

TSUKUSHI

あだちから

Go For 90th→100th

9 つくし
2022

P2.3 とねりマルシェ開催告知

P4 舎人図書館通信

本のある暮らし

P5 いっしょに読も！【月の満ちかけ絵本】

舎人図書館のイベント情報

P6.7 特集

【お願い！とねり丸 野菜の料理コンテスト】結果発表

P8.9 講座の情報

P10 近隣情報

P11 ギャラクシティのイベント情報

地域の魅力を詰め込んで 第3回とねりマルシェ

5/29（日）開催 第2回とねりマルシェの様子

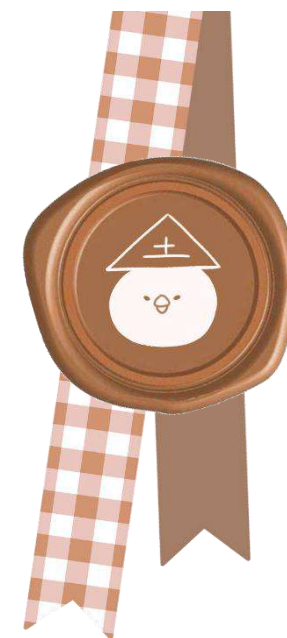


※写真は 5/29（日）に開催した
「第 2 回とねりマルシェ」の様子です。



2022
9/18(Sun.)Open
午前 10 時～午後 3 時 30 分

第 3 回とねりマルシェを開催します。
アクセサリや帽子、バッグ、リースなど
素敵なハンドメイド作品等が勢揃いです！
是非お越しください。



ハンドメイド作家など地域で活躍する方々が出店する
地域の魅力を詰め込んだマルシェです

とねり マルシェ

Toneri Marche

会場：舎人センター屋外ひろば

主催：舎人地域学習センター

出店：「とねりマルシェでねんどスイーツ屋さんになろう」

講座参加者

ATELIER J・J、Fa&Me、home sweets chito、

Linopikake、malialika、milimili、Pri♡me、

sunosuno、Suu to Fuu、Sweet Beads、

TORIWREATH、ちかいろやさん

二葉・子どもと里親サポートステーション

※新型コロナウイルス感染拡大状況により中止になる場合がございます。
あらかじめご了承ください。

※ご来場の際は必ずマスクの着用をお願いいたします。

※混雑状況により、入場を制限する場合がございます。

※出店予定は変更になる場合がございます。



▲7月16日開催「絵の具で遊ぼう！ビシャバシャアート」

自由な気持ちを絵の具にのせて

7月に「絵の具で遊ぼう！ビシャバシャアート」を開催しました。絵本『まほうのえのぐ』を読んだ後、絵の具遊びがスタート。参加者26名は水に溶かした絵の具を飛ばしたり、紙の上で混ぜたり、手足に直接つけて描いたり、次々に自由な発想の作品を生み出しました。子どもたちは全身絵の具まみれで大盛り上がり。家ではなかなかできないアート体験となりました。

全員で描いた巨大な「ビシャバシャ花火」は8月1日から西新井の「OUCHI」にて展示中です。

※OUCHI：精神障がいを持つ人たちが地域に戻るためのサポートをする施設



▲完成した作品たち

図書館司書がおすすめの本を紹介します。

本のある暮らし Vol.5 戦地をおもって

ウクライナで戦争が始まってまもなく半年。日本に避難された方も大勢いらっしゃいます。今だからこそ読みたい絵本を紹介します。

戦争で住みなれたまちを離れることになった、10歳の少女・ソエ。出発の日の前の晩、彼女は地図をひろげて、大好きだった場所にしるしをつけはじめます。自分の家、ともだちとすごした学校、たからものみtainな本がつまった図書館、映画館の魔法のスクリーン…楽しかった思い出をたどって地図にあらわれた文字は、彼女をおどろかせます。

最初と最後のまちの変わりように心が痛みます。最後に引用されたアンネの言葉「いつかこのおそろしい戦争は終わるわ」まで、大切な人と分かち合ってください。

(舎人図書館長 吉田倫子)



