

TAKE FREE

足立区中央本町地域学習センター・やよい図書館 地域情報紙

2026 年 1 月号

オアシス

【特集】気軽に！気楽に♪当日受付講座特集 p2- p3

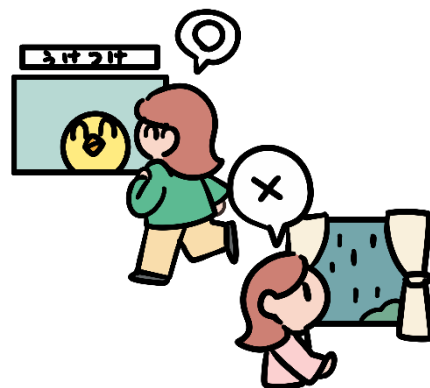


1月カレンダー p4、講座紹介 p5- p7、やよい INFORMATION p8- p9、予約システムをリニューアルします！施設編 p10
足立区生物園イベント情報 p10、ギャラクシティNEWS p11

気軽に！気楽に♪ 当日受付講座特集

中央本町地域学習センターの講座の中には、事前予約が必要なく、当日に受付して参加できるものがあります。今月の特集ページでは、そんな当日受付講座を一挙ご紹介します。

当日受付講座の
いいところ



当日受付の講座は予約が不要なので、思い立ったらすぐに参加できます。また当日の体調不良など、急に都合が悪くなくてもキャンセルがいらなくてもメリットの1つです。

楽しく健康づくり太極拳

どなたでも楽しく太極拳の基本の動きを覚えながら、ゆったりした動きで、足腰の筋肉を鍛えバランス感覚を養います。体を動かして体力向上と健康づくりに役立てましょう！

日時：1/5・19・26、2/2・16、
3/2・16・23・30（月）
午後3時30分～4時30分
（受付開始午後3時15分）

対象：16歳以上
定員：各40人

料金：560円

持ち物：動きやすい服装、室内用運動靴、
汗拭きタオル、飲み物（フタ付き
容器）、荷物をまとめる袋

場所：体育館

※1階窓口にて受付後、体育館に入
場していただきます。



▲にやよい
やよい図書館の
キャラクター

▲ちゅお
中央本町地域学習
センターのキャラ
クター

中央本町将棋サロン

当日集まった皆さんで交流しながら将棋をします。発想によつ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：毎月第2・第4木曜日
午後6時～9時

1月開催日：1/8・22

対象：16歳以上

定員：各16人

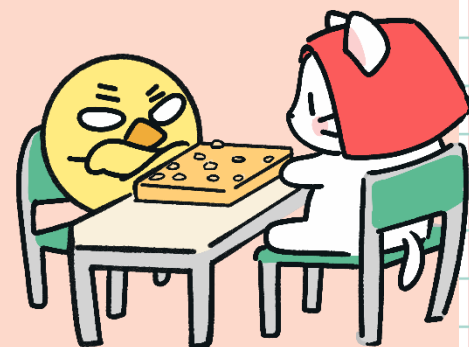
料金：1回200円

（70歳以上の方・障がい者手帳を
お持ちの方は140円）

場所：第2学習室

※1階窓口にて受付後、第2学
習室に入場していただきます。

備考：将棋教室ではありません。将棋
ができる方で集まって交流戦を
するサロンです。



小中学生放課GOプログラミング工作タイム

プログラミングひろばでマイクロビットの使い方を覚えた方向けに、工作室を開放してマイクロビットのキットを貸し出します（先着4キット）。放課後、マイクロビットを使った工作など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：毎週金曜日

