

# 学びピア21

2014  
7

## 夏休み小学生向け講座第2弾



イメージ写真

夏休み小学生向け講座第2弾は「集中力を鍛える!座禅体験」、「音と  
いっしょに自由におどろう」、そして今年は千葉県南房総市の大房岬  
少年自然の家で行う「磯・森・夜 岬の子ども自然体験教室」です。  
夏の思い出づくりにご参加お待ちしております。(P.3に掲載)



学びピアコンサートの第2回は、TVやCMで活躍、演出家・振付師の  
パフォーマーパーツ氏が率いる劇団東京人形夜の幻想的な世界、  
「東京人形夜パントマイムとダンス」です。(P.5に掲載)

## INDEX 8月講座は6月26日(木)から受付開始

地域のちからコブ ④2	1
高齢者のためのワード初級	2
高齢者のためのエクセル初級	2
すくすくベビーオイルマッサージ	2
夏休み小学生講座 磯・森・夜 岬の子ども自然体験教室	3
夏休み小学生講座 集中力を鍛える!座禅体験	3
夏休み小学生講座 音といっしょに自由におどろう	3
心と体のリフレッシュ「メンズヨガ」	4
おしゃべり処を運営する傾聴ボランティア入門講座	4
歌声サロン 童謡・唱歌を歌おう	4
NHK「ボストン美術館 華麗なるジャポニスム展」講演会	5
学びピアコンサート 東京人形夜パントマイムとダンス	5
花ごよみピア	6
講座報告 気軽に!初めての三味線体験	6
踊るお化け屋敷 ダンスメンバー募集	6
千住地区 住区センターだより	7
7月のITサロン・ビデオ編集体験会	8
あだち区民大学塾	8
7月の中央図書館のイベント	9
7月の荒川ビジターセンターのイベント	9
地域の縁側 つきいち広場	10
ボランティアよもやま話	10
足立の神社仏閣散歩④	10
7月の受付とイベント	11
7月のおもちゃの病院	11



### 「美しいまち」は「安全なまち」

一人ひとりのちょっとした気づかいで、まちはもっともっと  
美しく、安全になります。みなさんと犯罪のない美しい住みよい  
まちをつくっていきましょう。



ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中 足立区

学びピア21 今月の休館日 7月14日(月)です。

## 特集 ちからコン

### 「夢がわくわく」「心がワクワク」 下町の人とぬくもりが育てた浅草芸人 風呂わく三、登場!

今回は、足立生まれで足立育ちの浅草芸人「風呂わく三」さんの登場です! その名付け親は吉幾三さん。漫談や司会、マジック、ラジオのパーソナリティなど浅草をはじめ、全国各地で活躍していらっしゃいます。

「いい名前だねえ。」この名前がきっかけとなって、青井大平湯で主人の吉田さん(東京都公衆浴場業生活衛生同業組合の足立支部長)から、保木間住区センターで30分の演芸の仕事をもたらしたことが、足立区の銭湯イベント「ふれあい遊湯う」や冊子「風呂といえば足立」などの仕事につながっています。

「ふれあい遊湯う」は足立区の事業の一つで、銭湯の脱衣所を会場にカラオケや演芸、昼食をはさんで体操と入浴など、高齢者の憩いの場として地域に貢献しています。初めは2〜3人だったお客様も今では20人くらいに増え、脱衣所がいっぱいになるそうです。わく三さんがプロデュースする演芸の時間。「アマチュアと違って、お客様はわかっている。」「本物の芸だからこそ長く続いている。」と、あくまでもプロの芸人にこだわるわく三さんの呼びかけに、若手だけでなくベテラン芸人も快く出演してくれるそうです。

また、わく三さんが整体師のアドバイスをもとに考案した「お風呂体操」も好評とか。「シャンプーのときは首の後ろのツボを〜」と面白くて健康づくりに役立つ体操です。

子どもの頃家にお風呂があったけれど、銭湯好きのおじいさんに連れられてよく近所の銭湯に。「お湯がすごく熱くて…。うめると近所のおじいさんから怒ら



千住龍田町に暮らす 風呂わく三さん

れるんですよ。本気ではないけど、口が悪くて怖かったなあ。(笑)」下町の人情味ゆたかな暮らしが、わく三さんの中に生きていることを感じさせます。

推理小説が好きで作家になりたいと思っていた少年時代、テレビでダウンタウンを見て、漫才の台本を書きたかったそうです。ところが台本を書いても人によって表現が全く違って来る、どうせ書いたら自分でやったほうが…と同じ高校の幼馴染に相談したところ「俺は有名になりたい!」とのこと。「だったら一緒にやろう!」と漫才コンビを結成。当初は、「笑ってくれない」「辛いなあ、お金もないし…」と、稽古の合間にアルバイトに明け暮れる毎日だったそうです。20代後半でコンビ解消、他にやりたいことが見つからずピン芸人に。今では、自分で学んできたことや舞台上で培ってきた経験を活かし、筑波大学で講師としても活躍されています。

「やりがいは?」との質問に「人が喜んでくれること、笑ってくれることです。」と、終始にこやかに話されるわく三さんから、プロとしての誇りと千住のぬくもりが感じられました。

「足立区を拠点に、人が喜んでくれる活動をしていきたい!」「千住でバラエティにとんだ寄席を開きたい!」と夢は広がります。芸事を大切に、芸人を育てる風土のある下町千住、そのまちの魅力を発信するわく三さん。千住の力こぶ、地域の力こぶとして、私たちも是非応援していきたいものですね。