『しあわせなときの地図』
フラン・ヌニョ/文 ズザンナ・セレイ/絵
宇野和美/訳 ほるぷ出版 2020年

親子で読めば新しい発見がきっとある

いっしょに読も！ 52冊目



『月の満ちかけ絵本』

大枝史郎/文 佐藤みき/絵

あすなる書房 2012年

水野愛子
(司書/絵本専門士/児童・YA担当)
明けの三日月のような爪先でいたい。



29日 12時間 44分

29日 12時間 44分。これは月が新月から満月へ、そしてまた新月へとひとめぐりする時間です。

『月の満ちかけ絵本』では月の見え方や形の名前と由来、月の満ち欠けや地球との関係などを丁寧に解説します。

およそ 29.5 日かけ変化する月にはそれぞれ異なる物語があります。例えば、秋には1時間程で沈む「三日月」は幸運の象徴として崇められます。また、欠けていく月は「立待月」「居待月」「寝待月」と呼ばれ、月の出を待つ時間をも楽しめました。明かりの乏しい時代、人々は夜を照らす月に親しみ、月と密接に結びついて暮らしていたことが分かります。

夜空を見上げて

地平に近い満月が大きく見えるのは、錯覚だといわれていますが、その原因は解明されていません。身近な天体ですが、謎を秘めた月は私たちの目にも、神秘的に映ります。本書では美しいイラストが夜空への興味をかき立て、明快な図説で理解がより深まります。

今日の月はどんな姿か、空を見上げずにはられません。

Pick up

Library event

図書館の
イベント情報

8月&9月



舎人地域学習センター
図書館キャラクター
とねり丸



おすすめの旅本、
エピソードについて
語り合いませんか？



様々なおはなしを
用意してお待ちし
ています！

読書会 本と、おしゃべりと、 「旅にまつわるエトセトラ」

日時：9/23 (金・祝)
午後2時～4時

場所：3階 学習室

対象：16歳以上の方

定員：5人 (見学も可能です)

※区内学習センター窓口・電話、
インターネットで申込可能です。

舎人図書館 おはなし会

日時：8/10・24* 9/14・28* 各 (水)
午後3時15分～3時45分

場所：2階 よみがたりコーナー

対象：4歳～小学生

定員：各15人 (当日先着順)

*印の日の読み手は、
朗読ボランティア様の実会です。

野菜の料理コンテスト

第2回 お願い！とねり丸



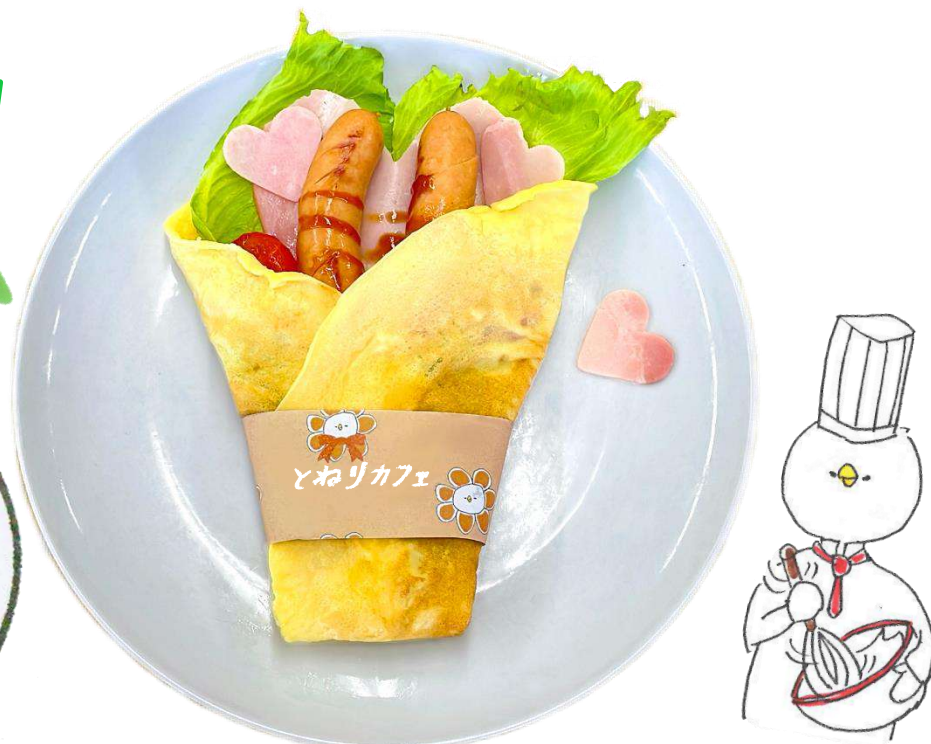
5月・6月に舎人地域学習センター・図書館で開催した「第2回 お願い！とねり丸 野菜の料理コンテスト」。絵の部門とSNS部門から、たくさんのアイデアが届きました！そして6月に行った投票でグランプリが決定！

