

2025年7月号

# オアシス

【特集】夏休み子ども向け事業のご紹介 p2-p4



おしごとらんど in 中央本町  
「子ども薬局で薬剤師体験」前回開催時のようす。

## 特集

# 夏休み子ども向け事業のご紹介

皆さんが待ちに待った夏休み。中央本町地域学習センターでは、子どもたちの夏休み期間中に合わせた取り組みを予定しています。勉強のできるスペースの開放、思い出作り、自由研究や宿題にも役立つ講座を行います。

また当館は、熱中症対策のための暑さをしのぐ場としてクーリングシェルター・TOKYO クールシェアスポットにも指定されています。お気軽にご利用ください♪



▲中央本町地域学習センター  
キャラクター「ちゅう」

## 中高生向け学習スペースの提供

今年度より空き室を活用して、中高生向けに勉強や読書が行える学習スペースを開放予定です。室内では軽い飲食も可能です。  
※空き状況については、前日の夜8時以降に確定します。くわしくは学習センターのホームページやSNSでご確認ください。

【期間】7/21（月・祝）～8/31（日）

※休館日を除く

【時間】午前9時～午後12時30分

午後1時～午後5時

【対象】区内在住又は在学の中学生・高校生

【受付方法】当日受付



▲ほかにも2階のフリースペースは、開館時間中どなたでもご利用できます。

## 夏休み子どもの居場所事業

足立区では昨年より、夏休み期間中の子どもたちに向けて学習センターの一部を子どもの居場所として開放しています。

読書や勉強、夏休みの宿題、カードやゲームなどにもご利用いただけます。入退自由ですので、ぜひお越しください！

【期間】7/22（火）～8/29（金）

※土日祝日・休館日を除く

【時間】午前9時～午後5時

【対象】区内在住の小学生

【受付方法】当日受付

【会場】中央本町地域学習センター 2階 第2学習室



▲室内ではWi-Fiが自由に使えます。

## あだちワークわーく in summer

「こどもまんなか社会」の実現に向けた事業の1つとして、夏休み期間、子どもたちにスポーツや文化、体験活動へ気軽に参加してもらえるよう足立区内での体験講座や施設の無償化を実施します。

夏休みの自由研究に役立つ体験と、将来の夢や仕事につながる体験にかかわる講座の受講料が無料となります。

中央本町地域学習センターで開催される講座では、お仕事体験やおしごとらんど、プログラミング講座が対象となります。そのほか、期間中の体育館個人利用が無料でご利用いただけます。

【期間】7/21（月・祝）～8/31（日）

【対象】18歳以下の方



▲このアイコンが目印！

P4にも一部紹介しています→

## 体育館個人利用について

定例の種目のほか、団体利用枠で8日前までに予約のない時間帯は、種目4種（卓球・バドミントン・バスケットボール・ビーチボールバレー）の中から先着で個人利用ができます。

- 種目指定の当日受付制。
- 開始時間10分前から1階窓口にて受付。
- 持ち物：運動着（ジーパン・キュロット等不可）、室内シューズ着用

※中学生以下の夜間利用は、16歳以上の保護者同伴をお願いします。（高校生でも可）

※種目の組み合わせや混雑状況により、抽選を行う場合やお断りする場合があります。ご了承ください。



◀毎月の定期開催される個人利用予定は中央本町地域学習センターホームページからご覧になれます！

1階には水筒などのマイボトルに給水できる冷水機が設置されています。運動時には熱中症対策に、こまめに水分補給をしましょう。



▲ボトルを入れると給水されます！

## 夏休み無償化講座ピックアップ

いずれも現在、受付中！



中央本町地域学習センターで開催される「あだちワークワーく in summer」対象の無償化講座の中からおすすめのものをご紹介します。申し込み、お問い合わせは中央本町地域学習センターまで。

## こどもおしごとらんど

2025

in 中央本町

「こどもおしごとらんど」では、様々な職種で実際に働いている人から話を聞いたり、仕事の体験をしたりできます。「楽しかった！」だけでなく、リアルな体験から未来へ向かう力を育みます。

