

足立区舎人地域学習センター・図書館地域情報誌

TsUKUSHI

つくし
5 2025

P2.3

とねり丸取材日誌「花雑貨つぼみ」

P4

とねり letter【本のある暮らし】

P5

舎人図書館イベントふりかえり

舎人図書館のイベント情報

P6.7

食育イベント情報

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

小さな花が運ぶ、幸せの物語



花雑貨つぼみの作品

「ブッダナッツ」のフラワーアレンジメント

詳細は P2.3 に掲載しています。

Vol.11 花雑貨つぼみ



2025年3月に開催された千本桜まつりでのワークショップの様子。



「ブッダナッツ」を使ったフラワーアレンジメントは一番人気の作品。



マルシェでは、どんなお部屋にも合うアンティーク調やナチュラルな雰囲気が漂う作品が並びます。



生花とほとんど見た目を変えずに、丁寧にドライフラワーへと加工して制作したハーバリウム。

心安らぐ花の世界

今回ご紹介するのは、「お部屋の片隅に置いて、お花を眺めてホッと一息つける癒しの空間」をコンセプトに花雑貨の制作・販売をしている「花雑貨つぼみ」の青山さんです。

「どんな花にもつぼみはある。いつか花が咲いて誰かに気づいてもらえるように」そんな願いを込めて名付けられた「花雑貨つぼみ」。その世界観を大切にした繊細な作品作りをされています。

一目ぼれから生まれた幸運の花雑貨

青山さんは、あるマルシェで目にしたハーバリウムに一目ぼれしたことがきっかけで、ハンドメイド作家としての活動をスタート。ハーバリウム制作で使用した花材を花雑貨にアレンジするなど、独自のセンスで多彩な作品を生み出してきました。

その中でも、人気なのは「ブッダナッツ」を使った作品。「ブッダナッツ」とは幸運を呼ぶとされる木の実で、その大きな丸い実の中には、可愛らしい小さな花が美しく敷き詰められています。配色にも細やかなこだわりが感じられる、唯一無二の作品です。

花で繋がる地域の輪

ハンドメイド仲間からの励ましを受けてワークショップに挑戦し始めた青山さん。試行錯誤を重ねながら、より良い体験を提供できるよう努力されています。

「花雑貨つぼみ」は、足立区内のマルシェに出店することが多く、地域のイベントでその魅力的な作品を楽しむことができます。ぜひ近くのマルシェに足を運び、温かみのある花雑貨に触れてみてください。



ワークショップは子どもにも大人気！ケガをしないように、材料には安全に対する工夫がされています。



友人へのプレゼントを探していたところ、ワークショップに出会ったというお客さんも、世界にひとつだけの贈り物を作りませんか？

お問い合わせ

花雑貨つぼみ

Instagram



minne



図書館司書がおすすめの本を紹介しす〈今月のテーマは「歴史」〉

本のある暮らし vol.37



『平安男子の元気な！生活』
著 / 川村裕子
岩波書店 2021 年

現代と似てる？違う？男子の姿

平安時代といえば優雅なイメージを持つ人も多いのではないのでしょうか。私もこの本を読むまではそのイメージでした。

『平安男子の元気な！生活』は、平安時代の貴族男子の習慣や環境を現代の生活に例えて紹介しています。例えば平安時代のオフィス事情、「日給の簡」というものがありました。これは勤務時間を記録するタイムカードのようなもの。今の自分達と似ている習慣を知ると、遠い時代の人々が急に身近に思えてきます。全体を通してコメディタッチで書かれているため、考え込まずにサラッと読むことができます。恋に仕事にファッションに……意外とドタバタな平安男子の生活、ぜひ覗いてみてください。

(担当：矢部)

ほかにこんな本がおすすめ！

知りたい！貴族の生活



平安貴族は朝活をしていた！宮廷内でプライバシーを守る方法とは？和歌のマニュアル本が存在した！など紫式部の生活に隠された秘密満載の一冊です。

『語りたくなる紫式部
平安宮廷の表と裏』
監修 / 吉井美弥子
主婦と生活社 2023 年

イメージと違う偉人達



歴史に登場するあの人、大河ドラマのこの人、お札になった人などを楽しいエピソードで紹介。お気に入りの偉人を身近に感じられます。

『東大教授がおしえる
やばい日本史』
監修 / 本郷和人
ダイヤモンド社 2018 年

Look Back!
図書館イベントふりかえり

ゆるっと学ぶ家庭での性教育

3/9(日)に「ゆるっと学ぶ家庭での性教育」を開催しました。このイベントは「子どもへの性教育を、何から始めていいのか分からない」と悩む保護者に向けた、肩の力を抜いてゆるっと性教育を学べる講座です。性教育を取り扱ったイベントを足立区の図書館で行うのは初となります。当日は5組の方が参加し、和やかな雰囲気の中で行われました。

