足立区舎人地域学習センター・図書館地域情報誌

TsuKuSHI

7 つくし 2023

P2.3 とねり丸取材日誌【あるこいりす(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
【おうちでわくわくサイエンス教室】
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

子どもの自信につながる居場所

あるこいりす(Arco-iris)
4/25「虹色子育てキッチン」開催時の様子

とねり丸
取材日誌

子育て支援活動を行う団体をご紹介

Vol.14

あるこいりす（Arco-iris）(2)

バックナンバーはこちら

4/25（火）に開催した「虹色子育てキッチン」の様子。子どもたち同士での交流が盛んです。

たこ焼きの準備中
子どもたちも包丁を持ってお手伝い

メニューはあるこいりすのメンバーで考案
毎回大好評です

「できること」が増えると
子どもたちの自信にもつながります

子どもたちのあったかキッチン

前号に引き続き、行き渋り・不登校・発達や特性に対する悩み等の子どもの応援を行う団体「あるこいりす(Arco-iris)」(以下あるこいりす)をご紹介します。

あるこいりすでは、食事から五感を感じ、子どもたちのコミュニティの場所にもなっている「虹色子育てキッチン」という食育活動を行っています。4/25（火）の開催では、みんなでたこ焼き・おにぎり・お味噌汁を作りました。子どもたち同士で具材の切り方や作り方を教え合い、学校や学年、性別関係なくコミュニケーションをとっていて、居心地の良い空間になっていました。

成長のきっかけが見つかる

子どもの体づくりの基本になる 4 つの要素「食」「学習」「運動」「芸術」に関した講座を開催しており、各分野のプロフェッショナルが講師を務めています。特に人気なのは料理講座。何を作るかを決め、必要な材料の検討や買い出しを行い、料理を作り終えたら一連の作業の反省会まで子ども主体で行います。参加者からは「子どもはこういうところに好奇心があったんだと新たに発見した」という嬉しい声をいただくそうです。

子どもがのびのびと育つ場所を目指して

他にも「虹色アドベンチャー」という自然体験をする活動もあります。今後は、社会体験なども織り交ぜながら活動の幅を広げていく予定です。

何かと制限されている場所が多い中で、あるこいりすは、子どもが自由に遊べて学べるようサポートしています。もっと子どもの可能性を広げてみませんか？気になる方はぜひ気軽に参加してみてください。

子どもの体験の機会を増やそうと
様々な企画を計画中です

お問い合わせ

あるこいりす(Arco-iris)

MAIL

nijiiroouen.project2020@gmail.com

LINE

※活動場所として一般社団法人チョイふるの「こそだて図書館」を利用しています。
住所：足立区伊興本町 2-8-11

ユキリス
舎人地域学習センター・
図書館公式キャラクター

舎人図書館通信

＼Look Back!／
図書館イベントふりかえり

#推しのいる生活
～図書館でおしゃべり会～

5 月開催
「あなたの推しは何ですか？」

▲自分の「推し」について熱く語ります。

▲参加者から寄せられた「推し」の寄せ書き。

5/13（土）に「#推しのいる生活～図書館でおしゃべり会～」を開催しました。自分の好きなヒト・モノ・コトについて語りあう、通称「推し会」の第 2 弾。アニメ、アイドル、声優、VTuber から、飼っているペット、好きなスポーツなど今回もさまざまな推しの話が飛び出しました。

会の最後には、参加者で「推し」の寄せ書きをして終了。作成した寄せ書きは期間限定で図書館児童コーナーにて掲示を行い、利用者のみなさんからも大きな反響をいただきました。