### 「こども薬局で薬剤師体験」

「こども薬局」で薬剤師さんのお仕事体験をします。処方箋をもとにお菓子のお薬を集めたり、軟膏を混ぜたりしてみましよう。薬剤師さんにお薬の相談もできますよ。

※自館のみでの受付。

日時：8/2（土） ※各回 15分

- |                |                |
|----------------|----------------|
| A：午後 1 時～      | G：午後 2 時 30 分～ |
| B：午後 1 時 15 分～ | H：午後 2 時 45 分～ |
| C：午後 1 時 30 分～ | I：午後 3 時～      |
| D：午後 1 時 45 分～ | J：午後 3 時 15 分～ |
| E：午後 2 時～      | K：午後 3 時 30 分～ |
| F：午後 2 時 15 分～ | L：午後 3 時 45 分～ |

対象：どなたでも(就学前の子どもは保護者同伴)  
定員：各 4 人  
料金：無料



▲お菓子のお薬を集める様子



### 中央本町お仕事体験 「カフェテラス絵瑠座でカフェ店員」

カフェテラス絵瑠座で給仕体験をします。子どもたちが店員になって、お客さん役の保護者を接客します。

日程：8/25（月）  
午後 2 時～3 時

対象：小学生と保護者  
定員：4 組 ※1 組 2 人まで  
料金：無料  
場所：カフェテラス絵瑠座(弘道 1-27-1)



▲飲み物を注ぐ様子



▲コーヒーを運ぶ様子

# 今月の講座情報

7/26（土）  
募集開始

7月に当日受付で開催される講座と、7月26日（土）から事前申込が始まる講座の一覧です。ぜひご参加＆お申込みください。

問合せ 03-3852-1431（センター）、03-3852-1433（図書館）

申込方法 窓口・電話・インターネット

受付時間 ●電話 午前 9 時～午後 8 時

●他館窓口・他館電話・インターネット 26 日午後 1 時～ ※申込受付初日のみ



当館 HP の講座案内ページに、各講座の詳細を掲載するのでぜひご覧ください。

### インターネットからの予約方法

足立区ホームページ → 「電子申請や郵送などでもできる手続き」 → 「講座予約システム（生涯学習施設・スポーツ施設）」 → 「講座予約システム（外部サイトリンク）」 → ログイン画面  
※未登録の方もご予約できます。

アイコンは可能な申込方法を表示しています。



### 〈一般向け/子ども・親子向け/どなたでも〉

#### 一般向け



#### 中央本町将棋サロン

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。



日時：8/14・28 各（木）  
午後 6 時～9 時

対象：16 歳以上  
定員：各 16 人  
料金：1 回 200 円

#### ヘルシーエクササイズ（10 日制）

ストレッチで体をほぐし、音楽に合わせてエアロビクスなどを行います。



日時：9/1～12/22 毎（月）  
※9/8・15、10/13、11/3・10・24、12/8 を除く  
午前 10 時～11 時 30 分

対象：16 歳以上  
定員：25 人  
料金：5,400 円

#### 楽しく健康づくり太極拳

太極拳の基本の動きを覚えながら、深い呼吸とゆったりした動きで、足腰の筋肉を鍛えてバランス感覚を養います。



日時：9/1・15・22・29 各（月）  
午後 3 時 30 分～4 時 30 分

対象：16 歳以上  
定員：各 40 人  
料金：1 回 560 円

#### 楽に生活できる体づくり ロコモ体操（8 日制）

ロコモ体操で無理なく楽しく運動に関する器官の健康を維持しましょう。



日時：9/4～12/18 第 1・3（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：4,320 円

#### お家でできる筋力 UP エクササイズ（8 日制）

お家でも続けられる、自体重やペットボトルなどを使った筋力トレーニングを行います。



日時：9/10～12/24 第 2・4（水）  
午後 1 時 30 分～2 時 30 分

対象：16 歳以上の方  
定員：20 人  
料金：4,880 円

# 今月の講座情報

7月に当日受付で開催される講座と、7月26日(土)から事前申込が始まる講座の一覧です。ぜひご参加&お申込みください。

講座の  
スズメ

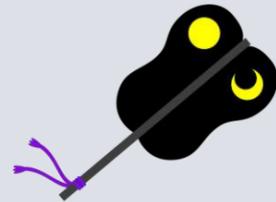
## 「相撲甚句」入門(3日制)

日本の伝統芸能を体験しよう!