助産師や保健師として働いている講師をお招きし、プライベートゾーンなど基本的な性教育の知識から、家族間でも注意しなければならないことなどを学びました。



▲講座開催時の様子



皆さん熱心にお話を聞き、「子どもが何歳の時に始めるべきか」などたくさんの質問があがりました。また、性教育の絵本や資料も展示し、多くの方に手に取っていただきました。参加者から「相談する場所が欲しかった。今後も開催してほしい」との声もいただき、必要とされる講座と再認識できる会となりました。

PICK UP!

図書館イベント情報

5/11
(日)

自分で作る！？ ボードゲームに挑戦

クイズを作り、ゲームを完成させましょう！
参加者にはステッカーをプレゼント☆



時間：午後 2 時～ 4 時
対象：小学生
定員：10 人
料金：無料
場所：2 階 図書館 児童書コーナー
※当日受付

6/15
(日)

ちょっとこわ～いかも!?な おはなし会

「ちょっとこわい」をテーマにした親子で参加できるおはなし会。ミニ工作も実施予定！



時間：午前 10 時 30 分～ 11 時
対象：4 歳～小学生と保護者
定員：10 組
料金：無料
場所：2 階 図書館 読み語りコーナー
※事前申込制
舎人図書館の窓口・電話 (03-3857-0771)
にて申込受付中

食べること がもっと 大スキ 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、食べることがもっと大好きになるようなイベントや講座を開催！おいしい発見や、楽しいひとときを一緒に楽しみませんか？食べることが好きな方も、これから好きになりたい方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

Pick up!

オススメ講座

6/1
(日)



受付中！

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てください。また、野菜の食べ比べも行います。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。

日時：6/1（日）

午前 10 時～正午

対象：小学生と保護者

定員：20 組 料金：400 円

場所：3 階 第 1・2 学習室

▼HP



野菜のお土産付き（1 組 1 つまで）

6/28
(土)



5/26(月) から
受付開始

キューピーの 『野菜を楽しみ、 もっと健康に！』講演会

キューピー株式会社の派遣講師が、野菜の栄養や旬の情報などの魅力について講義を行います。講義では、野菜の摂取の必要性や具体的な調理方法について詳しく解説します。

日時：6/28（土）

午前 10 時～正午

対象：16 歳以上の方

（小学生以上の子ども同伴可）

定員：30 人 料金：無料

場所：3 階 第 1・2 学習室

▼HP



お土産付き（同伴者を除き、1 人 1 つまで）

／ その他、食育イベント・講座もご紹介 ／

6/1
(日)



当日受付

ねんどでごはん
マグネットを作ろう

ねんどを使って、お気に入りのワンプレートごはんを作ります。作品はマグネットとして使えます。

日時：6/1（日）

① 午後 2 時～3 時 ② 午後 3 時～4 時

対象：4 歳～高校生

（就学前の子どもは保護者同伴）

定員：各 10 人 料金：1 回 100 円

場所：3 階 フリースペース

▼HP



6/22
(日)



5/26(月) から
受付開始

わくわくサイエンス教室
「野菜染めをしよう」

野菜で布を染める実験を行います。布が染まる仕組みや野菜について学びましょう。

日時：6/22（日）

午後 2 時～3 時 30 分

対象：小学生

定員：10 人 料金：100 円

場所：3 階 第 1・2 学習室

▼HP



6/7・21
(土)



当日受付

野菜のおはなし会

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ご用意しております。

日時：6/7・21 各（土）

午後 3 時～3 時 30 分

対象：4 歳～小学生

（就学前の子どもは保護者同伴）

定員：各 15 人 料金：無料

場所：1 階 フリースペース

・ 6 月毎週土曜日

当日受付



野菜スタンプラリー

野菜を使ったスタンプラリーを開催します。自分だけのオリジナル野菜アートを作りませんか？

日時：6 月の毎週土曜日

午前 9 時～午後 5 時

対象：どなたでも

場所：2 階 図書館

講座の情報 5/26(月)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。

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



当館 HP
講座情報
ページ



一般向け



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：6/1・8 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・障がい者割引
1回140円
（証明書をご持参ください）
小・中学生 無料

