

# TsUKUSHI

5 つくし  
2023

- P2.3 とねり丸取材日誌  
【子育てカフェ eatoco (2)】
- P4 舎人図書館イベントふりかえり
- P5 本のある暮らし  
舎人図書館のイベント情報
- P6.7 特集【食育イベントをご紹介します】
- 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

## 捨てない、買わない、助け合い



子育てカフェ eatoco 店内の様子



# Vol.12

## イトコ 子育てカフェ eatoco (2)

前号はこちら



「ものくる」を通じて地域で頼り合い、支え合う生活を目指しています。



ユキリス 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



元の持ち主からのメッセージ  
「大切にしていたが使ってくださる方に」



子どものフォーマル衣装  
120センチからレンタルできます



将来の子どもたちのため、環境のため、  
サトウキビストローを使用

### 物々交換「ものくる」

前号に引き続き、足立区関原のお母さんにうんと優しいカフェ「子育てカフェ eatoco (以下、eatoco)」をご紹介します。

お店に入ってまず目を引くのは、右手の壁一面にある雑貨たち。絵本や育児用品からアクセサリ、カバンまで、色々な物が並べられています。これらは物々交換により集まったもので、ここにも子育て中の方への思いが込められています。

子ども用品はすぐに使わなくなってしまうことも多く、すべて買い揃えるのは家庭の悩みの1つですね。「無理に揃える必要はない」「人に頼ればいい」「助けてくれる人がいる」という思いから、この物々交換「ものくる」が始まりました。

### 物のやりとりから交流を

大切に使っていたもの、買ったけど似合わなかったものなど、様々な理由で物々交換に寄せられた物には、持ち主だった方の思いが書かれたカードが添えられています。簡単に捨てるのではなく物を大切に繋いでいく。「ものくる」は子育て中の方を支えるだけではなく、地域での助け合いをも体現しています。

### 地域に親しまれる助け合いの場所

オーナーである阿部さんが子育て中に思い描いていた場所を形にした eatoco。子育て中のお母さん・お父さんをはじめ、気になる方はふらっと息抜きに立ち寄ってみませんか。その時にはぜひ、身の回りの綺麗だけど使い終わったものを一緒に持って行ってみてください。地域のやさしさが感じ取れるはずです。



2014年、eatoco ができる前に  
都市農業公園で開催した「ものくる」

### お問い合わせ

子育てカフェ eatoco

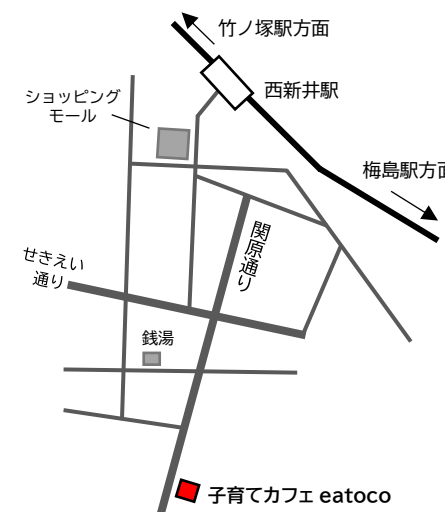
住所

足立区関原 3-5-7

MAIL

info@eatoco.com

LINE





# 舎人図書館通信



Look Back! /  
図書館イベントふりかえり

## 「舎人公園 千本桜まつり」



▲桜の木の下で「青空おはなし会」1日2回、計4回開催しました。



▲図書館ブースのテントの様子



▲本のとらば一ゆ（リサイクル）が大人気！



▲「チューリップとんぼ」を作り終わるとすぐに公園に飛ばしに行く子ども達も！

4月1日・2日に開催された「舎人公園 千本桜まつり」に舎人図書館も出店しました。舎人図書館のブースでは、チューリップの形をした紙とんぼ「チューリップとんぼ」の工作や、本の貸出、本のとらば一ゆ（リサイクル）を行いました。また、近くにある桜の木の下で「青空おはなし会」も開催！絵本『へんしんトンネル』では、子どもから大人まで大きな声を出して楽しんでいました。

両日とも好天に恵まれ、ブースには2日間で1,562人の方にお立ち寄りいただきました。遊びに来てくださった皆様、ありがとうございました！

## とねりマルシェでぬいぐるみと記念撮影？！



▲大事なぬいぐるみを置いてバシャリ！

3月19日に開催したとねりマルシェに、とねり丸と写真が撮れる「ぬい撮りスポット」が登場しました。「ぬい撮り」とは、ぬいぐるみを主役に写真を撮ることで、今ひそかなブームなのです。ぬいぐるみおとまり会参加者や、持っていたおもちゃを置いて写真を撮る男の子、マルシェ参加の記念に自撮りを撮る人など、人気のフォトスポットとなっていました。



