

TSUKUSHI

あだちから

Go For 90th→100th

12 つくし
2022

P2.3 とねり丸取材日誌

【あだち子ども食堂】(1)

P4 舎人図書館通信

本のある暮らし

P5 いっしょに読も!【こたつ】

舎人図書館のイベント情報

P6.7 特集【図書館を使い倒そう!】

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

おいしくなれ、と心を込めて



あだち子ども食堂 代表の長場^{ながば}さん

※撮影のためマスクを一時的に外しています

Vol.7 あだち子ども食堂 (1) 「おいしいご飯と笑顔あふれる場所」

バックナンバーは
こちら



ボランティアスタッフ「むらじい」が玉ねぎをじっくり炒めて作った、こだわったぷりのカレーライス



獨協大学ボランティアサークル「WAP」
2人が作ったサラダも好評！



毎月第2・4水曜日に開催
「おかえり」「ただいま」の声であふれます



ご飯は笑顔のもと
できたてのカレーライスを夢中で頬張ります

子どもたちにおいしいご飯を

今月号は、2015年から東伊興住区センターの集会室を借りて開催中の「あだち子ども食堂」をご紹介します。

テレビ番組で子どもの7人に1人がご飯を食べられないという事実を知り、何かできることはないかと考えた代表の長場さん。「子どもが無料でご飯を食べられる場」として1人でスタートさせたのが、この子ども食堂（利用は事前予約制）です。現在は、同じ志を持つボランティアの方々とともに、運営をしています。

栄養満点のご飯ができるまで

提供するメニューは、参加する子どもの人数や年齢などに合わせて、管理栄養士が考案しています。そのメニューは、健康と食育を兼ねて野菜を中心に旬の食材や季節行事を取り入れ、おいしく、

そして楽しく、食事ができる工夫がされています。

コロナ禍以前は、海苔巻きや塩むすびなど、火を使わないものを子どもたちと一緒に作ることもあったのだとか。ご飯を食べるだけではなく、簡単な食事を自分で作れるようにするなど、子どもたちの自立に向けた取り組みも行っています。

おじいちゃん・おばあちゃんも来てね

あだち子ども食堂は1人暮らしのご高齢の方々のご参加、そしてお食事也大歓迎。「この場所を、多くの人と知り合える多世代交流の場にしたい」という願いを込めて、この場所は開かれています。

次号では、活動をする上で「大切にしていること」を中心にをご紹介します。



舎地域学習センター・図書館
公式キャラクター・とねり丸



読書の楽しさを伝えたい！
棚には寄付された本がたくさん並んでいます

お問い合わせ

あだち子ども食堂
代表 長場 美智代さん

TEL

090-2313-2884

MAIL

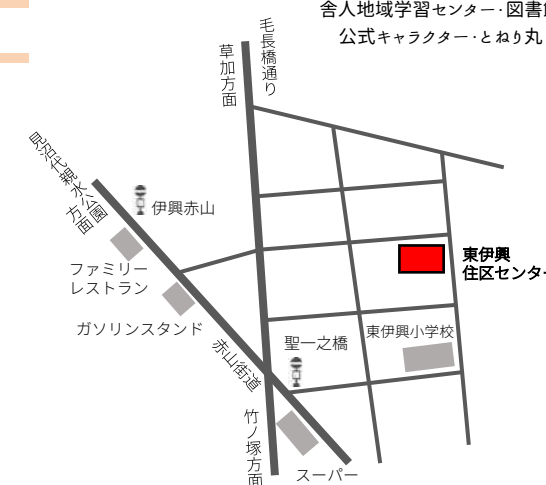
sanx2road@gmail.com

LINE

開催のご案内はこちら



※ご連絡は左記までお願いいたします。
東伊興住区センターへのお問い合わせはご遠慮ください。





▲絵を見ながら、思ったこと・感じたことを発表。どんどん意見が飛び出します

Look Back!

