

足立区舎人地域学習センター・図書館地域情報紙

TsUKUSHI

つくし
9 2026

P2.3	とねり丸ぬいと歩く とねり散歩
P4	とねり letter 【本のある暮らし】 舎人図書館のイベント情報
P5	足立区立郷土博物館 開館 40 周年記念イベントの紹介
P6.7	いよいよ開催！とねりマルシェ
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

広がる昔話の世界



舎人いきいき公園の赤鬼滑り台
詳細は p2.3 に掲載しています。



舎人周辺のおすすめスポットをご紹介します

Vol.4 舎人いきいき公園 舎人町公園



舎人町公園の「どんぶらこ、どんぶらこ♪」と聞こえてきそうな大きな桃のオブジェ



たくさん遊んだ後はベンチで一休み。車椅子の方も一緒に休憩をとれるスペースもあります。



舎人いきいき公園にあるかちかち山モチーフのオブジェ。薪の中に隠れることもできそうです。



桃の柄が特徴的な遊具。さて、とねり丸はどこに隠れているでしょうか？

小学校のすぐそばにある公園

今月の「とねり丸ぬいと歩く とねり散歩」は舎人いきいき公園・舎人町公園を歩きます。

2つの公園は、埼玉県との都県境を流れる毛長川の近くに位置しています。道路を挟んだ向かい側には小学校もあり、放課後は子どもたちの笑い声あふれる公園です。

大注目！大きな赤鬼の滑り台

2つの公園の特徴は、昔話がモチーフとなった遊具があること。特に舎人いきいき公園にある大きな赤鬼の滑り台は、赤鬼の大きな口から滑り降りる造りになっており、迫力満点です。

そして隣に並ぶ複合型遊具には、ニヤッと笑った不気味な顔が……。赤鬼の滑り台と並んで、鬼ヶ島をイメージしているそうです。ぜひ現地で確認してみてください。

舎人いきいき公園の斜め向かいに位置する舎人町公園には、川を流れる桃をイメージしたオブジェがあります。滑り台のある遊具には桃のイラスト、砂場の柵には桃太郎のお供たちのイラストが描かれており、桃太郎の世界が表現されています。

昔話の世界を楽しもう

舎人いきいき公園には、桃太郎の昔話以外にも、かちかち山に登場するうさぎとたぬきや、浦島太郎をイメージさせる亀や魚の遊具など、様々な遊具が設置されています。

鬼ヶ島の舎人いきいき公園と桃太郎の舎人町公園。昔話の話をしながら、親子や友達同士で遊んでみてはいかがでしょうか。

舎人いきいき公園 舎人町公園

- アクセス 日暮里・舎人ライナー
「見沼代親水公園」駅西口より徒歩8分
- 住所 東京都足立区舎人 6-3-1 (舎人いきいき公園)
東京都足立区舎人 6-8-17 (舎人町公園)



図書館司書がおすすめの本を紹介します〈今月のテーマは「運動」〉

本のある暮らし Vol.53



『やせる日常動作大図鑑
生きてるだけで、自然とやせる!』
著 / 植森 美緒 監修 / 金岡 恒治
ダイヤモンド社 2023 年

手軽にカロリー対策

食欲の秋がやってきます。食欲が高まる一方で、気になるのはカロリー。手軽な対策として、この1冊を紹介します。

本書では、運動が苦手な著者が「やせる日常動作」を多数紹介しています。やせる歩き方、歯磨きの姿勢など、普段の生活に無理なく取り入れられるものばかりです。それぞれの動作について、呼吸の仕方から力を入れる位置まで丁寧に解説されています。難易度も3段階で表示。自分のレベルに合わせて取り組めるので、気軽に始められるのも魅力です。動作には特別な道具や時間は必要ありません。毎日の生活に取り入れられるヒントが詰まった1冊です。
(担当:矢部)

PICK UP!

図書館イベント情報

9/6・12
(日)(土)

親子で楽しむ手形アート

口に入っても安全なチョーク
「キットパス」を使って手形アートをを行います。



時間：9/6 午前11時30分～午後0時30分
9/12 ①午前11時30分～午後0時30分
②午後3時～4時

対象：4歳～小学生の子どもと保護者
(子どもだけの参加不可)

定員：各回5組(随時入替制)

料金：無料 場所：2階 児童書コーナー

※事前受付不要 当日、会場までお越しください。

10/17
(土)