▲とねり丸と一緒に、思い出の一枚。



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.13 もぐもぐタイム



『動物モグ図鑑 みんな何食べてる?』  
松原卓二／著  
小学館 2017年

5月は環境の変化などもあり、疲れやすい季節です。休みの日には、だらだらと様々な動物がご飯を食べる動画を見て過ごす日もあります。ただご飯を食べているだけの姿なのにとっても癒されます。

本書は「幸せそうに何かを食べている動物たち」というテーマで作られた写真集で、全国の動物園や水族館で撮影された写真がたくさん掲載されています。私のお気に入りには名古屋市東山動植物園のカナダヤマアラシ。顔や手や体、食べているサツマイモまで、写真に写るすべてが丸く、何とも言えない可愛らしさです。

巻末には和歌山県にあるアドベンチャーワールドで「動物の食事」について尋ねたインタビュー記事もあります。疲れた時の息抜きに読みたい1冊です。  
(担当：高下)

pick up //

## 図書館イベント情報

2023  
5月

絵本やわらべ歌を楽しみます

赤ちゃんおはなし会



日時：5/4・11\*・18・25 各（木）

①午前10時30分～10時50分

②午前11時～11時20分

対象：①2～4歳の子どもと保護者

②0～2歳の子どもと保護者

料金：無料 定員：各15組

場所：2階 読み語りコーナー

※事前受付不要です。

当日、舎人図書館にご来館ください。

\*5/11の読み手は読み語りボランティアみなずきの会です。

“図書館で推し活”第2弾

#推しのいる生活

～図書館でおしゃべり会～



▲推しへの愛を叫んだ第1回の寄せ書き

日時：5/13（土）午後2時～5時

対象：どなたでも

料金：無料 定員：10人

場所：3階 教養室

※舎人図書館窓口・電話にて受付中



食 べ る こ と が も っ と 大 ス キ に な る

# 食育イベントをご紹介します！



## 6月は食育月間！

舎人地域学習センター・図書館では、子どもから大人まで、野菜が食べたくなるような楽しいイベントを開催します！野菜を食べてみんなで健康を目指しましょう！ぜひご参加ください。



### オススメ講座

6/18  
(Sun.)



同日に野菜摂取量が測れるベジチェックも開催！

### キューピーの『聞いてなるほど！マヨネーズのお話』講演会

誰もが知っているマヨネーズ。みなさんのご家庭にも1つはあるのではないのでしょうか。そんなマヨネーズが何でできているのかなど、おいしさの秘密についてお話しします。また、野菜摂取の大切さや、野菜を美味しく食べる裏ワザレシピもご紹介！中学生～大学生も大歓迎ですので、ご希望の方はお気軽にご相談ください。

日時：6月18日(日) 午前10時～11時30分

対象：20歳以上の方(子ども同伴可)

※興味のある子どもも可(小学生以下は保護者同伴)

料金：無料 定員：30人

お土産付き(1家族様1つまで)

▼HP



7/1  
(Sat.)



### 見て・聞いて・食べて学ぶ野菜教室

テレビにも出演する野菜のプロからおいしい野菜の選び方や特徴を教えます。旬の野菜の食べ比べも！実際に野菜を見て、講義を聞いて、食べて、楽しく野菜について学びます。もっと野菜を知って、食べるのも楽しくなるはず！

日時：7月1日(土) 午前10時～正午

対象：小学生とその保護者

料金：500円 定員：15組

野菜のお土産付き(1組1つまで)

▼HP



気になる講座が  
いっぱいござる～



6/10,17  
(Sat.)



### ねんどでお気に入りの ワンプレートごはんを作ろう

ねんどを使い、ワンプレートごはんを作ります。食もアートも楽しみましょう。

日時：6月10日・17日 各(土)

①午後2時～3時 ②午後3時～4時

対象：4歳～高校生(未就学児は保護者同伴)

料金：1回100円 定員：各8人

▼HP



6/11  
(Sun.)



### 野菜を題材にした ミニおはなし会

野菜を題材にした絵本のおはなし会を行います。参加者には素敵なプレゼントも用意しております。

日時：6月11日(日) 午後3時～3時30分

対象：未就学児～小学生

料金：無料 定員：10人程度

▼HP



6/25  
(Sun.)