毎週水曜午後11時からパーソナリティを務めるネットラジオ「CROSS☆WAVE☆SENUJU」スタジオで。



「銭湯といえば足立」(発行:東京都公衆浴場業生活衛生同業組合足立支部)で足立区の銭湯のレポートを連載。



足立区発行の大千住 MAP PART 2 でも千住の銭湯や飲み屋などの紹介に役買っています。

6月26日受付開始 窓電In

## 高齢者のためのワード初級

パソコン初心者にも、文書作成ソフト「ワード」の生活に役立つ機能を知っていただけます。

- 第1回:ワード2007の基本操作の復習、  
ちょっと便利な機能を体験(差込印刷など)  
第2回:課題作成 案内状を作ってみよう  
第3回:課題作成 チラシを作ってみよう  
第4回:課題の完成を目指しましょう



8月21日(木)〜24日(日)全4回  
午前10時〜正午

講師▼青柳 涼氏(パソコン講師・あおいろ代表)  
会場▼生涯学習センター 5階 コンピュータ研修室  
対象▼おおむね60歳以上で、ワードの基本操作の  
できる方  
定員▼20名(申込先着順)  
受講料▼6,800円(一般の方)  
4,760円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)  
教材費▼100円  
申込▼足立区生涯学習センターへ電話または  
直接窓口へ 電話 03-5813-3730  
※インターネット申込アドレスは下にあります



6月26日受付開始 窓電In

## 高齢者のためのエクセル初級

パソコン初心者にも、表計算ソフト「エクセル」の生活に役立つ機能を知っていただけます。

- 第1回:エクセル2007の基本操作の復習、  
ちょっと便利な機能を体験(グラフ作成など)  
第2回:課題作成 名簿を作ってみよう  
第3回:課題作成 記録表を作ってみよう  
第4回:課題の完成を目指しましょう



8月21日(木)〜24日(日)全4回  
午後2時〜4時

講師▼青柳 涼氏(パソコン講師・あおいろ代表)  
会場▼生涯学習センター 5階 コンピュータ研修室  
対象▼おおむね60歳以上で、エクセルの基本操作の  
できる方  
定員▼20名(申込先着順)  
受講料▼6,800円(一般の方)  
4,760円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)  
教材費▼100円  
申込▼足立区生涯学習センターへ電話または  
直接窓口へ 電話 03-5813-3730  
※インターネット申込アドレスは下にあります



6月26日受付開始 窓電In

## すくすくベビーオイルマッサージ

「ママの手、気持ちいい!」「パパの手、優しい!」  
1歳未満の赤ちゃんとお母さん・お父さんを対象に、楽しくお話ししながらオイルマッサージをします。スキンシップは赤ちゃんとの大切なコミュニケーション。愛情を育み、健やかな成長につながります。  
ママの日とパパの日で日程・お申込み人数が異なりますのでご注意ください。

ママの日 8月7日 木曜日  
パパの日 8月24日 日曜日  
いずれも午前10時〜正午



講師▼田中 裕子氏(ベビーマッサージインストラクター)  
会場▼生涯学習センター 5階 保育室  
対象▼ママの日:1歳未満の子どもの母親  
パパの日:1歳未満の子どもの父親(母親の同伴可)  
定員▼ママの日:12組、パパの日:8組、いずれも申込先着順  
受講料▼各520円(一般の方)  
各360円(障がい者手帳をお持ちの方)  
教材費▼各500円  
申込▼足立区生涯学習センターへ電話または  
直接窓口へ 電話 03-5813-3730  
※インターネット申込アドレスは下にあります



申込方法 窓 窓口 電 電話 往復ハガキ In インターネット(高割り・障割りでのお申込はできません)

■インターネット(<https://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html>) 左記アドレスページの「生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システム」の「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を開き「ログインしないで先に進む」ボタンをクリックしてください。

6月26日受付開始 窓電 In

## 磯・森・夜 岬の子ども自然体験教室

日ごろなかなか体験することの出来ない自然の中で磯遊び、飯ごう炊飯、キャンプファイヤーなどを楽しみましょう。

参加者事前説明会

①7月6日(日) 研修室5

②7月12日(土) 研修室5

いずれも午前10時30分～11時30分



7月27日(日)～29日(火) 2泊3日

27日午前8時30分集合

29日午後5時解散

同行スタッフ▼森川 礼子氏(指導員)、  
大学生サポーター、職員

会場▼大房岬少年自然の家

千葉県南房総市富浦町多田良 1212-23

対象▼小学生で、一人で参加できる子

定員▼36名(申込先着順)

参加料▼23,000円(往復バス代、食費、宿泊費、保険料他)

問・申込み▼足立区生涯学習センターへ電話または  
直接窓口へ 電話 03-5813-3730

※インターネット申込アドレスは右下にあります

6月26日受付開始 窓電 In

※一般の方の個人参加も受け付けます。

## 集中力を鍛える！座禅体験

日本の伝統文化である座禅を親子で体験しましょう！  
精神統一を図ることで集中力を鍛えます。また、法話を  
聞くことで健全な心も養います。



8月7日(木) 午前10時～11時30分

講師▼張替 裕氏

(一般社団法人 耕雲塾 KUJ)

会場▼生涯学習センター 4階 講堂

対象▼小学生以上の方(個人参加可)

(小学生は保護者同伴)

定員▼100名(申込先着順)

受講料▼1人500円

1人350円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)