図書館イベントふりかえり



▲慎重に…筆先がふるえます

やわらかアートアカデミー 五感を使って学ぶ

10月8日に対話型鑑賞とワークショップで名画を学ぶ「やわらかアートアカデミー」が舎人センターで初開催されました。今回のテーマはフェルメール。募集開始後、即満席となり、アートへの関心の高さが伺えます。

前半はフェルメールの作品を見ながら、参加者同士で感じたことを発表。「頭に巻いている布は何?」「後ろの箱には何が入っているの?」と、子どもたちの自由な意見が飛び交います。

後半は「牛乳を注ぐ女」の牛乳とハイライトを描くワークショップ。細い面相筆で少しずつ描くのはなかなか繊細で難しい作業でした。

たっぷり2時間、フェルメールに浸る貴重な時間となりました。

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.8 ドラマと手話

先日、若い人が手話の本を探しに来ました。ドラマ「Silent」の影響かな……? 私もしっかりハマっていて、今回は手話の本をご紹介します。

ドラマは、高校卒業後に失聴した青年と元恋人、友人、家族の物語。手話には「日本手話」と「日本語対应手話」の二つの形式がありますが、主人公が使うのは日本手話。この本はその入門編で、より少ない単語数で伝えるため、表情と手指の動きが重要な日本手話を、多くの写真とDVDで、初心者にも分かりやすく伝えてくれています。

また、ドラマの中で、手話で伝えきれない会話はスマホアプリの「UDトーク」を使っています。全ての漢字にふりがながつき、多言語翻訳機能もあるので、様々な言語の壁をこえられます。無料でインストールできるので、是非お試しあれ! (舎人図書館長・吉田倫子)



『ゼロからわかる手話入門』
はじめての人も、すぐに実践できる!
DVDつき
谷千春/監修 主婦の友社 2011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! 55冊目



特別な1日

小学生の時、大みそかは夜更かししても怒られない、ちょっとわくわくする日でした。

『こたつ』はある家族の年越しの様子をこたつの真上からの定点観測で描きます。登場人物の表情は見えませんが、喜んだり、焦ったり……そんな表情が手に取るように分かります。夜遅くまでこたつを囲み、大人はワインとおつまみ、子どもはジュースとお菓子を用意して、家族揃ってゲームをする場面からは特別な夜の高揚感が伝わります。

あたたかな赤

油彩で描かれた人物やこたつ布団から透ける赤色はこたつの熱と温もりを感じさせます。絵本を開いたときに少しでも見える見返しの朱色も、画面の温度を上げているようです。コラージュされたお菓子や調味料には見覚えのあるものも。じっくり絵を見て探し絵のようにも楽しめます。

横長にテーブルをつなげた年明けの場面は、親しい人が集まり、にぎやかに過ごす楽しさが伝わってきます。今年は、こんな年末年始が過ごせるといいですね。

『こたつ』

麻生知子/作 福音館書店 2020年

水野愛子
(司書/絵本専門士/児童・YA担当)
床暖房絶対つきたい。



Pick up

図書館のイベント情報

11月&12月



舎人地域学習センター・
図書館公式キャラクター
とねり丸(クリスマスバージョン)



地元在住のプロによる足立の昔話をお楽しみあれ。



クリスマスや冬のお話を楽しみましょう。サンタもやってくる?!

足立区制90周年事業
「怪談師・城谷歩の足立昔語り」

「クリスマスおはなし会」

日時: 11/26 (土)
午後4時~6時

場所: 3階 レクリエーションホール
対象: 小学生以上の方

定員: 45人 料金: 1000円

※学習センター窓口・電話・
インターネットにて申込受付中

日時: 12/4 (日)
午後2時~4時

場所: 3階 学習室
対象: どなたでも

(お話は3歳くらいから楽しめます)

定員: 50人 料金: 無料
※舎人図書館窓口・電話にて申込受付中

舎人図書館を 読書の秋

今年の読書週間の標語は「この一冊にありがとう」。みなさんがそう思える本との出会いを、図書館がお手伝いします！

使い倒そう!