秋のとねり読書会 『この読書会、何かがおかしい』

今回は「ミステリー」がテーマ！
好きなミステリー本を語り合います。



時間：午後2時～4時

対象：中学生以上の方

定員：10人 料金：無料

場所：3階 教養室

※事前申込制

各地域学習センターの窓口・電話

インターネットで申込受付中

足立区立郷土博物館は

今年開館40年を迎えます！

郷土博物館は、令和8年11月に開館40年を迎えます。開館40周年を記念して、秋以降、多彩な展示会やイベントを開催します。

開館40周年



40周年記念イベント



10月18日(日)
Sax, Piano & Bass
によるJAZZ



10月25日(日)
弦楽四重奏

詳細は随時、郷土博物館のホームページ
でお知らせします！



11月3日(火祝)
郷土芸能鑑賞会、お茶会、ワークショップ
館内スタンプラリー など

足立区立郷土博物館 検索

展示会開催情報

収蔵浮世絵展



新版 広重目線

9月19日(土)
～11月23日(月祝)

Utagawa Hiroshige's viewpoint

平成30年に大好評を博した「広重目線」が、アップデートして再登場。

歌川広重の晩年の大作「名所江戸百景」で描かれた、鳥瞰(超上から見下ろした図)や見切れの構図など、広重独自の「視点」を読み解きます。



文化遺産調査特別展

令和9年
2月13日(土)
～4月11日(日)

門井 掬水

美人画の名手・門井掬水(明治19～昭和51年)は、葛飾区亀有に居住し、足立の人々とも深く交流しました。足立ゆかりの画家・門井掬水の画業を、ご遺族から提供された豊富な資料とともに紹介します。



広重作品を
イメージ!

生け花展示

9月19日(土)
～23日(水祝)

足立区華道茶道協会による、歌川広重「名所江戸百景」の中の浮世絵をイメージした生け花を展示します！

ご利用案内

所在地 東京都足立区大谷田 5-20-1

アクセス JR 亀有駅北口から東武バス
「八潮駅南口」行、「足立郷土博物館」
下車(徒歩1分) ほか

① 開館時間 9:00～17:00(最終入館は16:30まで)

休館日 毎週月曜日
(祝日の場合は開館し、翌平日休館)

入館料 200円(20名以上の団体は半額)
※70歳以上、中学生以下の方は無料
※障害者手帳所持者および介助者1名は無料



いよいよ開催！とねりマルシェ

The 10th toneri marche

とねりマルシェ

9/26^土・27^日

時間：午前10時～午後3時30分
会場：舎人センター屋外ひろば 他
主催：とねりマルシェ実行委員会

とねりマルシェ開催！

舎人地域の企業・団体・個人が力を合わせてつくる「第10回とねりマルシェ」を開催します。節目となる今回は、特別に2日間の開催です。

右ページでは、一般参加として募集した店舗を掲載しています。このほかにも、紙面には載っていないキッチンカーやボールプールなどの特別出店も登場します。ぜひ会場で、舎人ならではの魅力をたっぷり味わってください。

特別な2日間を楽しもう♪

今回は2日間開催ということで、特別企画として「ちぎり絵イベント」を実施します。みんなで力を合わせて、大きな「とねりの木」を完成させましょう。

さらに、来場者アンケートに答えるともらえるプレゼントは、1日目と2日目で内容が違います。2日間とも遊びに来て、マルシェをまるごと楽しんでください♪

※写真は以前開催したとねりマルシェの様子です。
※混雑状況により、入場を制限する場合がございます。



出店店舗紹介

Shop List

26日出店店舗
27日出店店舗
両日出店店舗



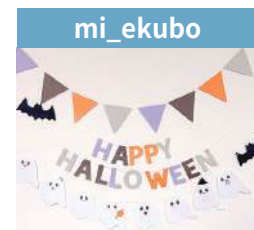
出店店舗情報はこちら



tree green coexist garden



Lua Milo



mi_ekubo



petit nounours



POLIATELIR



あむりん☆



粥 stand



ちかいろやさん



花雑貨つぼみ



ホリホリック



結 (ムスブ)