相撲甚句に興味のある方、この機会に始めてみませんか?  
第1回は相撲甚句の歴史や声の出し方などを学び、  
第2回と第3回で実際にサークルの方々と簡単な相撲甚句を唄っていただきます。



日時: 9/22~10/6 毎(月) 午後1時30分~3時30分  
対象: 16歳以上 定員: 10人 料金: 無料  
講師: 中央本町センター登録団体「東京足立相撲甚句会 中央」  
場所: 中央本町地域学習センター 2階 第2学習室



## 子ども・親子向け



### 小中学生放課GOプログラミングワークタイム

micro:bit(マイクロビット)を使って、放課後、自由に自分だけのプログラミングを作って遊んでみましょう!



日時: 8/8~29 毎(金) 午後3時~6時  
対象: プログラミングひろば参加経験者  
定員: 各4人  
料金: 無料

### 親子サロン ふれあい体操&ちよこつとブロック

親子で楽しく体操やブロックを使った指先運動を体験します。



日時: 9/2(火) 午前10時30分~11時30分  
対象: 就学前の子どもと保護者  
定員: 5組  
料金: 100円

### 中高生放課GO 体育館

中高生を対象に体育館を開放します。放課後のスポーツを楽しんでみましょう!



日時: 8/8(金) バドミントン  
8/22(金) バスケットボール  
午後3時30分~6時  
対象: 中高生  
定員: 各25人  
料金: 無料

### こども体操第3期A・B(8日制)

先生の元気なかけ声や音楽に合わせて楽しく運動しましょう。苦手な種目にどんどんチャレンジ!



日時: 9/2~10/28 毎(火) ※9/23除く  
A: 午後3時30分~4時30分  
B: 午後4時40分~5時40分  
対象: A: 4歳~就学前の子ども  
B: 小学生  
定員: 各40人 料金: 3,440円

### 親子でやってみよう知育・体操(5日制)

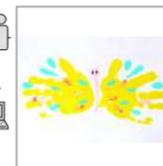
マット運動や鉄棒、かけっこなどを動かすことを楽しみながら基礎的な運動能力を養います。



日時: 9/5~10/3 毎(金) 午前10時~11時  
対象: 2~3歳の子どもの保護者  
定員: 35組  
料金: 3,600円

### ママサロンでかんたん工作タイム

畳のスペースで、ものづくりの体験を乳幼児とママで体験してみましょう。



日時: 9/4(木) 午前10時30分~正午  
対象: 就学前の子どもと母親  
定員: 6組  
料金: 100円

### インドカレー店BINITAでアイスクリーム作り

ナン生地を伸ばし、焼き上げます。焼いたナンにアイスクリームとトッピング用食材でデコレーションしましょう。



日時: 9/20(土) 午後2時55分~4時30分  
対象: 4歳以上 (小学生以下は保護者同伴)  
定員: 6組(1~3人) 料金: 960円 (2人:1,920円、3人:2,880円)  
場所: BINITA 青井店(青井3-5-26-102)

## どなたでも



### おもちゃの病院

壊れたおもちゃをお医者さんが修理します。



日時: 8/17(日) 午後1時~4時  
対象: どなたでも  
定員: 16人  
料金: 無料

### 俳句と短歌のサロン

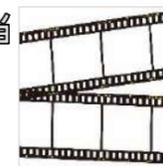
日々の風景や想いを言葉にして詠みましょう。おしゃべりをしながら楽しく参加できます。



日時: 8/17(日) 午後2時~4時  
対象: どなたでも  
定員: 10人  
料金: 無料

### 人権啓発上映会

午前、午後、夜間の3回に分けて、人権に関する上映会を行います。人権について考えてみましょう。



日時: 8/18(月)  
1回目: 午前11時~11時40分  
2回目: 午後2時~2時40分  
3回目: 午後6時~6時40分  
対象: どなたでも  
定員: 各8人 料金: 無料

### 歌声サロン「懐かしの音楽を歌おう」

昭和の歌など懐かしのメロディーと一緒に歌いながら、ピアノに合わせて楽しく声を出してみましょう。



日時: 9/7(日) 午後1時~2時30分  
対象: どなたでも  
定員: 30人  
料金: 550円

### 認知症と向き合う「認知症サポーター養成講座」

認知症とは何か、基本的なことを学びながら皆で向き合ってみませんか?