午後3時～5時

1月開催日：1/9・16・23・30

対象：プログラミングひろば

参加経験者

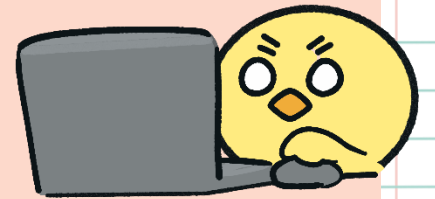
定員：各4人

料金：無料

場所：工作室

※1階窓口にて受付後、工作室に入
場していただきます。

備考：プログラミングひろばについては
講座情報ページに掲載されています。



中高生放課GO体育館

中高生の居場所づくりとして体育館半面を開放します。種目はバドミントンとバスケットボールを行います。放課後のスポーツを楽しんでみましょう！

日時：毎月第2・第4金曜日

午後3時30分～6時

（バドミントンが第2金曜日

バスケが第4金曜日）

1月開催日：1/9（バド）・23（バスケ）

対象：中高生

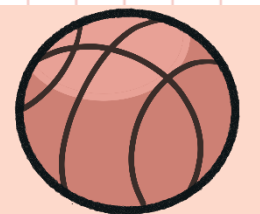
定員：各25人

料金：無料

持ち物：動きやすい服装、室内用運動靴

場所：体育館

※1階窓口にて受付後、体育館
に入場していただきます。



おもちゃの病院

持参されたおもちゃを、ボランティアのおもちゃドクターが修理します。

日時：毎月第3日曜日

午後1時～4時

1月開催日：1/18

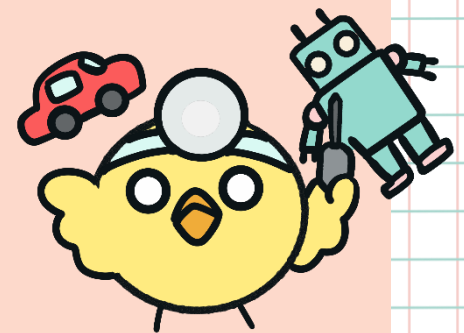
対象：どなたでも

定員：16人

料金：基本無料（おもちゃによっては費用
がかかります）

場所：工作室

備考：ゲーム機などの精密機器やぬい
ぐるみなどの修理はできません。



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：毎月第3月曜日

1回目：午前11時～

2回目：午後2時～

3回目：午後6時～

※終了時間は放映するDVD
によって変わります。

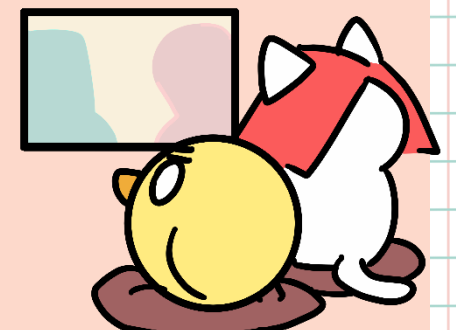
1月開催日：1/19

対象：どなたでも

定員：各8人

料金：無料

場所：教養室



1

月のカレンダー

中央本町地域学習センターと、やよい図書館で行う講座などのイベントのカレンダーです。休館日や施設・講座の予約開始日も掲載しているので、ぜひご活用ください。


月	火	水	木	金	土	日
12/29	12/30	12/31	1	2	3	4
←-----年 末 年 始 休 館-----→						歌声サロン 体育館個人利用 午後 5 時受付終了 午後 6 時閉館
5	6	7	8	9	10	11
ヘルシーエクササイズ 楽しく太極拳 図書館イベント 「にやよいの お正月」スタート		わいわいエアロビクス フェルデンクライス スポーツ広場 体育館個人利用 親子おはなし会 ～プチピクス～	ママサロン ナイトヨガ B 将棋サロン	親子サロン フライデーHIPHOP 放課 GO プログラミング 放課 GO 体育館 (バド)	楽しく英会話 えほんカルタ	体育館個人利用
12 (祝)	13	14	15	16	17	18
	休館日 	わいわいエアロビクス 筋力 UP エクササイズ フェルデンクライス スポーツ広場 体育館個人利用 おはなし会	ロコモ体操 ナイトヨガ A あかちゃんおはなし会	フライデーHIPHOP 放課 GO プログラミング	韓国語入門・初級 東京電機大学連携講座 楽しく英会話 無料公開日 親子おはなし会 ～プチ体操～	俳句と短歌のサロン おもちゃの病院
19	20	21	22	23	24	25
ヘルシーエクササイズ 楽しく太極拳 人権啓発上映会	こども体操 A・B チューズデーHIPHOP	わいわいエアロビクス はつらつ体操 フェルデンクライス スポーツ広場 体育館個人利用	ナイトヨガ B 将棋サロン あかちゃんおはなし会	フライデーHIPHOP 放課 GO プログラミング 放課 GO 体育館 (バスケ)	韓国語入門・初級 楽しく英会話	プログラミングひろば
26	27	28	29	30	31	2/1
ヘルシーエクササイズ 古典文学講座 楽しく太極拳	こども体操 A・B チューズデーHIPHOP	筋力 UP エクササイズ フェルデンクライス スポーツ広場 体育館個人利用 おはなし会	ロコモ体操 ナイトヨガ A	図書館休館日  フライデーHIPHOP 放課 GO プログラミング	楽しく英会話	