「推し会」は今後も開催予定です。「我こそは！」という推しへの愛をお持ちの方、次回はあなたが推しを語る番です！

5 月開催
「冒険に出かけよう！」

▲入口から入ってすぐの壁に掲示しました。

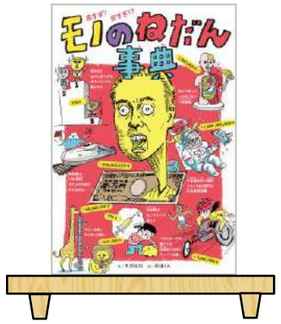
春の読書週間イベント
みんなでつくろう！とねり丸冒険記

4/23（日）から 5/13（土）は「こどもの読書週間」です。その期間に合わせて、足立区の図書館では共通のテーマでイベントを行いました。

今年のテーマは「冒険」。舎人図書館では、4/20（木）から 5/30（火）までの間、「みんなでつくろう！とねり丸冒険記」を開催しました。当館の公式キャラクター「とねり丸」が冒険中に出会った仲間を想像し、シートにかいてもらうというもの。全部で 189 人の方にご参加いただき、個性豊かなオリジナルキャラクターが誕生しました！5 月をもって展示は終了しましたが、シートは冊子にして展示中です。是非見に来てくださいね。

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.15



『高すぎ?安すぎ!? モノのねだん事典』
文／大澤裕司
ポプラ社 2020 年

花火の値段を知っていますか？

買うか買わないか悩むときに判断材料となる「値段」ですが、世の中には私たちが普段買うことのないようなモノがあり、それらにも値段があります。『高すぎ?安すぎ!? モノのねだん事典』では身近なモノから意外なモノまで様々な値段を紹介しています。

例えば、夏の風物詩でもある花火は高く上がるものほど金額も上がっていき、一番大きい 40 号玉では 300 万円以上するとか。一方で、動物園で人気のコアラは、オーストラリアから借りたり譲ってもらったりしていますが、値段は無料!

どうしてその金額になるのかも解説しており、世の中の値段の仕組みも学べます。実は知らない値段の面白さを覗いてみてください。

（担当：小野）

＼Pick up／

図書館イベント情報

2023
7 月

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

集え、初心者から熟読者まで！

夏のとねり読書会
村上春樹を語る

日時：7/15（土）
午後 2 時～4 時
対象：どなたでも
定員：10 人
料金：無料
場所：3 階　学習室

※舎人図書館カウンター、
電話にて受付中

舎人地域在住の怪談師、再び！

大人も子どもも楽しめる
城谷歩の怪談噺

日時：7/29（土）
午後 5 時～7 時
対象：小学生以上の方
（小中学生は保護者の参加が必要）
定員：45 人
料金：1,000 円
場所：3 階　レクリエーションホール

※舎人地域学習センター窓口、電話
インターネットで受付中

楽しく学んで最高の夏にしよう！

おうちでわくわく サイエンス教室

夏休みも舎人センターに GO!

今月号は、夏休みの自由研究にぴったりな実験やイベントをご紹介。夏休みも舎人センターを使い倒して楽しみましょう！

自由研究にオススメ！

アイスクリームを作ろう

⚠注意

- 大人と一緒に行いましょう。
- 氷を使うときは、軍手や手袋をしてね。
- アイスクリームを作る前は、手を洗おう。

材料（1 人前）

- 氷（500 グラム）
- 塩（120 グラム）
- 牛乳（100 ミリリットル）
- 砂糖（10 グラム）
- バニラエッセンス（数てき）
- ジッパー付きの袋（大小 1 枚ずつ）
- 軍手や手袋
- タオルや布

実験してみよう！

①

小さめの袋の中に、牛乳、砂糖、バニラエッセンスを入れる。袋の中の液体がもれないように、袋をしっかりとしめてね。

ジッパーをきちんとしめてね！

②

次に、大きめの袋の中に、氷と塩を入れてよくもんで混ぜよう。氷と塩が混ざったら、袋の中に①で作ったものを袋ごと入れるよ。

氷がとても冷たくなるよ。
タオルでつつむ時は気を付けよう！

③

布で②をつつみ、タオルのはしをぎゅっと持って 1 分ほど回そう。回す方向は変えても大丈夫！

④

布をひらいてみて、①で作ったものが固まっていたら完成！袋から出して、お皿にうつしてから食べてね。

どうして氷と塩を使うの？

氷が溶けるときは、まわりの空気などから熱を吸収します。また、塩が溶けるときも、同じくまわりの水から熱をうばいます。氷に塩をかけると、このような現象が重なるため、氷の温度がより冷たくなるので、アイスクリームを作ることができるよ！