絵の部門のグランプリは実際にレシピを再現したので、みんなも作ってみてね！

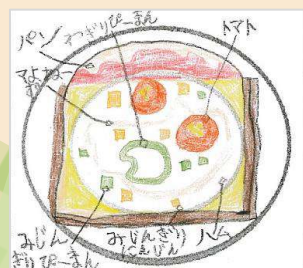
絵の部門準グランプリとSNS部門グランプリもご紹介します。とねり丸と一緒においしく野菜を食べよう！

「おいしいおいしいクレープ」 40 票

作者：てづか さわ さん



準グランプリ



「スペシャルピザトースト」

作者：さとう ひなた さん

ポイント：トマトソース

チーズ

ハム

ピーマン

SNS 部門グランプリ



「トマトのチーズ肉詰め」

作者：まきてふう さん

インスタグラム：@uw39abc

ポイント：器になるトマトの中身をスプーンできれいにくりぬくために、包丁で少しカットしておきます。

ベジモア食育協会様にレシピの再現をしていただきました！



一般社団法人
ベジモア食育協会
高橋思歩さん



HP

おいしいおいしいクレープ 作り方アドバイス

☆ソーセージは切れ目を入れて焼くことでおいしそうな見た目に！

☆クレープ生地を焼くときに穴が空いてしまったら、埋めるように生地を伸ばすとキレイになるよ！

材料

☆クレープ生地

- ・ホットケーキミックス (米粉や大豆粉でも可) . . . 100g
- ・豆乳 . . . 200 cc (牛乳・水でも可)
- ・卵 . . . 1 個

☆具材

- ・レタス . . . 1 枚
- ・ハム . . . 2 枚
- ・ソーセージ . . . 2 本
- ・ミニトマト . . . 2 個
- ・油 . . . 適量

☆ソース(バーベキューソース)

- ・ケチャップ . . . 大さじ 2
- ・ソース . . . 大さじ 1
- ・しょうゆ . . . 小さじ 1
- ・砂糖 . . . 小さじ 1
- ・こしょう . . . 少々

☆オーロラソース・てりやきソース

作り方は YouTube を見てね！



近日、グランプリ作品の作り方

他ソースの作り方を YOUTUBE で公開！



舎人地域学習センター・図書館
チャンネル登録してね！

レシピ

- ①ソーセージに斜めの切れ目を 4 つくらい入れ、油をひいたフライパンで両面に焼き目がつくくらいまで約 1 分焼く。ミニトマトを半分に切る。
- ②ボウルにホットケーキミックス・豆乳・卵を入れてダマがなくなるまでよく混ぜる。
- ③フライパンを弱火で温め、油をひく。お玉 1 杯より少し少ないくらいのクレープ生地をフライパンへ流し入れ、丸い形になるように広げる。表面が乾くまで約 2 分焼き、少し焦げ目がついたら裏返す。裏面を 30 秒ほど焼いて完成。
- ④お皿にクレープ生地を広げ、食べやすい大きさに切ったレタス・ハム・ソーセージ・ミニトマトを順番に乗せ、ソースをかける。具材を包み込むようにクレープを巻く。

お好みでかわいい紙を巻いても good！
楽しくうちカフェができちゃう♪

たくさんの方々にご参加いただきました。
ありがとうございました。



講座の情報

8/26（金）から受付開始（一部受付中の講座もございます）

こちらに掲載されている講座以外にもございます。詳細は当館ホームページをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染拡大状況により、講座を中止あるいは予定を変更する場合がございます。

申込方法：窓口・電話・インターネット（一部を除く）

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）※申込受付初日のみ

※インターネットからの予約方法

足立区ホームページ → 「メニュー」内「文化・スポーツ」を選択 → 「講座・サークル・生涯学習」を選択 → 「施設・利用方法」の「講座予約システム（生涯学習施設・スポーツ施設）」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）