日程: 9/28(日) 午後1時~3時30分  
対象: どなたでも  
定員: 20人  
料金: 無料

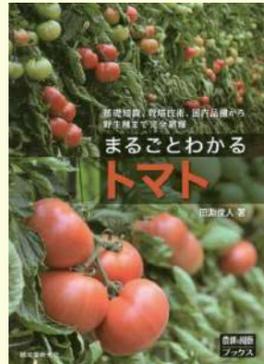
# やよい INFORMATION



▲やよい図書館キャラクター「にやよい」

## YAYOI TOPICS

テーマに合わせたオススメの本を紹介するコーナーです。7月のテーマは「夏野菜」♪



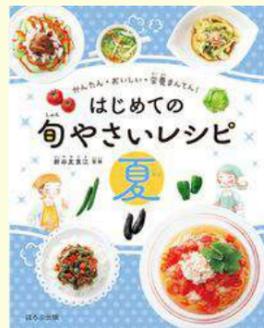
『まるごとわかるトマト』  
田淵 俊人/著 誠文堂新光社

### トマトの秘密、ぎゅっと詰まってる！

サラダやスパゲッティ、加工品のソースやケチャップなど、様々な料理に使われている野菜、トマト。なぜトマトは世界の人気者になったのでしょうか。

この本には、トマトの歴史や基礎知識、栽培方法、栽培品種の祖先である野生種についてなど、奥深い知識がたくさん詰まっています。

何気なく食べているトマトの隠れた魅力を知ることができる本です。

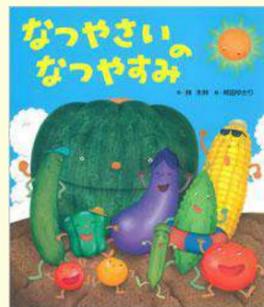


『はじめての旬やさいレシピ 夏』  
新谷 友里江/監修 ほるぷ出版

### 夏野菜を美味しく食べよう♪

旬の野菜は栄養満点で、体に良いと言われています。夏野菜を楽しく調理して、おいしく味わってみませんか？

本書では、トマト、きゅうり、なす、ピーマン、レタスの5つの野菜を使ったレシピをたっぷり掲載！トマトのはちみつレモンあえやきゅうりの一本づけといった、火を使わない簡単なものから、レタスの肉巻きのような手の込んだ料理まで、難易度別に紹介されています。子どもでも安心して挑戦できるレシピがいっぱいの1冊です。



『なつやさいのなつやすみ』  
林 木林/作 柿田 ゆかり/絵  
ひかりのくに

### ユーモアたっぷり！夏野菜の絵本

夏の畑に夏休みがやってきました！夏野菜たちは、たらいのプールではしゃいだり、歌って踊って遊んだり。その様子が、ページいっぱいに広がるカラフルなイラストで描かれています。くすくと笑えるダジャレが魅力的で、リズムカルな文章は声に出して読むのも楽しいです。「お子さんに野菜を食べてほしい！」というパパやママにもオススメの絵本です。シリーズもあるので、合わせて読んでみてくださいね。

## 今月の図書館イベント

おはなし会はすべて当日受付・無料です。

▼やよい図書館キャラクター「べんさん」



### 親子おはなし会～プチピクス～

絵本の読み語りの後、リズム体操の体験ができるおはなし会です。



日時：7/2（水）  
午前11時～11時30分  
対象：0～2歳  
定員：8組

### たなばたおはなし会

大型絵本の読み語りや、暗い所で光るブラックパネルシアターで、たなばたにピッタリなお話をお届けします。



日時：7/5（土）  
午後3時～4時  
対象：幼児～小学生  
定員：15人

### おはなし会

季節やテーマに沿った絵本や紙芝居の読み語りをを行います。



日時：7/9・23（水）  
午後3時30分～4時  
対象：幼児～小学生  
定員：各15人

### あかちゃんおはなし会

赤ちゃんと一緒に絵本を読んだり、手遊びをしたりして楽しめます。



日時：7/17（木）  
①午前10時30分～10時50分  
②午前11時～11時20分  
7/24（木）  
午前11時～11時20分  
対象：0～3歳 定員：各8組