いつも図書館を使ってくれてありがとうございます！
日頃のご愛顧に感謝を込めて、司書さんが舎人図書館案内をしてくれるでござるよ！

本を借りたり、勉強するだけじゃないよ。
もっといろんな使い方を知って欲しいな。



◀舎人地域学習センター・図書館公式キャラクター
トネリス



▲舎人地域学習センター・図書館
公式キャラクター とねり丸

01 レファレンス、使ったことある？

困っている時、図書館に相談してみませんか？調べものへのお手伝い「レファレンス」で、司書があなたをサポートします！



02 「ビジネス本読書会」 始まります。

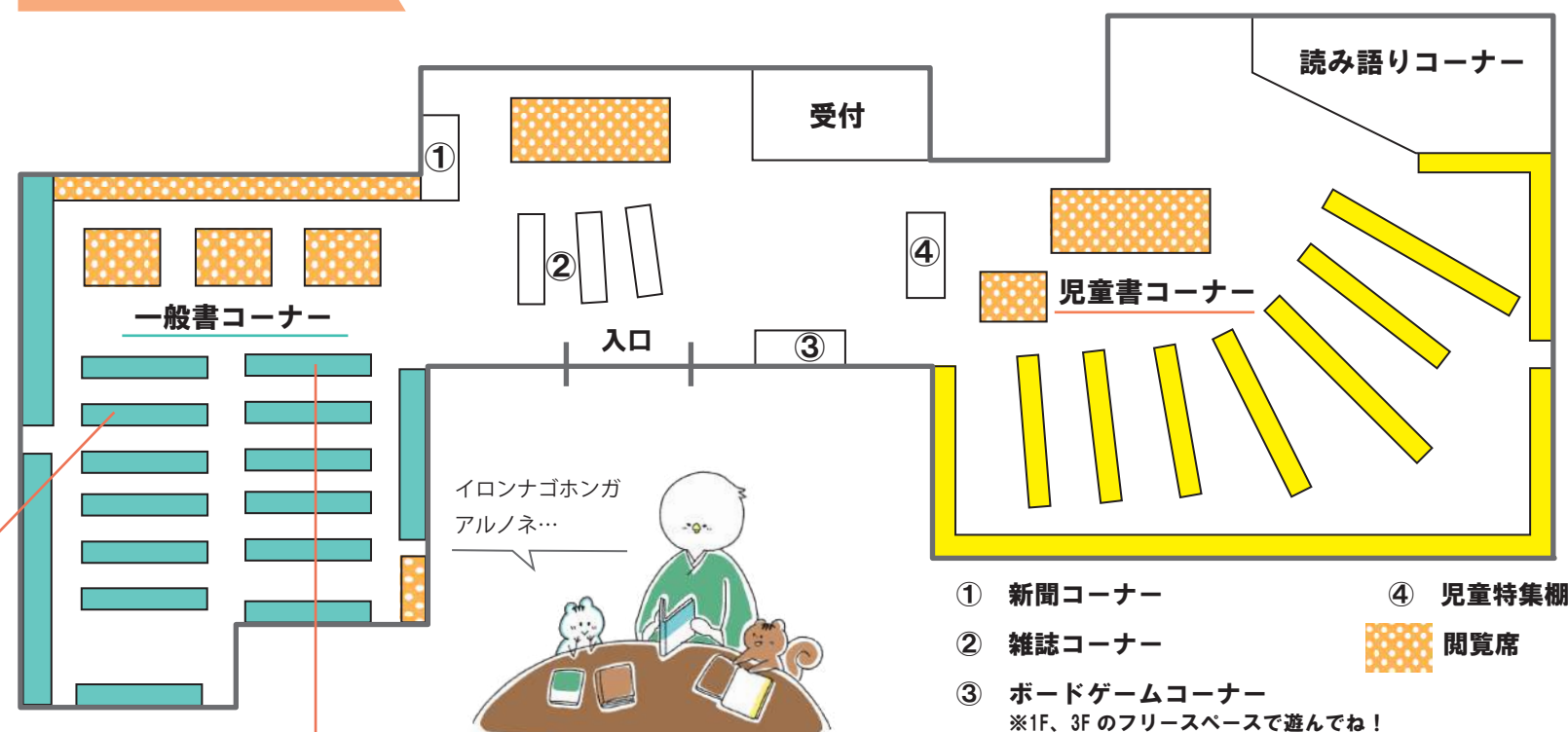
舎人図書館では最近、ビジネス書がよく借りられます。そこで、本を増やしてコーナーを設置。ビジネス本読書会も開催します！ぜひご参加ください。