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：6/7・28 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

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：6/11（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
（子ども同伴可）
定員：各5人
料金：無料

親子・子ども向け



受付中！

ガールズヒップホップダンス（9日制）



ダンスの基礎となる体作りやリズム感、ステップを学びます。

日時：5/13～7/8 毎（火）
午後4時30分～5時45分
対象：小学生（性別不問）
定員：15人
料金：7,650円

ねんどでごはん マグネットを作ろう



粘土を使い、ワンプレートごはんを作ります。作品はマグネットとして使えます。

日時：6/1（日）
① 午後2時～3時
② 午後3時～4時
対象：4歳～高校生
（就学前の子どもは保護者同伴）
定員：各10人
料金：100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：6/8（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。

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：6/11・25 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

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：6/20（金）
午後6時30分～7時45分
対象：16歳以上の方
定員：20人
料金：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：6/21（土）
午後6時30分～7時45分
対象：16歳以上の方
定員：20人
料金：550円

手芸ひろば 夏のつるしかざり 「うちわ」（2日制）



フェルトでうちわのつるしかざりを作ります。
手芸の経験は問いません。

日時：6/27、7/4 毎（金）
午後2時～4時
対象：16歳以上の方
定員：9人
料金：1,320円

わくわくサイエンス教室 「野菜染めをしよう」



野菜染めでミサンガを作ります。身近なものから科学を学びましょう。

日時：6/22（日）
午後2時～3時30分
対象：小学生
定員：10人
料金：100円

ロボットスポーツ ワークショップ for ロボスポフェスタ（3日制）



7月の大会を目指し、ロボット制作・プログラミング・操作を学びます。

日時：7/6・13 各（日）
・21（月・祝）
午後2時～5時
対象：小学4年生～高校生
定員：16人
料金：3,000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：7/9（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

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：7/13（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

キューピーの 「野菜を楽しみ、 もっと健康に！」講演会



キューピー(株)が野菜の栄養や旬の情報、摂取の必要性や調理法をお伝えします。

日時：6/28（土）
午前10時～正午
対象：16歳以上の方
（小学生以上の子ども同伴可）
定員：30人
料金：無料

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：7/7・14・28 各（月）
午後7時～8時30分
対象：小学生以上の方
（中学生以下は保護者同伴）
定員：各10人
料金：一般 1回150円
小・中学生 1回 80円

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：7/19（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）
※別途、保険料（1人10円）をいただきます。
定員：15人
料金：850円

やさしい ボディーメイクヨガ



日頃の固まった筋肉をほぐしながら、気になる体型をヨガでシェイプアップします。

日時：7/23（水）
午前10時～11時
対象：16歳以上の女性
（7カ月～3歳の子ども同伴可）
※別途、保険料（1人10円）をいただきます。
定員：10人
料金：800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