申込▼足立区生涯学習センターへ電話または

直接窓口へ 電話 03-5813-3730

※インターネット申込アドレスは右下にあります

6月26日受付開始 窓電 In

## 音といっしょに自由におどろう

音と一緒に自由に楽しく遊びます。

①遊び(音にあわせて体をうごかす)ながら自己紹介

②音に合わせて体を動かすワーク

③最後にちょっと発表(見せ合いっこ)



8月8日(金) 午前10時30分～正午

講師▼永見 美里氏(コンテンポラリーダンサー)

上本 竜平氏(コンテンポラリーダンサー)ほか

会場▼生涯学習センター 4階 講堂

対象▼小学生と保護者

定員▼20組(申込先着順)

受講料▼1組1,000円

1組700円(障がい者手帳をお持ちの方)

保険料▼1組20円

申込▼足立区生涯学習センターへ電話または

直接窓口へ 電話 03-5813-3730

※インターネット申込アドレスは右下にあります



※お問い合わせ、お申し込みは足立区生涯学習センター：足立区千住5-13-5 学びピア21 4階 電話：5813-3730

※受講料は講座開始の1週間前までに支払いください。

6月26日受付開始 窓電 In

## おしゃべり処を運営する 傾聴ボランティア入門講座



毎月開催される「おしゃべり処」は、地域のみなさんが気軽に  
に参加し、おしゃべりを楽しむ憩いの場です。そこでは、傾  
聴ボランティアがお話を伺いながら、安らぎを提供していま  
す。あなたもこの活動に参加してみませんか。

1回目：傾聴の基礎講義「傾聴・傾聴ボランティアとは」

2回目：傾聴ボランティア活動紹介



8月7日(木)・8日(金) 全2回

午後1時30分～4時30分

講師▼武藤 圭子氏(NPO法人 Kei Choネット 理事長)  
傾聴ボランティア

会場▼生涯学習センター 5階 研修室1

対象▼16歳以上の方

定員▼30名(申込先着順)

受講料▼無料

申込▼足立区生涯学習センターへ電話または

直接窓口へ 電話 03-5813-3730

※インターネット申込アドレスは下にあります

6月26日受付開始 窓電 In

## 心と体のリフレッシュ「メンズヨガ」



ヨガの呼吸法を学び、自分自身を観察しながら  
緊張とゆるみを体感することで、  
筋肉をほぐし体の改善をはかります。  
日々の疲れをリフレッシュして  
みませんか？



8月24日(日) 午後1時30分～2時45分

講師▼大脇 真弓氏

(全米ヨガアライアンス認定講師)

会場▼生涯学習センター 5階 研修室1

対象▼16歳以上の男性

定員▼15名(申込先着順)

受講料▼700円(一般の方)

490円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)

保険料▼10円

申込▼足立区生涯学習センターへ電話または

直接窓口へ 電話 03-5813-3730

※インターネット申込アドレスは下にあります

当日受付 ※事前申し込みは不要です。受付、お支払いは会場をお願いします。

## 歌声サロン 童謡・唱歌を歌おう



小さい頃に口づさんだ童謡・唱歌。

ピアノ伴奏に合わせて、みんなで一緒に楽しく歌いましょう。

今回から歌と指導は鈴木佑未子先生です。



7月6日(日) 午後2時～4時

歌と指導▼鈴木 佑未子氏

(NPO法人 童謡文化を広める会)

会場▼生涯学習センター 4階 講堂

対象▼16歳以上の方

定員▼120名(先着順)

受講料▼500円(一律、会場でのお支払い)

申込▼当日直接、会場にお越しください。

※歌声サロン7枚つづり回数券(3,000円)は

生涯学習センター4階窓口にて販売中!

申込方法 窓 窓口 電 電話 H 往復ハガキ In インターネット(高割り・障割りでのお申込はできません)

■インターネット(<https://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html>) 左記アドレスページの「生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システム」の「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を開き「ログインしないで先に進む」ボタンをクリックしてください。

6月26日受付開始 

## NHK「ボストン美術館 華麗なるジャポニスム展」講演会

6月28日(土)～9月15日(月・祝)世田谷美術館で開催される「ボストン美術館 華麗なるジャポニスム展」の関連文化講演会です。19世紀後半から20世紀初頭にかけて西洋では浮世絵をはじめとする日本美術が大流行し、ジャポニスムという現象が生まれました。西洋の芸術家達がそこから何を学びとり、新たな美を創造したのか、様々な角度から検証する同展の講演会です。参加者には1人1枚、無料招待券を差し上げます。



クロード・モネ「ジャポネーズ(着物をまとうカミュー・モネ)」1876年  
1951 Purchase Fund 56.147 Photograph©2014 Museum of Fine Arts, Boston.

8月10日(日) 午後2時～3時30分

講師▼遠藤 望氏(世田谷美術館)  
会場▼生涯学習センター 4階 講堂  
対象▼16歳以上の方  
定員▼198名(応募多数の場合抽選)  
受講料▼無料  
申込▼往復ハガキに「ジャポニスム展」、氏名(フリガナ)、住所、電話番号、を明記、7月10日(木)必着で、〒120-0034 足立区千住5-13-5 足立区生涯学習センターまで。連名不可。返信面に申込者の宛名、宛先をご記入して下さい。

6月26日受付開始  

## 学びピアコンサート 東京人形夜パントマイムとダンス

Manabipia Concert  
学びピアコンサート



身体表現屋パーツ  
演出家・振付師・タレントとして活躍。  
劇団東京人形夜主催。  
TV番組から世界的企業CM出演、  
乃木坂46振付指導など  
活動は多岐に及ぶ。