読書会について
詳しくはこちら



館内マップ



03 医療情報コーナー

「がんを知る」「認知症と介護」「検査の数値の見方」「健康法」「病気の食事」「薬が分かる」「病院ガイド」など、健康づくりに役立つ本はここにあります！



04 ボードゲーム貸出中

「ナンジャモンジャ」や「犯人は踊る」など人気のボードゲームで遊べます。月1回のとねりボードゲーム会もぜひご参加ください。



開催については館内ポスター
各 SNS をチェック！

06 ぬいぐるみおとまり会

あなたのぬいぐるみを図書館で一晩
お預かりするイベント。人間には秘密
のおとまり会で夜の図書館を楽しんだ
後は、あなたと読みたい本を選んでく
れるかも？



開催については館内ポスター
各SNSをチェック！

05 読書相談、お受けします

読みたい本がわからないとき、「疲れた心に寄り添う本」や「踏み出す勇気を与える本」など、あなたのための1冊を選びます。どうぞ図書館にご相談ください。



これで舍人図書館マスター
でござる…



講座の情報

11/26(土)から受付開始

※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）

各講座の対応アイコンをご確認ください。

窓口



電話



インターネット



当日受付



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。

当館 HP
講座情報
ページ



親子・子ども向け



ちょいトレ！



当

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：12/2・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

ベビーの発達を促す
マッサージとエクササイズ
（受付中）



当

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：12/7・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



当

音楽や楽器に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：12/8・22 各（木）
午前10時～10時45分
対象：6カ月～3歳の子どもと保護者
定員：各8組
料金：1回990円

親子で楽しむヨガ（受付中）



当

赤ちゃんとのスキンシップを交え、様々なヨガポーズや呼吸法を行います。

日時：12/14（水）
午前10時～10時50分
対象：7カ月～2歳の子どもと母親
定員：10組
料金：650円

わくわくサイエンス教室「ステンドグラスを作ろう」



当

カラフルなステンドグラスを作り、光の反射について学びます。

日時：12/18（日）
午後2時～3時30分
対象：小学生
定員：10人
料金：200円

親子で楽しむヨガ



当

赤ちゃんとのスキンシップを交え、様々なヨガポーズや呼吸法を行います。

日時：1/11・25 各（水）
午前10時～10時50分
対象：7カ月～2歳の子どもと母親
定員：各10組
料金：1回650円

子ども英会話C（9日制）



当

英語のスキル「聞く・話す・書く」をバランスよく学習します。

日時：1/11～3/15 毎（水）※2/22を除く
午後5時50分～6時50分
対象：小学5年生～中学生（子ども英会話A・B受講経験者）
定員：10人
料金：11,160円

パパと一緒に親子体操



当

親子でコミュニケーションを取りながら、道具を使った運動などを行います。

日時：1/15（日）
午前10時～11時
対象：2・3歳の子どもと父親
定員：12組
料金：600円

子ども体操A・B（6日制）



当

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：1/23～3/6 毎（月）※2/20を除く
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 3～5歳の子ども B 4歳～就学前の子ども
定員：各15人
料金：3,000円

おもちゃの病院



当

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：12/11（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。

子ども英会話A・B（9日制）



当

英語のスキル「聞く・話す・書く」をバランスよく学習します。

日時：1/11～3/15 毎（水）※2/22を除く
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 小学1・2年生 B 小学3～6年生
定員：各20人
料金：6,480円

囲碁・将棋ひろば



当

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：12/4・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）
小・中学生 無料

いきいき体操A・B（10日制）



当

リズムにのって楽しく体操します。定期的な運動で健康的な毎日を過ごしましょう。

日時：1/10～3/14 毎（火）
A 午前9時15分～10時30分
B 午前10時45分～正午
対象：おおむね60歳以上の方
定員：各15人
料金：4,800円

メンテナンスヨガ



当

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：12/3・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

太極拳ひろば



当

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：12/14（水）
午後1時30分～2時50分
対象：16歳以上の方
定員：20人
料金：430円

夜デトックスヨガ



当

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：12/2・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

はつらつ教室



当

介護いらずの元気な体を目指します。今月は運動90分です。

日時：12/14（水）〈筋力〉
12/21（水）〈有酸素〉
午前10時～11時30分
対象：区内在住65歳以上の方（要支援・要介護認定を受けていない方）
定員：各20人
料金：無料

卓球ひろば



当

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

イチオシ図書館イベント

図書館のお仕事やってみよう！



本の福袋づくり



貸出するまでどんな本が入っているかわからない「本の福袋」

今年は自分で作ってみませんか？

作った福袋は 12/14～12/18 まで展示・貸出を行います



12/11（日）午後2時～4時

対象：小学4年生～6年生

定員：10人（先着順）

料金：無料

場所：3階 学習室

申込方法：舎人図書館
窓口・電話にて受付中

各学習センターで、足立区内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
(竹の塚駅西口ー見沼代親水公園駅)
東武バス 竹07系統
(竹の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）」12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」