講座情報ページ



各講座の対応アイコン
をご確認ください。



一般向け

夜デトックスヨガ



初心者の方も大歓迎！
疲れを癒し、睡眠の質を
高めるヨガ教室です。

日時：9/2・9/16 各（金）
午後 6 時 30 分～7 時 45 分
対象：16 歳以上の方
定員：各 20 人
料金：1 回 550 円

メンテナンスヨガ



初心者の方も大歓迎！
歪み調整をして体を整える
夜のヨガ教室です。

日時：9/3・9/17 各（土）
午後 6 時 30 分～7 時 45 分
対象：16 歳以上の方
定員：各 20 人
料金：1 回 550 円

囲碁・将棋ひろば



ボランティア・参加者とも
に交流しながら、囲碁や
将棋を楽しむ場です。

日時：9/4・11 各（日）
午後 1 時～4 時 30 分
対象：小学生以上の方
定員：各 10 人
料金：一般 1 回 200 円
※70 歳以上の方・障がいのある
方 1 回 140 円
（証明書をご持参ください）

卓球ひろば



参加者同士やボランティア
と一緒に、卓球を満喫でき
ます。

日時：9/5・12・26 各（月）
午後 6 時 30 分～8 時
対象：小学生以上の方
（小・中学生は保護者同伴）
定員：各 8 人
料金：一般 1 回 150 円
※小・中学生 1 回 80 円

太極拳ひろば



ゆったりとした動きで足腰
を鍛え、心身ともに健康を
目指します。

日時：9/14・28 各（水）
午後 1 時 30 分～2 時 50 分
対象：16 歳以上の方
定員：各 15 人
料金：1 回 430 円

8/12（金）より受付開始

行政相談員による出張講座
アニメ「東京マグニチュード 8.0」の上映会
その時！命をつなぐたくさんの思い出。
大地震を生き残る術とは……。

日時：8/22（月） 午後 1 時 30 分～3 時 30 分

近年話題になっている、都市型地震をテーマにしたアニメを上映
します。災害発生時に慌てず乗り切るために「防災」について行
政相談委員とともに考えましょう。小学生にも分かりやすく説明
します。
上映後、災害などについて相談できるコーナーもあります。

対象：どなたでも（小学校低学年以下は保護者同伴）
定員：30 人
料金：無料

親子・子ども向け



ちょいトレ！



図書館の読み語りコーナー
でバランスボールを使った
ストレッチを行います。

日時：9/2・16 各（金）
①午前 10 時～10 時 15 分
②午前 10 時 20 分～10 時 35 分
③午前 10 時 40 分～10 時 55 分
対象：16 歳以上の女性
（子どもの同伴可）
定員：各 5 人
料金：無料

（受付中）
ベビーの発達を促す
マッサージとエクササイズ



気軽にできるマッサージと
エクササイズを行い、
健やかな発達を促します。

日時：9/7・9/21 各（水）
午前 10 時～11 時
対象：首がすわった 3 カ月～
あんよができる前の
子どもと母親
定員：各 8 組
料金：1 回 850 円

ハワイアンリトミック



音楽や楽器に親しみながら
親子のスキンシップを図り、
楽しく五感を刺激します。

日時：9/8・22 各（木）
午前 10 時～10 時 45 分
対象：6 カ月～3 歳の子どもの
保護者
定員：各 8 組
料金：1 回 990 円

（受付中）
日曜ハワイアンリトミック
A・B



音楽や楽器に親しみながら
親子のスキンシップを図り、
楽しく五感を刺激します。

日時：9/4（日）
A 午前 10 時～10 時 45 分
B 午前 11 時～11 時 45 分
対象：A 6 カ月～1 歳 6 カ月の
子どもと保護者
B 1 歳 7 カ月～就学前の
子どもと保護者
定員：各 12 組
料金：990 円

おもちゃの病院



壊れてしまったおもちゃを、
トイ・ドクターに修理して
もらいましょう。

日時：9/11（日）
午後 1 時～3 時 30 分
対象：どなたでも
料金：無料
（故障の程度による）
※事前預かり・後日返却はして
おりません。

ママと一緒に親子体操
（7 日制）



トランポリンや跳び箱など
の体操用具を使って、親子
で楽しく運動します。

日時：10/24～12/5 毎（月）
午前 10 時～11 時
対象：あんよができる
1 歳 6 カ月～3 歳の
子どもと母親
定員：12 組
料金：4,200 円