8月31日(日) 午後2時～4時  
開場 午後1時30分

出演▼東京人形夜、Flower、サークル Smile  
会場▼生涯学習センター 4階 講堂  
対象▼どなたでも  
定員▼190名(申込先着順)  
受講料▼1,500円(一般の方)  
1,050円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)  
申込▼足立区生涯学習センターへ電話または直接窓口へ 電話 03-5813-3730  
※インターネット申込アドレスは右下にあります  
※学びピアコンサートに1回ご参加につき、カードにスタンプを1つ押印いたします。5つ集めると1回分の無料招待券を差し上げます。ワンコインコンサートのスタンプカード、招待券も有効です。招待券でお申込の場合は電話、窓口をお願いします。その際に招待券での参加をお知らせください。

第1部 1)未就学・小学生のダンス  
2)東京人形夜ショート作品集  
第2部 人形振り台詞劇 la poupee  
～大切な人の行方と過ぎにし時に思い耽る

※お問い合わせ、お申し込みは足立区生涯学習センター：足立区千住5-13-5 学びピア21 4階 電話：5813-3730

※有料講座、イベントのお支払いは講座開始の1週間前までにお支払いください。

## 花ごよみピア

ガーデニングボランティア発

Part 1  
ポーチュラカ



学びピアの施設内を、色とりどりの花が彩りを添えています。私たちガーデニングボランティアが、大切に育てている花たち。その花をみなさんにご紹介したいと、この「花ごよみピア」を出すことにしました。

今回取り上げたのは『ポーチュラカ』。屋外庭園(1階・7階)や敷地内のプランターで真夏の日差しを眩しそうにあびています。

【特性】

別名ハナスベリヒユ。毎年松葉ボタンに似た花を咲かせます。真夏の炎天下にも負けず地表を覆うように生育し、栽培も比較的やさしいため夏の花壇でよく見られます。朝開いて夕方前にははぼむ1日花ですが、次々と花を咲かせます。

開花期：初夏～秋の気温が高い時期

花の色：白、ピンク、オレンジ、黄色、紫、複色など

花の形：一重咲き、八重咲き

性質：暑さに強く、寒さに弱い。日当たりのよい場所を好みます。

【水やり】

鉢植えの場合は、土の表面が乾いたらたっぷり水をあげましょう。

【肥料】

鉢植えの場合は、定期的に化成肥料や液体肥料をあげましょう。

【花言葉】

無邪気、可憐、いつも元気

## 講座報告 ビデオスタジオが三味線の稽古場に変身。「気軽に!はじめての三味線体験」

5月23日(金)、当センターで初めての三味線のお稽古がビデオスタジオで開催されました。定員の2倍以上のお申し込みがあり、杵屋勘恵美先生にお願いし、2回に分けて開催しました。用意された10棹の三味線を使い、姿勢やバチの持ち方からお稽古はスタート。丁寧な個人指導もあり、「春の小川」や「さくらさくら」などの童謡をなんとか弾けるようになりました。アンケートからは「和楽ははじめて習いました。やはり日本のものはいいです」など大変好評でした。10月から「気軽に!三味線のお稽古」全9回を開催予定です。三味線に興味のある方、稽古を通してお友達を作りたい方、ぜひ、ご参加ください。8月26日受付開始です。



受付中 8月22日(金)午後4時～6時の「お化け屋敷」をいっしょに作り上げてみませんか!

## 踊るお化け屋敷 ボランティア大募集!

「もったいないお化けの逆襲」…粗末にされた食べ物やおもちゃが今、妖怪となって牙をむく!

募集：①ステージで「踊るお化け」として出演する方  
②お化け屋敷内で「踊らないお化け」で出演する方  
③セットや衣装製作、当日運営で参加する方  
対象：高校生以上(中学生以下はご相談ください)

■練習や準備などの活動日につきましては担当までお問合せください。

足立区生涯学習センター TEL 03-5813-3730  
担当：佐々木、田中



申込方法    電話  往復ハガキ  インターネット(高割り・障割りでのお申込はできません)

■インターネット(<https://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html>) 左記アドレスページの「生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システム」の「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を開き「ログインしないで先に進む」ボタンをクリックしてください。

## 千住地域 住区センターだより

地域の方々の交流の場として、千住地域には4ヶ所の住区センターがあります。各住区センターには児童館・学童保育室・悠々館・集会室があり、幼児から高齢者まで様々な形で利用することができます。

### ■ご利用時間

児童館：4月～9月 午前10時～午後6時  
10月～3月 午前10時～午後5時

■悠々館：午前9時～午後4時

### 千住柳町住区センター

TEL.03-3870-3490



千住柳町12-5

7月の休館日  
6・13・20・21・22・27日

#### ◆児童館

- 七夕まつり 7月19日(土)午後2時～3時30分 対象：幼児～
- 赤ちゃんの会 7月2日(水)午前10時30分～11時30分
- 夏休み工作 7月24日(木)～26日(土) 対象：小学生

#### ◆悠々館

- 今月の住区de団らん  
7月8日(火)・23日(水)午後5時～7時  
ボーリングなどのゲームや合唱を楽しみ、和やかに夕食を囲みます。夕食は持ち寄りか、センターに申し込み頂ければお弁当を用意します。60歳以上の方ぜひお越しください。
- 男だけのフリーカラオケ 7月5日(土)  
原則毎月第1土曜日 午後1時30分～3時



