時～午後8時

HIRO-K
オリジナルムーブ(技)も伝授しますよ。

未経験も大歓迎!!

フリースタイルフットボール
世界王者 HIRO-K による
大人向けの教室を開催!

参加費:2,000円
定員:20名
対象:高校生以上
講師:HIRO-K
場所:地下2階
特設:フットボール

この夏、ギャラクは夜までワクワクが止まらない。

放課後
がんばるウォール
Let's experience sports climbing!

大人気「がんばるウォール」を
平日の夕方にも体験!!

アジアユース選手権2018優勝
中村真緒選手

土日にやっているがんばるウォールが、平日水・木・金
午後4時～午後6時まで体験できるようになりました!

定員:32名(定員になり次第終了) 料金:無料 申込:直接会場へ

※スカートではご利用いただけません。また必ず運動靴でご利用ください。
(素足/スポーツサンダル/革靴/ビジネスシューズ/パンプス/長靴などは不可)
※開催日時などが変更となる場合がございます。
※最新情報はホームページにてご確認ください。
※写真はギャラクシティで行ったイベント時のもので講師は中村選手ではございません。

まるちたいけんドーム

天体物理 × 音楽 = ぶう吉!?

8月3日(土)午後7時～午後8時30分
宇宙の話と音楽と…
ぶう吉アコースティックライブ

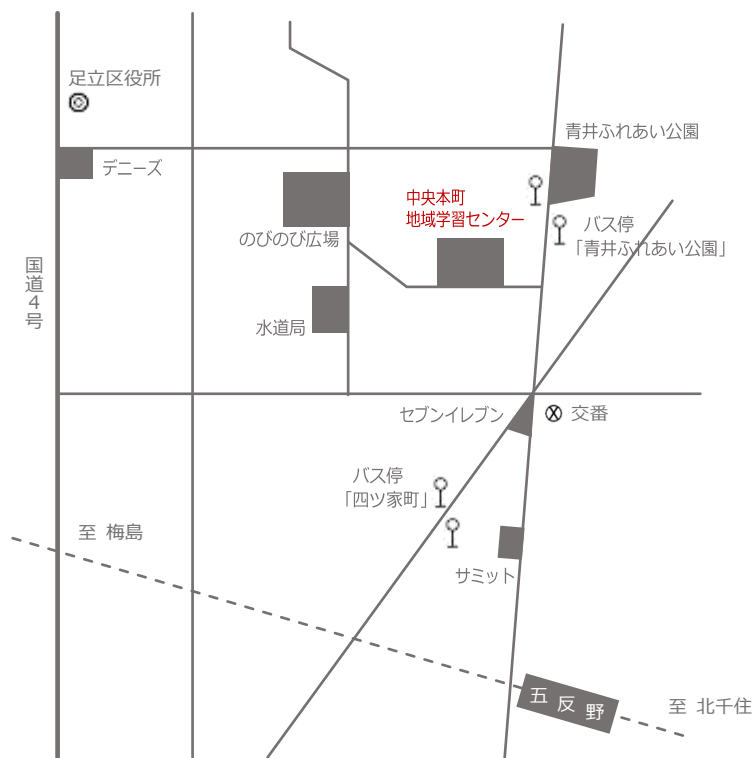
【定員】170名 【対象】小学生以上 ※小中学生は保護者同伴
【料金】大人500円 小中高生100円 ※年間パスポート・1日券利用不可。
【申込】電話または窓口(1階図書受付カウンター)
受付時間 午前9時～午後8時(休館日をのぞく)

東京大学大学院で物理学を学び修士号を獲得、その後は世界でも活動するアコースティックギタリスト!!
異色のアーティスト・ぶう吉によるサイエンス&ミュージックコンサートを開催!!
在学中に研究していた、今最も話題のブラックホールの話も、落研出身らしく旨味たっぷり聞かせてくれるでしょう!
ぶう吉にしか実現不可能な唯一無二のマルチワールドを是非、お楽しみください。

【住 所】〒123-0842 東京都足立区栗原 1-3-1
【アクセス】東武スカイツリーライン西新井駅下車、東口から徒歩3分
【開館時間】午前9時～午後9時30分(こども体験エリアは午後6時まで)
【休 館 日】毎月第2月曜(祝日の場合は翌日、8月は休館日なし)、元日 ※1・3・5月に選抜休館あり

【お問い合わせ】Tel 03-5242-8161 Mail info@galaxcity.jp
最新情報・詳細は WEB へ! [Q ギャラクシティ](#) 検索
イベント内容は変更になる可能性があります。あらかじめご了承ください。

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。



◆東武スカイツリーライン五反野駅より徒歩約10分◆足立区コミュニティバス「はるかぜ」バス停〔青井ふれあい公園〕下車2分◆東武バスバス停〔四ツ家町〕下車5分

足立区中央本町地域学習センター・体育館・やよい図書館
「オアシス」2019.7月号 vol. 369 (毎月1日発行)

休館日／(センター) 7/8 (月) (図書館) 7/8 (月)・31 (水)

発行／中央本町地域学習センター・やよい図書館

発行所／〒121-0011 東京都足立区中央本町 3-15-1

中央本町地域学習センター TEL03-3852-1431

やよい図書館 TEL03-3852-1433

mail chuolcc-ys@zc.wakwak.com

責任／ヤオキン商事株式会社

Twitter



HP



Facebook



LINE



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