### 親子おはなし会～プチ体操～

オリジナルの紙芝居を聞きながら、一緒に運動や手話を楽しみましょう。



日時：7/19（土）  
午後3時～4時  
対象：3歳～小学生  
定員：15人



◀やよい図書館キャラクター「あおのすけ」

## にやよいのイチオシ!



特にオススメのイベントを紹介します。

## 「中高生ティーンズボランティア」募集!

やよい図書館では、中高生のボランティアを募集しています。オススメの本の紹介POPを書いたり、棚の飾りつけをしたり、やよい図書館のティーンズコーナーを盛り上げるお手伝いをさせていただきます。

図書館が好きな人、ボランティアをしてみたい人、他校の友だちを作りたい人……大歓迎です♪

詳しくはやよい図書館までお問い合わせください。

日時：7/29（火）・30（水）  
午後1時30分～4時30分

対象：中学生・高校生 定員：各5人

申込：事前申込制（カウンター  
または☎03-3852-1433）

7/1（火）から受付開始です☆  
ぜひ参加してください!



▲ティーンズコーナー



▲ボランティアの活動の様子

講座開催報告

## 春のソプラノコンサート 声楽の調べ

### 中央本町地域学習センターに響き渡るソプラノ

4/20(日)に2階のレクホールにて「春のソプラノコンサート」が開催されました。昨年開催された、ゴタンノオトにもご出演いただいた声楽家の須能愛さんが登場。誰でも知っている歌やオペラの名曲の数々を披露していただきました。季節感のある春にまつわる曲は、ご来館いただいたお客様にも大変ご好評いただきました。



▲コンサートの様子



▲出演者の須能愛さん

### 足立区内他施設イベント情報

#### 足立区生物園

## 挑戦！チョウの標本！

標本作りの方法を学び、オリジナルのチョウの標本作りに挑戦しよう！

※パネル展示です。

日時：7/1(火)～8/31(日)

対象：どなたでも ※未就学児は保護者同伴

費用：無料(別途入場料)

場所：1階 チョウの飼育室前



▲チョウの標本作りについて学ぼう！



◀その他イベントなど、生物園HPをチェック！

〒121-0064 足立区保木間2丁目17-1  
TEL: 03-3884-5577



# 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

まるちたいけんドーム

大人のための  
プラネタリウム

まるちたいけんドーム解説員がセレクトした  
音楽をプラネタリウムでお楽しみください。

## ミュージック・プラネタリウム Music Planetarium

2025年7月25日(金)

午後7時30分～午後8時10分(開場:午後7時20分)

料金:大人500円 高校生100円

対象:高校生以上

定員:170人 ※車いす2席 栈敷席の使用は不可

申込:当日午前9時より1階総合受付でチケットを販売(先着順)

年間  
パスポート  
1,500円

プラネタリウムが見放題!  
「星とピアノ」も見られますよ!

一部、適用外イベントがございます。



詳細はこちら

こども未来創造館

## 段ボールで ビー玉迷路を 作ろう!

2025年  
7月29日(火)  
午後2時～午後4時



## 押し花で作る カラフルしおり

2025年  
7月30日(水)  
午後2時～午後3時

対象:小学生(小学3年生以下は保護者同伴)  
定員:各10人  
申込:申込受付中  
講師:足立区環境情報プラザ 職員

無料

主催:ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂 共催:足立区環境情報プラザ

西新井文化ホール

## 足立区民合唱団 第65回定期演奏会

2025年7月27日(日) 午後2時開演(午後1時30分開場)