赤字→当日受付講座・イベント 青字→事前受付講座・イベント

体育館個人利用→種目によって体育館を当日に個人で利用できる枠がある日

無料公開日→毎月第 3 土曜日はあだち家族ふれあいの日、トレーニングルームと個人利用が無料になります。

※カレンダーの内容は変更になる場合もございます。あらかじめご了承ください。



中央本町センター
HP はこちら

今月の講座情報

1/26(月)
 募集開始

2 月に当日受付で開催される講座と、1 月 26 日（月）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）

申込方法

窓口・電話・インターネット

受付時間

●窓口電話 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

インターネットからの予約方法

令和 7 年 10 月 26 日から新講座予約システムへリニューアルしました。新システムへは、二次元コードを読み取って入ることができます。初めてインターネット予約をする際には利用者登録が必要になります。



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〉

 窓口
  電話
  インターネット
  当日受付

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：2/12・26 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

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：2/2・16 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

やってみようパドルテニスサークル体験（2 日制）

気軽にできるパドルテニスの面白さを知っていただき、健康づくりに役立てていきましょう。



日時：3/19・26 毎（木）

午後 12 時 30 分～3 時

対象：16 歳以上のスポーツ経験者

定員：5 人

料金：20 円（保険料）

登録団体：中央本町パドルテニスクラブ

子ども・親子向け




小学生放課 G O プログラミング工作タイム

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：2/6～27 毎（金）

午後 3 時～5 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

4

5

1/26(月)
募集開始

今月の講座情報

2月に当日受付で開催される講座と、1月26日(月)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。申込方法は5ページをご覧ください。

アイコンは可能な申込方法を表示しています。

〈子ども・親子向け/どなたでも〉

窓口 電話 インターネット 当日受付

子ども・親子向け



プログラミングひろば「マイクロビットであそぼう」

micro:bit(マイクロビット)を使って、楽しくプログラミングを学びましょう。



日時：2/22(日)
初心者：午後1時～3時
バッジ所有者：午後3時～5時
対象：小・中学生
定員：各4人
料金：無料

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みましょう！



日時：2/13(金) バドミントン
2/27(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

ママサロンでかんたん工作タイム「足形スタンプアートでおひなさま」

すくすく育つように祈りをこめたおひなさまの足形スタンプで、かわいい成長記録を残しましょう♪



日時：3/5(木)
午前10時30分～正午
対象：就学前の子どもと保護者
定員：6組
料金：100円



親子サロン ふれあい体操 & ちょこっとブロック

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：3/6(金)
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

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：2/15(日)
午後1時～4時
対象：どなたでも
定員：16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：2/16(月)
1回目：午前11時～11時30分
2回目：午後2時～2時30分
3回目：午後6時～6時30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：3/1(日)
午後1時～2時30分
対象：どなたでも
定員：30人
料金：550円



講座についている「ぷち」マークは、子育て中のパパ・ママが、日常生活の中にちょっと「文化芸術」「読書」「運動・スポーツ」を取り入れて自分の興味や都合に合わせて選べる「ぷち」プログラムのマークです。ぜひお気軽にご参加ください。

1/26(月)募集開始の講座は、1/23(金)から足立区講座予約システムと中央本町センターホームページでも見ることができます。



講座の詳しい内容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。

おすすめ講座

東京電機大学連携 生活の中のロボット技術と人の関わり

身近な場所で活躍するロボットを知ろう。

RT(ロボットテクノロジー)を活用し、人間が扱えない危険なものや重いものを扱う重機械、人間を癒し、生活・産業・医療・災害を支援する機械システムなど、身の回りの様々な人間社会に貢献し新たな発展を目指すロボット工学の研究や事例について解説します。

講師は東京電機大学 未来科学部 ロボット・メカトロニクス学科の石川潤教授です。身近な場所で活躍するロボットについて一緒に学びましょう。



東京電機大学連携 生活の中のロボット技術と人の関わり

日時：1/17(土)