YouTube もみてね！

舎人センターの公式 YouTube には他の実験動画もいっぱい！
今回のアイスクリームも配信中。動画で詳しく見たい人はぜひ QR コードから見てね！

▼詳しくはこちら▼

オススメ講座

わくわくサイエンス教室
プラネタリウムを作ろう

身近なものを使い、自分だけのオリジナルプラネタリウムを作ります。夏の星座や星のしくみについても学びましょう。

日時：7/30 (日)　午後 2 時〜 3 時 30 分
対象：小学生
定員：10 人
料金：100 円
場所：舎人地域学習センター 第 1 ・2 学習室

▼詳しくはこちら▼

講座の情報　7/26(水)から受付開始

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

※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

親子・子ども向け

手作りアクセサリー屋さんになろう A・B（5 日制）

作品や宣伝用のチラシを作り、とねりマルシェで販売を行うお仕事体験です。

日時：8/19～9/9　毎（土）
午後 2 時～4 時
※とねりマルシェ　9/17（日）
販売時間が A・B で異なります
対象：小学生と保護者
定員：各 4 組
料金：3,000 円

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体操用具を使って、親子で楽しく運動します。

日時：9/4～10/2　毎（月）
※9/18 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

子ども体操 A・B（4 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：9/4～10/2　毎（月）
※9/18 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：2,000 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：9/6・20　各（水）
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

経験者向けの C コースもあります！

子ども英会話 A・B（11 日制）

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：9/6～12/13　毎（水）
※9/27、10/25、11/8・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：7,920 円

親子で楽しむヨガ

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：9/13（水）
午前 10 時～11 時
対象：7 カ月～2 歳の子どもと母親
定員：10 組
料金：750 円

産後ママのためのボディメイクヨガ

産後に変化する体をヨガでシェイプアップ。日頃の固まった体をほぐします。

日時：9/27（水）
午前 10 時～11 時
対象：7 カ月～2 歳の子どもと母親
定員：10 組
料金：800 円

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：8/4・18　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

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：8/6（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。

誰でも簡単に踊れるフラダンスサークル体験 A・B・C

基本のステップから丁寧に指導してくれる先生のもとで楽しく活動しましょう。

日時：8/8・22　各（火）
A 午後 1 時～1 時 30 分
B 午後 3 時～3 時 30 分
C 午後 3 時 30 分～4 時
対象：A 16 歳以上の女性
　　B 3 歳～就学前の子ども
　　C 小学生
定員：各 10 人
料金：1 回 310 円

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＋座学 45 分です。

日時：〈口腔〉8/9（水）
〈栄養〉8/23（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

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：8/9・23　各（水）
①午前 11 時 20 分～11 時 35 分
②午前 11 時 40 分～11 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

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：8/9・23　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

バランスボールでヨガ・ストレッチ

バランスボールを使った体をほぐすストレッチや、体幹トレーニングを行います。

日時：8/19、9/2　各（土）
午後 1 時～2 時 15 分
対象：16 歳以上の方
　　（就学前の子ども同伴可）
定員：各 15 人
料金：1 回 850 円