混声合唱組曲  
「海の構図」小林 純一 作詩/中田 喜直 作曲

少年少女のための合唱組曲:上州のうた

「風の馬にとびのって」中村 千榮子 作詩/岩河 三郎 作曲

ジブリ名曲集

天空の城ラピュタより「君をのせて」

となりのトトロより「となりのトトロ」「さんぽ」

魔法の宅急便より「やさしさに包まれたなら」

耳をすませばより「カントリー・ロード」

ハウルの動く城より「世界の約束～人生のメリーゴーランド」

指揮 坂本 和彦 ピアノ 奥谷 恭代



チケット  
販売中

一般1,000円  
4歳～高校生以下  
500円  
全席自由・税込

主催:足立区民合唱団 共催:▲足立区 後援:足立区合唱連盟

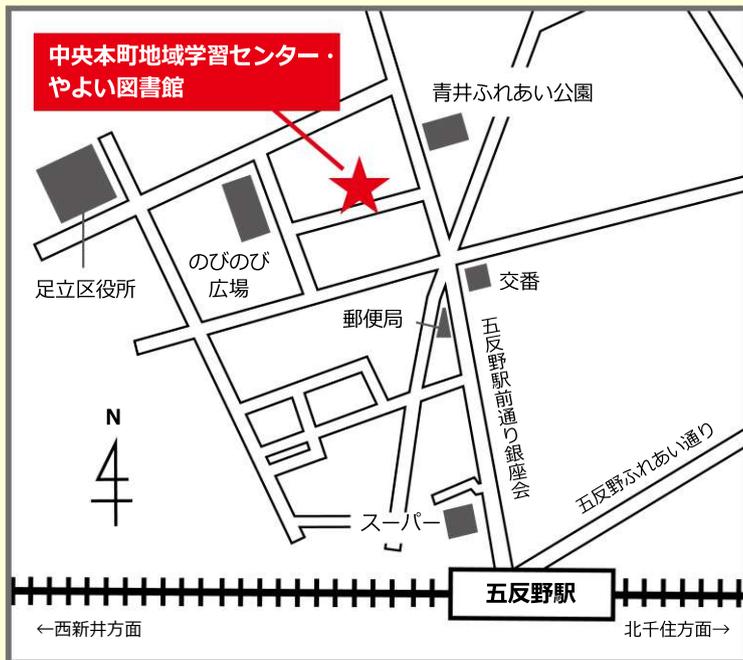
【住 所】〒123-0842 東京都足立区栗原1-3-1  
【アクセス】東武スカイツリーライン「西新井駅」東口から徒歩3分  
【開館時間】午前9時～午後9時30分(こども体験エリアは午後6時まで)  
【休 館 日】毎月第2月曜(祝日の場合は翌日、8月は休館日なし)、元日 ※1・3・9月に連日休館あり  
【お問い合わせ・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

最新情報・詳細はWEBへ!  検索

※イベントが中止または内容変更になる場合がございます。  
※イベント・公演について、受付終了・チケット完売の際は  
ご了承ください。



公式ホームページ



## 【アクセス】

### ○電車

- 東武スカイツリーライン「五反野駅」より徒歩 10 分
- つくばエクスプレス「青井駅」より徒歩 15 分

### ○バス

- 「北千住駅」より東武バス北 11 系統「四ツ家町」下車 徒歩 5 分
- コミュニティバスはるかぜ 1 号（西新井・綾瀬線）「青井ふれあい公園」下車 徒歩 3 分

■駐車場 18 台（障がい者スペース 1 台）

オアシスはパソコンやスマートフォンで読むことができます！



中央本町地域学習センターのホームページにアクセス！



下にスクロールするとミニコミのコーナーがあります！



見やすい大きさに拡大して見てね！

## 「オアシス」7月号(毎月1日発行) vol. 441

発行/足立区中央本町地域学習センター・体育館・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 Tel : 03-3852-1431

Fax : 03-3852-1143

Mail : chuolcc-ys@zc.wakwak.com

やよい図書館

Tel : 03-3852-1433

開館/中央本町地域学習センター：午前9時～午後9時30分

やよい図書館：午前9時～午後8時

受付/午前9時～午後8時

責任/ヤオキン商事株式会社

### 【休館日】

中央本町地域学習センター 7/14 (月)

やよい図書館 7/14 (月)・31 (木)

HP



SNS



中央本町地域学習センター

検索

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。