午後2時～3時30分

対象：どなたでも 定員：会場40人、オンライン10人 料金：800円

講師：石川潤(東京電機大学 未来科学部 ロボット・メカトロニクス学科 教授)

場所：中央本町地域学習センター 2階 レクホール

申込受付中

やよい INFORMATION



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。
1月のテーマは「お正月」♪

絵本で味わうお正月の「おせちの心」



『おせち』
内田 有美／文・絵 満留 邦子／料理
三浦 康子／監修 福音館書店

お正月の食卓には、おせち料理が並びますね。黒豆は「まめに働き健康であるように」、数の子は「子宝に恵まれますように」など、それぞれに願いが込められています。この絵本では、料理研究家の満留邦子さんが本作のために丁寧に作り上げた料理を、画家の内田有美さんがまるで写真のように美しく描いています。

ページをめくるたびに、新年を迎える喜びと、日本の伝統食のあたたかさを感じられる1冊です。

お年玉でドタバタ! 小助のチャレンジ!



『どろろんようかいの森』
南田 幹太／作 広瀬 克也／絵
文研出版

主人公は小学生のかっぱ・小助。ゲーム機を持っていないことをからかわれた小助は、「たぶんお正月ぐらいには買ってもらえる」と適当なことを言ってしまう。なんとかしなくては、と小助が考えたのが、その名も「お年玉だいさくせん」! ろくろ首の肩をもんだり、雪女の家を庭掃除をしたり……。大人の妖怪たちからお年玉をもらうため奮闘します。はたして、小助はゲーム機を買うことができるのでしょうか。小助が見せる、最後の機転の利かせ方にも注目です。

意外と知らないお正月の迎え方



『知っておきたいお正月の手引書』
東條 英利／著
勉誠社

門松、鏡餅、お年玉など、日本にはさまざまなお正月の習慣がありますが、近年ではあまり見かけなくなったものも増えてきたかもしれません。この本では、神道の思考などを通して、これらの習慣に込められた文化的な意味や由来が述べられています。例えば、家の入口や扉につけるしめ飾りの縄は日本神話が由来とされ、「尻久米縄」が転じて「しめなわ」になったとか。皆さんも日本の伝統文化への理解を深め、より充実したお正月を迎えてみませんか。



今月の図書館イベント

イベントはすべて当日受付・無料です。

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：1/7 (水)
午前 11 時～11 時 30 分
対象：0～1 歳の子どもと保護者
定員：8 組



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：1/14・28 (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：1/15 (木)
①午前 10 時 30 分～10 時 50 分
②午前 11 時～11 時 20 分
1/22 (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：1/17 (土)
午後 3 時～4 時
対象：3 歳～小学生
定員：15 人



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。

やよい図書館で新年を楽しもう♪

にやよいのお正月

本を 3 冊以上借りると、やよい図書館オリジナル「にやよいガチャ」を回すことができます!

何が当たるかはおたのしみ♪ どなたでも参加できます。



日時：1/5 (月)～
無くなり次第終了
対象：どなたでも

えほんカルタ

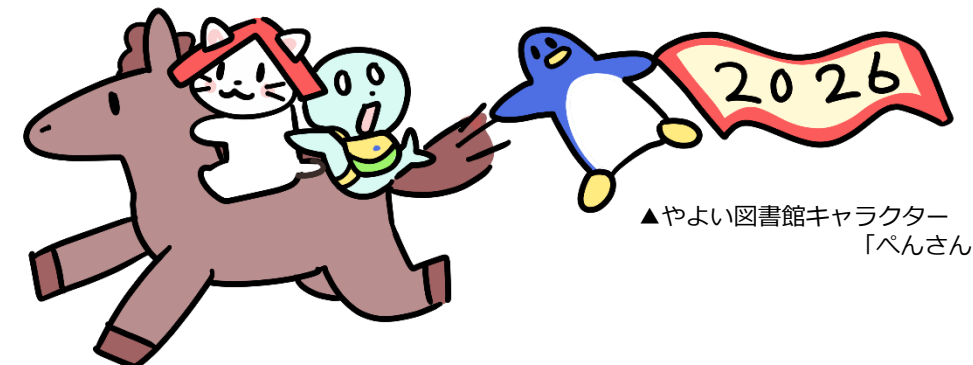
昔話や名作絵本など、実際の絵本を取り札にしたダイナミックなカルタ遊び「えほんカルタ」を開催します。

ぜひ参加して、お正月気分を味わってみてください。



日時：1/10 (土)
午後 3 時～4 時
対象：3 歳～小学生
定員：10 人

今年も
よろしくお願いします♪



▲やよい図書館キャラクター
「ぺんさん」



予約システムを リニューアルします！

1/7(水)
午前9時
スタート




施設予約編

1 え!?今回マンガがすごく短くない!?