【悠々館】

◆日帰りバス旅行（山梨県方面）

日時：6/8（日）

対象：女性限定

【児童館】

◆5月の工作「あじさいをつくろう」

日時：5/17・24 各（土） 午後1時～3時

対象：小学生以上

定員：各 25 人 ※定員になり次第終了

※詳しくは開催館窓口へお問い合わせください。

【悠々館】

◆住区 de 団らん

みんなで体操、ゲーム、簡単な工作などで楽しみましょう。

日時：5/8・22 各（木） 午後1時30分～3時

定員：各 20 人 窓口にて前日まで受付

◆悠々館 研修旅行（栃木県佐野方面）

日時：5/26（月） ※定員に達し次第締め切り

【児童館】

◆多世代交流 手芸サロン「かぎ針あみ（毛糸、レース糸）」

日時：5/10（土） 午後1時30分～3時30分

対象：小学3年生以上 指導：山口先生

定員：10 人

◆スポトレ

日時：5/19（月） 午後3時15分～4時

対象：小学生 指導：渡辺先生

定員：20 人 当日参加可

※詳しくは開催館窓口へお問い合わせください。



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



西新井消防署
住所：伊興 2-5-11
TEL：03-3853-0119

家具類の転倒・落下・移動に気をつけよう！

◆集中収納しよう

据え付け家具に収納する。

◆レイアウトを工夫しよう

① 出入口から離して配置する。

② 倒れても安全な向きに配置する。

◆家具を固定しよう

① L型金具を使う。

② ポール式とストッパー式金具を組み合わせる。

舎人つくし俳壇

桃咲くや水に日向の匂ひして

（講師 大和田博道）

兼題「桃・霞・蛇穴をいづ」

特選 流されて難幾万東北志

（長根芳男）

東日本大震災は二〇一一年三月十一日で、今でもテレビに流れる映像を見る度に災害の悲惨さに心が痛みます。この句には鎮魂の願いが切々と描かれています。

戦いの地にも桃香の風吹くか

（石井里子）

故郷や今頃満の桃の花

（今村修策）

オルガンの優しい誘ひ桃の花

（尾方逸子）

バックヤードは大抵の桃の花

（小野明子）

春泥を蹴るサッカーの子等の声

（柴原紅扇）

霞や異国語かはす竹の塚

（白鳥兼子）

桃林の闇より笠と龍笛と

（菅原清隆）

老いてなほ忘れ得ぬ恋春の風

（高野敏男）

野生馬のたてがみ東風の遊びおり

（竹内八重子）

遠い日の駱駝の旅やつちふれり

（西川敏子）

紫雲英咲き胸底にある花輪かな

（丹羽和子）

混沌の世へ再びの蛇出づや

（水巻美智子）

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

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

大人のための
プラネタリウム
第3金曜

ピアノ、バイオリン、サックスなど多様なジャンルの音楽家が登場し、当日の星空解説を交えた演奏会を開催します。 ※ピアノ演奏がない月もあります。

番外編

※ピアノ演奏はありません。

生解説&ライブ

2025年

5月16日

星とピアノ



吉田 直矢 バイオリン

午後7時30分～午後8時20分
(開場：午後7時20分)

料金：大人 500 円 高校生 100 円

対象：高校生以上

定員：170 人 ※車いす2席 機動席の使用は不可

申込：当日午前9時より1階総合受付でチケットを販売（先着順）

年間
パスポート
1,500 円

プラネタリウムが見放題！
「星とピアノ」も見られますよ！

※一部、適用外イベントがございます。



詳細はこちら

こども未来創造館



Let's
おやこ☆ピクス

親子で音楽に合わせて楽しくエクササイズしよう！
お子さまはリズム感やバランス感覚のアップをはかります。

2025年
6月24日（火）

午後1時30分～午後2時30分

対象：1～2歳のお子さまとその保護者（各1名で1組）

※妊婦の方はご遠慮頂きます。

料金：無料 定員：8組16人 申込：5月25日（日）～

講師：藤井 弘美（OKJ公認インストラクター）

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

まるちたいけんドーム

全国一斉
プラネタリウム100周年
フィナーレ・イベント

無料

日本全国のプラネタリウムをオンラインで結んで、100周年記念PVやクイズ、大阪市立電気科学館のレトロ解説再現など、プラネタリウム100周年を振り返る。



2025年 5月24日（土）

午後6時50分～午後7時50分（開場 午後6時35分）

【対象】どなたでも ※中学生以下は保護者同伴

【定員】170人 ※車いす2席 機動席の使用は不可

【申込】当日午前9時より1階総合受付で

整理券を配布（先着順）



プラネタリウム
100周年

主催：ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂、日本プラネタリウム協議会（JPA）

最新情報・詳細はWEBへ！

🔍 ギャラクシティ 🔍

※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

ロボットを作って操作して競技大会に参加しよう！ ロボットスポーツワークショップ for ロボスポフェスタ

区民参加型のロボットスポーツ競技大会「ロボスポフェスタ in あだち」がギャラクシティで開催されます。
舍人チームとしてロボスポフェスタへの出場を目指すべく、ワークショップで競技大会ロボットを製作しましょう！



ロボットスポーツとは？

誰もが参加でき、プレイヤーも観戦者も楽しめる、ロボットを活用した新しいスポーツジャンル。

〈全3回〉7/6・13各(日)・21(月・祝)
午後2時~5時

場所 舍人地域学習センター **対象** 小学4年生~高校生
定員 16人 **料金** 3,000円
講師 一般社団法人ロボットスポーツ協会
申込 5/26(月)より窓口・電話・webにて受付

競技大会はこちら！

第1回 ロボスポフェスタ in あだち

競技大会やロボットの展示、ワークショップや操作体験など楽しい体験盛りだくさん！

7/26(土) & 7/27(日)

場所：ギャラクシティ

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)
「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)

舍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 / 舍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

舍人地域学習センター TEL 03-3857-0008

舍人図書館 TEL 03-3857-0771

Mail tonerilcc-ys@bb.wakwak.com

HPは
こちら



SNSは
こちら



舍人センター

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」