### わくわくサイエンス教室 「野菜で布を染めよう」

玉ねぎやナスなどの野菜を使い、布を染めます。布が染まる仕組みや野菜について学びましょう。

日時：6月25日(日) 午後2時～3時30分

対象：小学生

料金：150円 定員：10人

▼HP



### 6月毎週土曜日



### 野菜スタンプラリー

野菜を使ったスタンプラリーを今年も開催します。自分だけのオリジナル野菜アート作品を体験してみませんか？

日時：6月の毎週土曜日

対象：どなたでも

料金：無料 定員：なし

▼HP





# 講座の情報 5/26(金)から受付開始

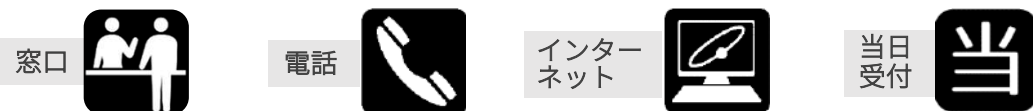
※新型コロナウイルス感染拡大状況により、講座を中止あるいは予定を変更する場合がございます。

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。



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



## 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：6/2・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

### 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：6/3・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

### 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：6/4・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

## 受付中！

とねりガーデニング・クラス  
「エコなプランターにハーブを植えよう」



卵の殻から作られた環境に優しいプランターでハーブを植えます。

日時：6/11（日）  
午前10時～正午  
対象：4歳以上の方  
（小学生以下は保護者同伴）  
定員：12人  
料金：2,000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：6/11（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・後日返却はしていません。

### はつらつ教室



介護いらずの元気な体を目指します。今月は運動45分と座学45分です。

日時：〈口腔〉6/14（水）  
〈栄養〉6/28（水）  
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

## 親子・子ども向け



ねんどでお気に入りの  
ワンプレートごはんを作ろう



ねんどを使って自分の好きなワンプレートごはんを作ります。

日時：6/10・17 各（土）  
①午後2時～3時  
②午後3時～4時  
対象：4歳～高校生  
（未就学児は保護者同伴）  
定員：各8人  
料金：1回100円

ハワイココ付けて  
子どもフラサークル体験  
（2日制）



舎人センター登録団体「ハウオリマアラエフラスタジオ」のサークル体験です。

日時：初級 6/23・30 毎（金）  
中級 7/5・12 毎（水）  
午後6時30分～7時30分  
対象：初級 3歳～小学生  
中級 小学2年生～高校生  
定員：各10人  
料金：720円

わくわくサイエンス教室  
「野菜で布を染めよう」



野菜を使って草木染めをしましょう。身近なものから科学を勉強します。

日時：6/25（日）  
午後2時～3時30分  
対象：小学生  
定員：10人  
料金：150円

### 朝スッキリヨガ



初心者の方も大歓迎！  
1日のスタートをパワフルにするヨガ教室です。

日時：6/10・24 各（土）  
午前10時～11時15分  
対象：16歳以上の方  
定員：各20人  
料金：1回550円

キューピーの  
「聞いてなるほど、  
マヨネーズのお話」講演会



キューピー(株)が野菜の摂取の必要性やマヨネーズの歴史についてお話しします。

日時：6/18（日）  
午前10時～11時30分  
対象：20歳以上の方  
（子ども同伴可）  
定員：30人  
料金：無料

ハワイココ付けて  
大人フラサークル体験  
（2日制）



舎人センター登録団体「ハウオリマアラエフラスタジオ」のサークル体験です。

日時：初級 6/23・30 毎（金）  
中級 7/5・12 毎（水）  
午後7時45分～9時15分  
対象：16歳以上の方  
定員：各10人  
料金：1,020円

### 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：7/10・24・31 各（月）  
午後7時～8時30分  
対象：小学生以上の方  
（小・中学生は保護者同伴）  
定員：各10人  
料金：一般 1回150円  
小・中学生 1回80円

## 野菜のお土産付き！

見て・聞いて・食べて  
学ぶ 野菜教室



テレビにも出演する野菜のプロから、おいしい野菜の選び方を学びます。

日時：7/1（土）  
午前10時～正午  
対象：小学生とその保護者  
定員：15組  
料金：500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：7/5・19 各（水）  
午前10時～10時45分  
対象：6カ月～3歳の子どものと保護者  
定員：各8組  
料金：1回990円

### パパと一緒に親子体操



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：7/9（日）  
午前10時～11時  
対象：2・3歳の子どものと父親  
定員：12組  
料金：600円

### 親子で楽しむヨガ



様々なヨガポーズで、ママの心と身体をリラックス&リフレッシュします。

日時：7/12（水）  
午前10時～11時  
対象：7カ月～2歳の子どものと母親  
定員：10組  
料金：750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：6/14・28 各（水）  
午後1時30分～2時50分  
対象：16歳以上の方  
定員：各20人  
料金：1回430円

## お土産付き！



近隣情報

舎人地域で開催されるイベントや施設からの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。



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】

- ◆5月の工作「フォトフレーム」  
日時：5/20・27 各（土）午後1時～4時  
定員：各25人（定員になり次第終了）  
対象：小学生以上



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

【悠々館】

- ◆体チェック  
日時：5/10（水）朝体操の後、午前10時～11時  
申込受付：随時申込受付  
月1回の体チェック。身長・体重・体脂肪・内臓脂肪・骨格筋量・握力等。
- ◆住区 de 団らん  
日時：5/11・25 各（木）午後1時30分～3時  
定員：各20人 申込受付：窓口にて前日まで受付