気付いたね……。

2 何故なら、新施設予約システムのポイントはこの前話した新講座予約システムとほとんど同じなんだ!!!

3 なのでマンガにしても 11 月号の講座編とほぼ同じページになってしまうため、今回マンガは省略してるよ! 下のリニューアルのポイントまとめを見てみてね!



11 月号の講座編はこちらから!

施設予約システム リニューアルのポイント!

- インターネットからお申し込みの場合、クレジットカード、キャッシュレス決済ができるようになります。
- コンビニ決済ができるコンビニエンスストアが一部変更されます。セブンイレブンでの決済はできなくなりますのでご注意ください。
- インターネットからのお申し込みを利用するには、利用者登録が必要です。
- 旧システムで既に利用者登録をしている方は、新システム初回利用時にパスワードの再設定が必要です。



屋外
スポーツ施設



生涯学習施設
屋内施設



システム変更についての
詳細は、足立区公式ホーム
ページを見てみてね!

足立区内他施設イベント情報
足立区生物園

事前募集 サイエンスカフェ KATARU

夜の生物園で飼育員と語り合おう! 4 回目となる今回のテーマは「飼育のプロから見た飼育の工夫」! 生物園スタッフたちが生き物への思いについて縦横無尽に語ります!

日時: 1/24 (土) 午後 6 時~8 時

対象: 中学生以上

定員: 20 人

費用: 1,000 円 (おやつ、ドリンク付き)

締切: 1/14 (水)

申込: ホームページからオンライン申請、
もしくは電話にて申込

足立区生物園
ホームページ



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



トークの後はスタッフとの座談会をお楽しみください!



ギャラクシティ
GALAX CITY

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

ウクライナの空の下で
Під зоряним небом України

ウクライナの空で星座を探しましょう。1月は、ウクライナの伝統工芸「ベトリキウカ塗り」とその道具、猫の毛筆についても紹介します。



オレナさんと
星めぐり
Зоряна подорож з Оленою



2026年1月17日(土)

午後1時~午後1時40分 (開場: 午後0時50分)

【料金】無料
【定員】170人
※車いす2席 機数席の利用は不可
【対象】どなたでも
【申込】当日整理券
午前9時より1F総合受付で配付
【講師】オレナ・ゼムリヤチェンコ

西新井文化ホール



SST
TRIO CONCERT

PROGRAM
無伴奏フルート・ソナタ イ短調 Wq.132 / C.P.E.バッハ (齊藤ソロ)
ラブソディ / C.D.ビュッシー (齊藤ソロ)
ニューヨークからの4つの絵より
「タンゴクラブ」「ブロードウェイ ナイト」/ R.モリネッリ (田中ソロ)
ピアノマン / B.ジョエル (白石ソロ)
オーボエ、ファゴット、ピアノのための三重奏曲 / R.ブーランク
トリリトン / 長生淳 他 ※予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。

2026年
1月31日(土) 午後2時30分 開場
午後3時 開演

チケット販売中
【全席指定】※未就学児入場不可
一般4,000円 足立区民3,000円 高校生以下2,000円 ※当日一律4,000円

主催:特定非常活動法人おたまじゃくしクラブ 共催:ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂
協力:株式会社プロ アルテ ムジク



詳細はこちら

こども未来創造館

液体樹脂を型に流し込み
本格的な食品サンプルづくりを
体験してみませんか。



大人のものづくり講座
食品サンプルづくり
「和菓子セット」

2026年2月13日(金)
午後6時~午後7時30分

【場所】ものづくりガレージ
【定員】10人
【対象】18歳以上
【料金】2,400円
【申込】事前申込制
【講師】アトリエステラ☆ 北島さとみ
【持ち物】エプロン、マスク

※汚れても良い服装でお越しください。

1月10日
(土)~
受付開始

【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月に連続休館あり
【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! [Q ギャラクシティ](#) 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