### 住区センターとは？

#### ●児童館とは…

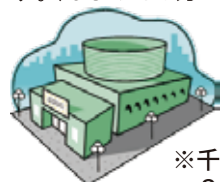
児童図書コーナー、工作室、遊戯室などがあり、乳幼児～18歳までの子どもの健全な遊びを通して子どもの成長を支援しています。(就学前のお子さんは必ず保護者同伴で利用)

#### ●学童保育室とは…

保護者が働いていたり病気などのため、放課後、子どもの面倒が見られない家庭のお子さんをお預かりするところです。(対象：小学校1年生～3年生)

#### ●悠々館とは…

悠々館とは老人会館の愛称で、60歳以上の方が利用できます。生きがいを持って豊かな生活を送ることができるように、行事や趣味の教室、健康づくり等の活動を行っています。(はじめての方には入館票を発行します)



※千住河原町住区センターのお知らせは、8月号よりお届けします。



### 千住本町住区センター

TEL.03-3870-6221



千住五丁目6-2

7月の休館日  
6・13・14・20・21・27日

#### ◆児童館

- かもめのモビール 7月18日(金)  
幼児親子：午前10時30分～11時30分  
小学生：午後2時～4時



#### ◆悠々館

- フラワーアレンジメント  
7月24日(水)午後1時30分～ 大広間  
募集：20名、費用：200円、7月19日(土)申し込みメチ
- 初心者パンパー教室  
7月15日(火)午前10時30分～
- 俳句の会 「夏の季語をつかって」  
7月12日(土)午後1時～4時

### 千住あずま住区センター

TEL.03-3882-1218



千住東二丁目21-18

7月の休館日  
6・13・20・27・28日

#### ◆児童館

- スペシャル工作 オーロラランプをつくろう！  
7月23日(水)午後1時30分～4時30分  
対象：小学生以上(品物がなくなり次第終了)

#### ◆悠々館

- 石川ひろし歌謡ショー  
7月9日(水) 正午開場、午後1時30分開演
- ラジオ体操とレクダンス  
月～土曜日(7月9日はお休み) 午前11時～11時30分
- 男のカラオケ 7月11日(金)午後1時30分～3時30分
- カラオケ新曲 7月12日・26日(土)午後1時30分～3時
- 大人の折り紙 7月25日(金)午後1時30分～3時



## 7月のITサロン 窓 当日受付



パソコンを囲んだ地域交流の場です。お一人でも気軽に参加できます。パソコンを囲んで、楽しい時間を過ごしましょう。  
※1人1台のパソコンを使った講習ではありません。

### 2日・9日・16日・23日 各水曜日

会場▼生涯学習センター 5階 研修室5  
時間▼午後2時～4時 対象▼中学生以上の方  
費用▼1回200円(一般の方)  
140円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方、証明書をお持ちください)  
申込▼当日4階にて受付

### ITサロン運営ボランティア募集！

パソコンの基本操作のできる方から、専門知識をお持ちの方まで、一緒にITサロンを盛り上げてくださる方、募集中！  
お問い合わせは、生涯学習センター ☎03-5813-3730

## ビデオ編集体験会7月 窓 電 In

ホームビデオで撮影した思い出を、パソコンで編集して素敵な作品に仕上げませんか？ビデオボランティアのアドバイスを受けながら、ビデオ編集の楽しさを体験できます。(ソフトはウィンドウズ「ムービーメーカー」を使用。)

日時▼7月20日(日)午前10時～正午  
会場▼生涯学習センター 5階 研修室5  
定員▼ビデオ編集初心者4名(先着順)  
(マウス・キーボード操作ができる方)  
費用▼無料  
申込開始▼6月26日(木)午前9時(電話・窓口)  
インターネットは午後1時から

6月26日  
受付開始



### ビデオボランティア募集！

イベント・講座などの記録撮影や「ビデオ編集体験会」での編集の楽しさを伝える活動をしてくださる方、募集中！  
お問い合わせは、生涯学習センター ☎03-5813-3730

区民が学ぶ・教える・創る

あだち区民大学塾

区民ボランティアが講座の企画・運営を行う区民協働型学習事業です。

## 家族で学ぶ やさしい『論語』



夏休み、お子さん中心の『論語』を楽しむ集いです。家族一緒に声をそろえて『論語』の素読をしましょう。

8月6日(水) 午後2時～3時30分

《学習内容》 一日一話 『論語百選』  
素読は楽しい・わかるから楽しい・良い言葉は力を・元気を頂ける

講師▼須藤明実氏(全日本家族『論語』の会・漢文学窓『里仁』の会主宰)  
日時▼8月6日 水曜日 午後2時～3時30分  
会場▼生涯学習センター 5階 研修室1  
対象▼5歳以上小学生のお子さんと保護者  
定員▼30組(応募多数の場合抽選)  
受講料▼無料  
締切▼7月23日(水)往復ハガキ必着

申込方法→往復ハガキに住所・氏名(フリガナ)・電話番号・講座名を明記の上、下記へ郵送。連名可。  
〈郵送先〉〒120-0034 足立区千住5-13-5 生涯学習センター内 あだち区民大学塾事務局  
〈問合せ〉03-5813-3759 平日午後1時～5時

申込方法 窓 窓口 電 電話 往復ハガキ インターネット(高割り・障割りでのお申込はできません)

インターネット(<https://www.city.adachi.tokyo.jp/bunka/kouzasisutemu.html>) 左記アドレスページの「生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システム」の「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を開き「ログインしないで先に進む」ボタンをクリックしてください。