夢工房



Fa&Me



KONARI



Makana



malialika



NONOCookie



えんじえるにゃんこ



おやつ屋ちゃぼ



すのすの



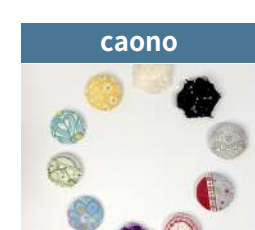
フェルトりんく



まゆじのおりがみカフェ



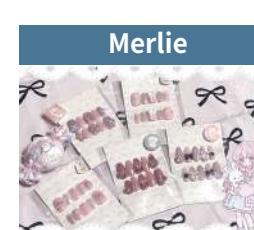
御厨 - みくりや -



caono



chorome



Merlie



Rose rabbit



彩



いろはなスイーツ



きんつば 秀



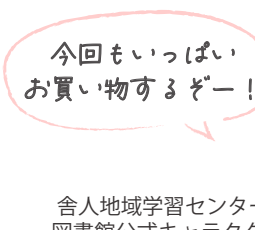
暮空



そらたびにつき



ひなり菓子



今回もいっぱい
お買い物するぞー！

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▶



講座の情報 9/26(土)から受付開始

こちらに掲載できていない講座もまだまだございます。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」（外部サイトリンク）を選択 → 講座一覧画面が表示されます。

各講座の対応アイコンをご確認ください。



当館 HP
講座情報
ページ



一般向け



手芸ひろば フェルトで作るカラフルなおさるさん（2 日制）



表情がそれぞれ違う愉快なおさるさんをフェルトで作ります。

日時：10/23・30 毎（金）
午後 2 時～4 時
対象：16 歳以上の方
定員：9 人
料金：1,100 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：10/3・10・31 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

卓球ひろば



参加者同士で卓球を満喫できます。卓球を楽しみながら交流も広がります。

日時：10/5・26 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

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：10/14・28 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
（子ども同伴可）
定員：各 5 人
料金：無料

親子・子ども向け



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：10/11（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。

ロボスポひろば



ロボットスポーツを遊びながら学べる体験ひろばです。

日時：10/11（日）
午後 2 時～4 時
対象：どなたでも
定員：10 人
料金：無料

わくわくサイエンス教室 「万華鏡をつくろう」



万華鏡を作る実験を行います。身近なもののから科学を学びましょう。

日時：10/25（日）
午後 2 時～3 時 30 分
対象：小学生
定員：10 人
料金：100 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：10/23（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

昭和歌謡を歌おう



昭和歌謡や童謡をピアノの伴奏に合わせて一緒に歌いましょう。

日時：10/24（土）
午後 1 時 30 分～3 時 30 分
対象：16 歳以上の方
定員：30 人
料金：700 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：10/24（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

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：11/1（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

やわらかアートアカデミー



「ピカソ」を題材に、絵画の構図や技法をワークショップを交えて学びます。

日時：11/3（火・祝）
午後 2 時～4 時
対象：小学生と保護者
定員：8 組
料金：1,100 円

ガールズヒップホップダンス（6 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：11/10～12/15 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：5,100 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：11/11（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

膝痛予防講座



膝に関わる病気を取り上げ、膝痛の原因や特徴、予防方法を学びます。

日時：10/30（金）
午前 10 時～11 時
対象：16 歳以上の方
定員：30 人
料金：10 円

とねりガーデナーズ 「春に向けた花壇の植え替え」



園芸ボランティア「とねりガーデナーズ」として植え替え作業を行います。

日時：11/1（日）
午前 10 時～正午
対象：小学生以上の方
（中学生以下は保護者同伴）
定員：10 人
料金：無料

いずみコーラス サークル体験（2 日制）



登録団体「いずみコーラス」のサークル体験です。皆で楽しく一緒に歌いましょう。

日時：11/12～26 毎（木）
※11/19 を除く
午後 1 時～2 時 50 分
対象：16 歳以上の女性
定員：10 人
料金：40 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：11/21（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

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】
◆9月の工作「レジンのコースター」
日時：9/12・19 各（土） 午後1時～3時
定員：各25人 対象：小学生以上の方
※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。



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：9/9（水） 午後2時30分～
申込・詳細は事務室へ
◆「涼み処」開放中
全館、涼しくしてお待ちしています。
※御用が無くて利用できます。
【児童館】
◆工作
日時：9/1～9/17 毎（月）～（木）
午後2時～3時
まんげきょう 定員：1日10人まで
対象：小学生以上の方
◆スポトレ
日時：9/7（月） 午後3時15分～4時
対象：小学生
定員：20人
当日受付OK
※詳しくは開催館窓口へお問い合わせください。



西新井消防署
住所：伊興 2-5-11
TEL：03-3853-0119

救急車の適時、適切な利用をお願いします。
「緊急ではない」「重症ではない」場合で、病院への自力受診が可能な方は、救急車の利用をお控えください。
救急車を呼ぶべきか迷ったら、電話で「#7119」救急相談センターへご相談いただくか、インターネットによる「東京版救急受診ガイド」をご利用ください。