【児童館】

- ◆中学生の ibasyo  
日時：毎（月）～（土）午後5時～6時  
対象：中学生～高校生 申込受付：当日受付  
カードゲーム・漫画の貸出や、フリスビー、卓球などができます。



西新井消防署  
住所：伊興 2-5-11  
TEL：03-3853-0119

- ◆子どもの事故を防止しよう  
子どもの成長とともに危険がないか確認しましょう。
- ◆年齢ごとにみる特徴的な事故  
0歳：ベッドや人が抱えている状態から「落ちる」。たばこや玩具を「誤って飲み込む」。  
味噌汁・スープで「やけど」をする。  
1歳：階段や椅子から「落ちる」。家具類につまづき「転ぶ」。玩具を「誤って飲み込む」。  
お茶やコーヒーで「やけど」をする。  
2歳：階段や椅子から「落ちる」。家具類につまづき「転ぶ」。  
手動ドアに「はさむ・挟まれる」。味噌汁・スープで「やけど」をする。  
3歳：階段や自転車の補助椅子から「落ちる」。階段や机・テーブルで「転ぶ」。ビー玉などを「誤って飲み込む」。ナイフやはさみで「切る・刺さる」。

※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。

裏方は三人姉妹彼岸寺  
(講師 大和田博道)

季節は「彼岸・臘・山笑ふ」・他です

特選 入彼岸電話の主は夫の友  
電話があり、出てみると、その人は夫の友人であつた。彼岸の入に電話があつたのは、その夫がなくなつていたのであろう。なくなった夫の人物が思ひうかぶ。

あいうえお順

裾野には萌黄の絨毯山笑う  
(石井里子)

じゃんけんのあいこ六回山笑う  
(今村修策)

山笑ふ遠くを追へば母の声  
(尾方逸子)

髪切りて春愁の顔すてにけり  
(柴原紅扇)

山笑ふ四方山話し三時間  
(下村邦子)

おほかたは臘に生きてきた二人  
(白鳥兼子)

山笑ふたまのけんかは惚け予防  
(高野敏男)

愛犬の眠る日だまり彼岸寺  
(竹内八重子)

夢色といふものあらばひなあられ  
(徳納津多子)

人の世の儚さ包む臘月  
(丹羽和子)

啄木の出でし故郷山笑う  
(水巻美智子)

とねり俳句会、次回の活動は  
(水巻美智子)

5月26日 金曜日 午後1時からです。

ギャラクシティ NEWS  
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

生解説 & ピアノライブ  
大人のための  
プラネタリウム  
星とピアノ ~Night Sky Lounge~

2023年5月19日(金) 開演：午後7時30分  
(開場：午後7時20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。  
※当日午前9時より1階総合受付でチケットを販売 ※残数席の使用は不可

「星とピアノ」は第三金曜日に開催。YouTubeやストリート・ピアノなどで活躍する注目の音楽家をゲストに招き、プラネタリウムでの当日の星空解説を交えた演奏会。いつものプラネタリウムとは異なる大人の雰囲気をお楽しみください。

★出演★ 北原 恵理 / ヴァイオリン  
★出演★ 山田 桃菜 / ピアノ

こども未来創造館

スポーツチャレンジパーク  
スペシャル  
GWはだれでも参加できる  
スポーツをたっぷり楽しもう!

2023年5月3日(水・祝)～5日(金・祝)

【対象】どなたでも(未就学児は保護者同伴)  
【申込】当日直接会場へ

イベントの詳細はギャラクシティ公式ホームページをご確認ください。

西新井文化ホール

足立吹奏楽団 結成45周年記念  
第31回スプリングコンサート

2023年5月28日(日)  
開演 午後2時(開場 午後1時30分)

全席自由(税込) 一般：800円 高校生以下：500円 ※未就学児入場不可

【指揮】林 紀人(ミュージック・アドバイザー)  
酒井 達哉  
【司会】堀江 慶子

4月20日(木) チケット販売開始

主催：足立吹奏楽団 共催：足立区  
後援：公益財団法人 足立区生涯学習振興公社・東京都一般吹奏楽連盟

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(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！  
※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。  
※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。





# 足立区議会議員選挙 足立区長選挙 令和5年5月21日(日)



さあ、投票へ

その、一票で未来は動く。

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  
(日暮里駅前一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)」5月号 (毎月1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」



「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 足立区

知ると分かる。すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI

休館日

舎人地域学習センター 5/21 (日)

舎人図書館 5/21 (日)・31 (水)