# 7月の中央図書館イベント

## ◆赤ちゃんおはなし会

日程▼7月4日、11日、18日、25日 毎週金曜日  
 時間▼(0~1歳)午前11時10分~、午前11時35分~  
 (2~3歳)午前10時20分~、午前10時45分~  
 (3歳~)午後3時~

## ◆小学生おはなし会

日程▼7月2日、9日、16日、23日、30日 毎週水曜日  
 時間▼午後3時30分~

## ◆映画会

日程▼7月6日、13日、20日、27日 毎週日曜日  
 時間▼午後2時~2時30分



●7月の休館日 7月14日(月)、31日(木)

## 足立区立中央図書館

開館時間:午前9時~午後8時 電話:03-5813-3740



# 7月の荒川ビジターセンターイベント

## 「川あるきの日」7月6日(日)、20日(日)

毎月2回、植物や野鳥など荒川の生きものを観察しながら、のんびり河川敷を歩きます。夏の荒川は自然の見どころがたくさん!

日時▼7月6日(日)、20日(日) 午前10時~正午 ※小雨決行、荒天中止  
 歩く場所▼6日 江北橋~扇大橋右岸(江北橋下右岸集合)  
 20日 わんど広場(荒川ビジターセンター集合)  
 ※下流(海の方向)を見て右側が右岸、左側が左岸  
 対象▼どなたでも(就学前の子どもは保護者同伴)  
 定員▼20人(10人以上の団体での参加希望の際は事前にご一報ください。)  
 参加費▼無料  
 持ち物▼汚れてもよい服装、帽子、水筒、タオル、雨具(雨天時)  
 参加方法▼各日とも、午前10時までに集合場所へ集合  
 (9時50分から受付を開始します)、12時頃現地解散。

## 「やってみよう!荒川で魚釣り!」7月13日(日)

荒川にどんな魚がいるのか、つってみよう!  
 初めての人も貸出があるので大丈夫♪



日時▼7月13日(日) 午後0時30分~4時  
 ※荒天時は26日に延期  
 場所▼荒川ビジターセンター、千住新橋緑地左岸「わんど広場」  
 対象▼小学生以上(小学生は保護者同伴)  
 定員▼30名(抽選)  
 参加費▼100円(エサ代、材料費)  
 持ち物▼汚れてもよい服装(長袖・長ズボン)、歩きやすいくつ  
 (サンダル不可)、帽子、水筒、タオル、雨具(雨天時)、  
 釣り道具持参可(リール・ルアー禁止)  
 申込方法▼往復はがきにて、参加希望者全員の住所、  
 氏名(ふりがな)、年齢(学年)、電話番号、  
 イベント名を明記の上、申込。  
 返信用ハガキにも住所・氏名を明記。7月3日(木)必着。

## 「あらかわでカニとりをしよう」7月19日(土)

荒川にはカニがたくさん!一緒にさがしてみよう!



日時▼7月19日(土) 午前10時~11時30分  
 場所▼荒川ビジターセンター、荒川河川敷  
 対象▼どなたでも(就学前の子どもは保護者同伴)  
 定員▼20人(先着)  
 参加費▼無料  
 持ち物▼カニを入れる容器(水そう、バケツ等)、汚れてもよい  
 服装(長袖・長ズボン)、長ぐつ(保護者の方も)、  
 帽子、水筒、タオル、雨具(雨天時)  
 参加方法▼当日午前9時から荒川ビジターセンターにて参加証配付

## 「自分たちでつくる 川のようにえん 水辺であそぼう」7月27日(日)

荒川の水辺で、水きりや生きものさがしをしよう!  
 「自分たちでつくる 川のようにえん」は、小さいお子さんとご家族  
 の自然あそびを応援するイベントです。隔月第2日曜日に開催。



日時▼7月27日(日) 午前10時~11時30分 \*雨天決行  
 場所▼荒川ビジターセンター、荒川河川敷  
 対象▼就学前の子どもとその家族(ご兄弟も一緒にどうぞ)  
 定員▼20人(先着) 参加費▼無料  
 持ち物▼汚れてもよい服装(長袖・長ズボン)、長ぐつ(保護者の方も)  
 帽子、水筒、タオル、雨具(雨天時)  
 参加方法▼当日午前9時から荒川ビジターセンターにて参加証配付

お問合せ:足立区荒川ビジターセンター  
 〒120-0034 足立区千住5-13-5 学びピア21内4階  
 電話:03-5813-3753 FAX:03-3870-8544

E-mail:ara-vc@adachi.ne.jp  
 http://www1.adachi.ne.jp/ara-vc/  
 解説員常駐時間 午前9時~午後5時

7月の休館日  
 7月14日(月)

# ついきち広場 7月19日(土)

開催日:7月19日、8月23日、9月20日、10月18日、11月15日、12月20日、平成27年1月17日、2月21日、3月14日

## 当日受付 家族ふれあいスポーツ広場

午後1時~3時 **スポーツ吹矢** 社団法人 日本スポーツ吹矢協会  
 会場:4階 講堂 参加費:100円(保険料込み)  
 ※マウスピース希望者は別途100円が必要です。  
 道具はお貸しします。直接会場受付にお越しください。

午後1時~3時 **ピンポン広場** 会場:4階 講堂 参加費:保険料のみ10円  
 ボール、ラケットはお貸しします。運動の出来る服装で直接会場受付にお越しください。