舎人つくし俳壇

冷奴足らぬどうしの五十年
兼題「冷奴・ソーダ水・甘酒」
(講師 大和田博道)
特選 初恋の人も八十路やソーダ水 (高野敏男)
初恋の人は年を重ねて高齢になっても懐かしく、心のどこかにほのかに宿っているものである。ソーダ水を飲んでいる時、ふと過ったのである。八十路の想い出。
冷奴戦禍は地球の裏に有り
ストローは二人で一人ソーダ水 (石井里子)
甘酒のほのかに香る夕辺です (今村修策)
泡はじけソーダ水よりドレミファソ (尾方逸子)
泡はじけソーダ水よりドレミファソ (小野明子)
残業の仕事帰りの冷奴 (佐久間美恵子)
句談義や四角いままの冷奴 (佐藤建男)
娘の夢をききて乾杯ソーダ水 (紫原紅扇)
若き日の尖りし心のソーダ水 (白鳥兼子)
萱草の庭に咲きし初む今朝の雨 (菅原清隆)
晩酌の父の破顔や冷奴 (竹内八重子)
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

ギャラクシティのエンターテインメント

西新井文化ホール

ソロと共演、ピアノがつなぐ未来へのステージ。

2026年9月12日（土） 開演 午後3時 開場 午後2時

JACOB KOLLER PRESENTS “ミライノオト” PIANO SHOWCASE



チケット販売中

【出演】ジェイコブ・コーラー、コンテスト通過者
全席指定(税込) 前売：一般1,000円 中学生以下500円 当日：一般1,500円 中学生以下1,000円
※小学生以下は保護者同伴 ※3歳以下ひざ上鑑賞無料(座席が必要な場合は有料)



主催：ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂 制作：ミュージックブースター 協力：興地域学習センター指定管理者株式会社 ティー・エム・エンタープライズ

▲詳細はこちら

まるちたいけんドーム

映像番組
宇宙の果てを見に行こう
9月28日(月)～11月21日(土)
午後1時～午後1時30分
【料金】大人500円、小中高生100円
未就学児無料(座席を使用する場合は100円)
【定員】170人 ※車いす2席 残席数の利用は不可
【対象】どなたでも(未就学児は保護者同伴)
【申込】当日9:00より1階総合受付でチケットを販売(先着順)
お得意な1日券、年間パスポートもあります。
©VASA Entertainment

こども未来創造館

9月12日(土)～受付開始
ギャラク de リトミック
楽器を鳴らしたり身体を動かして豊かな心を育みます！
10月 30日
11月 6日・20日・27日
12月 4日・11日・18日
全7回
【料金】5,250円(初回一括払い)
【講師】梁川舞(やながわまい) 他
年齢別に3つのコースに分かれており時間が異なります。詳しくはHPをご確認ください。

【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月 月曜連続休館あり
【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

※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。

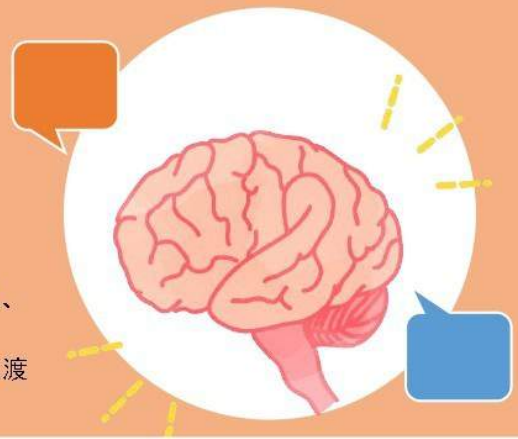


公式ホームページ

窓口・電話・WEBにて受付中！

認知症サポーター 養成講座＋声掛け訓練

認知症への理解を深め、認知症の方をできる範囲で支え、
手助けする「認知症サポーター」について学びます。
講座終了後、サポーターの証であるオレンジリングをお渡し
します。



9/19 (土)

午前 10 時～
午後 0 時 30 分

講師

地域包括支援センター 入谷職員

料金

無料

対象

区内在住・在勤・在学の
16 歳以上の方

会場

舎人地域学習センター
第 1・2 学習室

認知症月間・アートを楽しもう！

入谷舎人古千谷地域の高齢者施設入居者の作品を、9/13（日）～26（土）の期間、
舎人図書館カウンター前にて展示します。併せて、認知症に関する本の紹介も行います。

▼講座の詳細はこちら



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）

舎人地域学習センター・図書館「TSUKUSHI（つくし）」9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」



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 9/15（火）

舎人図書館 9/15（火）、30（水）