（受付中）
ママと一緒に親子体操
（4 日制）



トランポリンや跳び箱など
の体操用具を使って、親子
で楽しく運動します。

日時：9/5～10/3 毎（月）
※9/19 を除く
午前 10 時～11 時
対象：あんよができる
1 歳 6 カ月～3 歳の
子どもと母親
定員：12 組
料金：2,400 円

にぼしを解剖して海の環境問題
を学ぼう



解剖を通してカタクチイワシの
構造を知り、海洋汚染の原因の
一つとされるプラスチックの取
扱いと廃棄方法を学びます。

日時：9/25（日）
午後 2 時～4 時
対象：小学生と保護者
定員：10 組
料金：100 円

子ども体操 A・B
（7 日制）



色々な体育用具と、全身を
使う運動で、子どもの体の
発育を促します。

日時：10/24～12/5 毎（月）
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 3～5 歳の子ども
B 4～6 歳の子ども
定員：各 15 人
料金：3,500 円

近隣情報

舎人地域にある施設で開催されるイベントやお知らせなどをご紹介します。
※イベントの詳細や休館日は各施設にお問い合わせください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、イベントが変更や中止になる場合がございます。



入谷住区センター
住所：舎人 6-12-4-101
Tel：03-3855-1050

【悠々館】
◆敬老お楽しみ会
日時：9/14（水）午後2時30分～3時30分
定員：30人 申込受付：8/15（月）～窓口にて受付

【児童館】
◆こうさくの日「木のクリップ」
日時：9/1～9/29 毎（水・木）
午後2時30分～3時30分
定員：各5人 対象：小学生以上
申込受付：当日先着受付（※お休みの日もあります）

◆スポトレ 渡辺先生の指導
日時：9/5（月）午後3時15分～4時
定員：20人 対象：小学生以上
申込受付：8/15（月）～窓口にて受付

◆ママのハンドメイド 布にお絵描き
日時：9/8（木）～30（金）
午前10時30分～11時30分
定員：各日10人 対象：子育て中の保護者
申込受付：当日先着受付



舎人住区センター
住所：舎人 1-3-26
（舎人センター1F）
Tel：03-3857-0881

【児童館】
◆9月の工作「オリジナルエコバッグ」
日時：毎週（土）午前の部：午前10時～正午
午後の部：午後1時～4時
定員：午前・午後あわせて50人（定員になり次第終了）
対象：小学生以上



西新井消防署
住所：伊興 2-5-11
Tel：03-3853-0119

◆救急について学ぼう
9/9（金）救急の日
9/4（日）～9/10（土）救急医療週間
急な病気やケガで「今すぐ病院に行く？」「救急車を呼ぶ？」など迷った場合は「#7119（東京消防庁救急相談センター）」に電話しましょう。救急相談医療チーム（医師・看護師・救急隊経験者等）が、医療機関案内と救急相談に24時間・年中無休で対応しています。

◆東京版緊急受診ガイドも活用ください
ネットや冊子で簡単に病気やケガの緊急度がチェックできます。インターネットで「#7119」で検索。
↓スマートフォン版はこちら。



故郷は色褪せぬもの青りんご

（講師 大和田博道）

特選 好物を思ひ浮かぶる盆用意
盆用意をする人の思いがせつせつと良く伝わってくる秀句である。

季節は「麦茶・夕立・お盆」です

君逝きて戻り梅雨かや涙雨
盆参り花のなき墓さびしそう
割箸の長さと角度茄子の馬
夕立に煙る連山好きな窓
胸ポケット匂い袋の紳士かな
麦茶飲み解体工事ショベルカー
今日の日の苦勞は足れり心太
七月の夜の雲しろき歩道橋
夕立はごほうびと雲去りにけり
さあ今だ飛び出てみれば又夕立
舎人俳句会、次回の活動は
9月2日 金曜日 午後1時30分

（五十君孝子）
（石井里子）
（今村修策）
（尾方逸子）
（柴原紅扇）
（下村邦子）
（竹内八重子）
（徳納津多子）
（丹羽和子）
（水巻美智子）

あいうえお順



ギャラクシティ GALAX CITY
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

星空散策×ギャラクシティ ストリートピアノ
星とピアノ ～Night Sky Lounge～
平日の夜に著名なピアノ奏者を招き、プラネタリウム映像を投影しながらの演奏会を開催。通常のプラネタリウムとは異なる大人の空間をお楽しみください。