※7月8月はノルディックウォーキングはお休みです。

## 当日受付 はつらつ教室 (一般高齢者向け) 午前10時~11時30分 4階講堂

いつまでも元気ですごせるように、らくらく体操を主体に体づくりをしましょう!ひと月に1回、1年間のプログラムで開催します。  
 主な内容:毎回「あだち・らくらく体操」を実施。さらに「真ん中探し体操」「軸くるくる体操」「天然コルセット体操」  
 「肩胸楽々体操」「トイレ安心体操」などを行っていきます。運動の出来る服装でお越しください。

対象・定員:足立区在住で、介護を要しない65歳以上の方。各日20名~25名(先着順)

講師:健康づくり支援チーム「快体心咲」派遣講師2名

無料

## 当日受付 リバーサイドコンサート 出演:上野学園 フルートカルテット

「ついきち広場」開催日の午後2時~3時、4階講堂ホワイエでミュージシャンが  
 すてきな音楽を奏でます。出演者や演奏ジャンルは毎回変わります。  
 入場無料、お気軽にお立ち寄りください。

無料



## 生涯学習ボランティア よもやま話



「うふっ…。子どもたちがとってもかわいいの!」

4月から始まった小中学生のためのフリースペース「小中学生のびのび広場」で見守りボランティアとして活躍する  
 傾聴ボランティアの皆さん。孫、それとも曾孫…?(笑)  
 年齢の差なんてなんのその!目を細めながら子どもたちに  
 接する暖かい眼差しに、子どもたちも心が安らぐひと時の  
 ようです。

足立の神社仏閣散歩 4

「西新大師 総持寺と弘法大師空海」  
 東武大師線大師前駅で下車。関東三大厄除け大師の一つ  
 として有名な西新井大師は、創建天長三年(八二六)、弘法  
 大師によると伝えられています。梅、桜、藤と続き寺域は年中花  
 で彩られます。とくに牡丹園は東京の名所(ぼたん大師)。  
 七月には「風鈴祭り」があります。「お大師様の縁日」は毎月  
 二十一日。門前は土産の売店や飲食店が並んでいます。山  
 門(仁王門)は総繪で、楼上に五智如来を安置とあります。  
 正面に立派な大堂。境内も広く、左奥に弁天池を巡る小  
 道が如意輪堂や奥の院へと導きます。数ある寺宝中の「蔵王  
 権現毛彫銅板」(国宝)は、現在国立博物館に保管。  
 さて「お大師様」は、弘法大師空海(七七四~八三五年)。  
 日本のスーパーマン。幼名真魚。四国讃岐の佐伯氏。唱名「南  
 無大師遍照金剛」。全国各地に伝説があり、我が国の文化・  
 教育をはじめ、沢山の事業貢献をしました。また、生涯に数  
 々の不思議があります。たとえば「出会った一僧より」「虚空  
 蔵求聞持法」(超記憶開発による記憶・読解・洞察の増大)を  
 授かり修行。満願日、室戸岬での奇瑞。《文筆文章力と外国  
 語の習得。その実力は色々な所で発揮されています》。《唐留  
 学二十年の予定が二年に短縮。長安の青龍寺で密教二系統  
 の流れを伝える惠果師から「汝ニハ密教ノ天賦ノ才能アリ」  
 待っていた器であると言われ、金剛・胎藏界両部を伝授され  
 た》。《高野山奥の院で将来の弥勒時代に備えているとのこ  
 と》。こうした不思議現象も実際に成し得ることとして指し  
 示した大先達です。  
 (広報ボランティア江花)

寺名:五智山遍照院総持寺  
 (ごちさんへんじょういんそうじ)  
 仏教新義真言宗豊山派寺院  
 本尊:十一面観世音 副仏:大師像  
 (ともに大師作と伝う)  
 足立区西新井1-15-1

# 学びピア21 7月受付講座 & イベント

- 6月26日(木) 受付開始講座  
 ※電話・窓口は午前9時～、インターネットは午後1時～受付  
 ・高齢者のためのワード初級  
 ・高齢者のためのエクセル初級  
 ・すくすくベビーオイルマッサージ  
 ・夏休み小学生講座 磯・森・夜 岬の子ども自然体験教室  
 ・夏休み小学生講座 集中力を鍛える!座禅体験  
 ・夏休み小学生講座 音といっしょに自由におどろろ  
 ・おしゃべり処を運営する傾聴ボランティア入門講座  
 ・心と体のリフレッシュ「メンズヨガ」  
 ・NHK「ポストン美術館 華麗なるジャポニスム展」講演会  
 ・学びピアコンサート 東京人形夜パントマイムとダンス
- 7月1日(火) ●韓国語サロン 午後7時～8時30分、当日受付、500円(一般)  
 ●健康太極拳 午前10時～11時30分、当日受付、510円(一般)  
 屋内施設予約開始(9月分)・インターネットは午後1時～受付  
 屋外施設抽選受付開始(8月分)  
 ・抽選ハガキ～9日 ・インターネット1日～10日
- 2日(水) ●ITサロン 午後2時～4時、当日受付、200円(一般)
- 5日(土) おもちゃの病院 午前10時～午後3時(研修室4) 当日受付 無料  
 ●おはよう親子ふれあい居場所サロン 午前10時～正午、当日受付、無料  
 ◆おかえり卓球サロン 午後6時～9時 大人1人1時間100円、子供半額
- 6日(日) ●小中学生のびのび広場 午後1時～5時、当日受付無料  
 ◆おかえり卓球サロン 午後6時～9時 大人1人1時間100円、子供半額  
 ♪歌声サロン「童謡・唱歌を歌おう」  
 荒川ビジターセンターイベント「川あるきの日」
- 7日(月) ●大人のそろばんざろん 午前10時～11時、当日受付、300円(一律)  
 ●憩いのコミュニティサロン「おしゃべり処」午前10時～正午、無料  
 ■おはよう卓球サロン 午前9時～正午 大人1人1時間100円、子供半額
- 8日(火) ●韓国語サロン 午後7時～8時30分、当日受付、500円(一般)  
 ●健康太極拳 午前10時～11時30分、当日受付、510円(一般)
- 9日(水) ●ITサロン 午後2時～4時、当日受付、200円(一般)  
 屋外施設抽選ハガキ締め切り
- 10日(木) 屋外施設抽選インターネット締め切り