認知症サポーター養成講座（2 日制）

私たちにもできる、認知症の方を支え、手助けをする方法について学びます。

日時：9/2・9　毎（土）
午後 2 時～4 時
対象：16 歳以上の方
定員：15 人
料金：無料

「つながるあだち人」第 3 弾！

講演会「ペルシャ絨毯がつないだ足立区とイラン」

絨毯のクリーニングや修理を行う大成コーポレーション(株)にお話いただきます。

日時：9/3（日）
午後 2 時～4 時
対象：16 歳以上の方
定員：30 人
料金：500 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：9/4・11・25　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

とねりガーデナーズ・スクール（3 日制）

花壇のデザイン決め・植え替え作業・振り返り&ワークショップの 3 日制です。

日時：9/23（土・祝）
11/3（金・祝）
令和 6 年 2/4（日）
午前 10 時～12 時
対象：小学生以上の方
（小・中学生は保護者同伴）
定員：15 人
料金：300 円

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。
※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。

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】
◆7 月の工作「パラシュート」
日時：7/8・15 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　地域包括支援センター入谷の職員による出張相談会**
日時：7/12（水）朝体操の後、午前 10 時～11 時 30 分
申込受付：随時申込受付
◆**熱中症予防対策　演芸大会**
日時：7/29（土）午前 10 時開演
出演者・観覧者の申込みは 6/15（木）から開始
※詳細は事務室へお問合せください。

【児童館】
◆**夏まつり**
日時：7/26（水）午後 1 時 30 分～午後 3 時
対象：幼児（保護者同伴）以上の方
布がき・うちわづくり等、イベントをご用意しております。
※準備分が無くなり次第終了

西新井消防署
住所：伊興 2-5-11
TEL：03-3853-0119

◆**熱中症を予防しましょう**
熱中症の初期症状を見逃さず、すぐに涼しい場所へ移動し、体を冷やし、水分補給を行うことが重要です。
◆**熱中症を防ぐために**
〈行動の工夫〉
・日陰を選んで歩く　・涼しい場所に避難する　・適宜休憩する
・こまめに水分補給をする
〈衣服の工夫〉
・襟元はゆるめて通気する　・黒色系の素材は避ける　・日傘や帽子を使う
〈住まいの工夫〉
・風通しを利用する　・窓から日光を遮る　・空調設備を利用する
◆**熱中症のおもな初期症状**
・めまい　・吐き気　・立ちくらみ　・頭痛

舎人つくし俳壇

筍飯食ふて晩年そこそこぞ　（講師　大和田博道）

季題は「葉桜・筍飯・夏木立」・他です

日常のわずらわしさを癒す夏木立の豊かな抱擁力を謳っている。

特選　**俗世より少し距離置く夏木立**　（水巻美智子）

あいうえお順

葉桜もとうに過ぎたる吾身かな　（石井里子）
葉桜や老木の幹若き芽よ　（下村邦子）
葉桜や友百人の一年生　（白鳥兼子）
夏木立見え隠れしてモノレール　（高野敏男）
十九の告白傍らにあおさぎ　（田口修）
走り梅雨坂の上なる天主堂　（竹内八重子）
人生は百年時代瓜を揉む　（徳納津多子）
葉桜やマスク外して人と会ふ　（長根芳夫）
葉桜や笑顔清しき古き友　（丹羽和子）

とねり俳句会の活動日は原則、毎月第一金曜日です。

ギャラクシティ NEWS

GALAXCITY

ギャラクシティのエンターテインメント

【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！ 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

大人気企画

夏休み　１日図書館員

図書館で働く司書のお仕事を体験できます。
ぜひお申し込みください！

日時　①7/22（土）午前 10:00～正午
②7/23（日）午前 10:00～正午

対象　小学 4～6 年生　各回定員 4 人

内容　本の貸出・返却、棚の整理、本の POP 作成など

申込期間 7/1（土）～7/14（金）〔抽選申込制〕
舎人図書館カウンター、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―見沼代親水公園駅）
東武バス　竹 07 系統
（竹の塚駅西口―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―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）」7 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」

足立区

「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

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　7/18（火）
舎人図書館　7/18（火）・31（月）