毎月開催 2022年 **10月21日(金)** 開演：午後7時30分
(開場：午後7時15分)

【料金】大人500円 高校生（16歳以上）100円 【定員】170人 車いす2席（先着順） 【対象】高校生以上
※お得な1日券、年間パスポートもあります。 ※当日9：00より1階総合受付でチケットを販売 ※残席の使用は不可

★出演★
ピアノ系YouTuber 朝香 智子

こども未来創造館

講師 Beborn Climbing gym

2022年（すべて水曜日）
10月19日・26日
11月2日・9日・16日・30日

9月17日（土）受付開始

時間 午後6時30分～8時
場所 がんばるウォール
対象 中学生以上
定員 6名
料金 1回1,000円（全6回計6,000円）※初回一括払い

今話題のクライミングを専門インストラクターの指導のもと楽しく学んでみよう！
Challenge! クライミング
大人コース（全6回）
子ども向けコースもあります。詳細はHPでご確認ください。

西新井文化ホール

懐かしの **昭和歌謡** コンサート

チケット販売中

木山 裕策
代表曲「home」
（NHK 紅白歌合戦出場曲）

玉田 元康
「ボニー・ジャックス」

2022年 **10月4日 火** 開演 午後2時（開場 午後1時）

with 歌声カルテット
ピアノ 矢島 吹夢樹
チェロ 江上 怜那
バリトン 加藤 凱也
バイオリン 西垣 恵輝

全席自由（税込）
【前売】一般 2,500円 友の会会員 2,200円
【当日】一律 3,000円 足立区民 2,200円
※足立区民割引は足立区在住・在勤・在学の方
※足立区民・友の会割引は前売のみ ※未就学児入場不可

主催：株式会社マイソングエンタテインメント 共催：ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂
後援：公益財団法人 認知症予防財団

足立区新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインに則り、感染予防対策を実施しております。

【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（子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

※ご来場の皆様には、新型コロナウイルス感染防止対策対応のご理解とご協力をお願いいたします。
※今後の状況により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、定員終了・チケット完売の際はご了承ください。



もっと知りたい認知症

9月は、認知症についての理解を呼びかける「世界アルツハイマー月間」です
 舎人地域学習センター・図書館でも様々な取り組みを行います！

■認知症サポーター養成講座



日時：9/10（土）
 午後2時～4時

認知症への理解を深め、認知症の方を支え、手助けをする方法について学びます。

講座終了後には、認知症サポーターの証であるオレンジリングをお渡しします。

対象：16歳以上の方 申込方法：区内地域学習センター
 定員：20人 窓口・電話・インターネット
 料金：無料 にて受付中

■認知症に関する特集棚（9月）



認知症の予防や身近な人が認知症になったときのケアの心得についての特集棚を設置します。

展示期間：2022/9/1～
 2022/9/30

※写真は2021年9月のものです

■「認知症を知る」ブックリスト公開中

舎人図書館が作成した、認知症に関するおすすめの本をまとめたブックリストも公開中です。

こちらからどうぞ→



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。



【アクセス】

- 日暮里・舎人ライナー「舎人駅」東口より徒歩5分
- 東武バス 竹03系統
 （竹ノ塚駅西口ー見沼代親水公園駅）
 東武バス 竹07系統
 （竹ノ塚駅西口ー江戸袋循環）「西門寺橋」下車3分
- 都バス 里48系統
 （日暮里駅前ー見沼代親水公園駅前）
 「入谷一丁目」または「放射11号舎人」下車5分

■駐車場：28台（障がい者スペース1台）

舎人地域学習センター・図書館「TSUKUSHI（つくし）」9月号（毎月10日発行）

発行/舎人地域学習センター・図書館

発行所/〒121-0831 東京都足立区舎人1-3-26

舎人地域学習センター TEL 03-3857-0008

舎人図書館 TEL 03-3857-0771

Mail tonerilcc-ys@bb.wakwak.com

HPは
 こちら



SNSは
 こちら



舎人センター

検索

責任/ヤオキン商事株式会社「ヤオキン商事は生涯学習を通し、お客様に心のこもったサービスを提供します」