- 12日(土) ●グランマと英語deあそぼ! 午前11時～正午 受講料100円  
 ●おはよう親子ふれあい居場所サロン 午前10時～正午、当日受付、無料  
 ◆おかえり卓球サロン 午後6時～9時 大人1人1時間100円、子供半額
- 13日(日) ●小中学生のびのび広場 午後1時～5時、当日受付無料  
 ◆おかえり卓球サロン 午後6時～9時 大人1人1時間100円、子供半額  
 屋外施設当選者受付(8月分)～21日  
 荒川ビジターセンターイベント「やってみよう!荒川で魚釣り!」
- 14日(月) 学びピア21休館日
- 15日(火) ●韓国語サロン 午後7時～8時30分、当日受付、500円(一般)  
 ●健康太極拳 午前10時～11時30分、当日受付、510円(一般)
- 16日(水) ●ITサロン 午後2時～4時、当日受付、200円(一般)
- 19日(土) ●おはよう親子ふれあい居場所サロン 午前10時～正午、当日受付、無料  
 ●憩いのコミュニティサロン「おしゃべり処」午後1時30分～3時30分、無料  
 家族ふれあいスポーツ広場 午前10時～正午、午後1時～3時はつつ教室(一般高齢者向け) 午前10時～11時30分 無料  
 リバーサイドコンサート 午後2時～3時 無料  
 足立の花火 午後7時30分～8時30分 荒川河川敷  
 荒川ビジターセンターイベント「あらかわでカニとりをしよう」
- 20日(日) ●小中学生のびのび広場 午後1時～5時、当日受付無料  
 ビデオ編集体験会  
 荒川ビジターセンターイベント「川あるきの日」
- 21日(月) ●大人のそろばんざろん 午前10時～11時、当日受付、300円(一律)  
 ■先取り講座情報コーナー & 学習相談窓口 午後0時30分～2時30分、無料  
 屋外施設当選者受付(8月分)締め切り
- 22日(火) ●韓国語サロン 午後7時～8時30分、当日受付、500円(一般)  
 ●健康太極拳 午前10時～11時30分、当日受付、510円(一般)
- 23日(水) ●ITサロン 午後2時～4時、当日受付、200円(一般)  
 テニスコート一般受付(窓口・インターネット、8月分)
- 24日(木) 野球場、運動場・球技場・広場一般受付(窓口・インターネット、8月分)
- 25日(金) 屋外施設電話一般受付(8月分)
- 26日(土) ●グランマと英語deあそぼ! 午前11時～正午 受講料100円  
 荒川ビジターセンターイベント「川のようにちえん 水辺であそぼう!」
- 31日(木) 中央図書館休館日



当日受付

## おかえり教室 韓国語サロン



簡単な韓国語のわかる方向けの初級サロンです。韓国語の発音や文法から、毎回テーマを決め、韓国独自の文化や韓国で実際に使えるフレーズなどを学びます。

日時 7月1日～平成27年3月31日 毎週火曜日  
 (7月29日、8月5日・12日、12月30日、1月27日を除く)  
 午後7時～8時30分

講師 ▼金 賢珠氏 (CSK韓国語学院講師)  
 会場 ▼生涯学習センター 5階 研修室1または4  
 対象 ▼16歳以上、ハンゲルが読める方(初級者向け)  
 定員 ▼30名程度  
 受講料 ▼1回 500円(一般)、350円(70歳以上の方、障がい者)  
 申込 ▼当日、生涯学習センター4階窓口へお越し下さい。

**おもちゃの病院 7月5日(土)午後10時～3時**  
 研修室4 足立区生涯学習センター ボランティア技術屋集団  
 最終受付午後2時30分 あだちトイ・ドクターズ

当日受付

**ピアナビ**  
 「学びピア21」という施設名と、そのテーマの一つである「総合的な情報ナビゲーション」から「ピア・ナビ」という名前が生まれました。

ピア・ナビは「ザ・プライス」様1階入り口、「トボス」様2階エスカレーター横、宿場町通り「彦根園」様、千住街の駅、北千住駅つくばエクスプレス改札脇、JR北千住駅構内に置いていただいています。

交通  
 常磐線・東武線・つくばエクスプレス・日比谷線・千代田線  
 「北千住」下車  
 徒歩 15分  
 都バス・東武バス  
 「千住四丁目」下車  
 徒歩 3分

### 学びピア 21 施設案内

中央図書館 (1～3階) 電話 03-5813-3740	足立区生涯学習センター (4～5階) 電話 03-5813-3730	足立区荒川ビジターセンター (4階) 電話 03-5813-3753	放送大学東京足立学習センター (6階) 電話 03-5244-2760
---------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	--

ピア・ナビ No.92 [発行] 足立区生涯学習センター (指定管理者: あだち学びときずな創造事業体)  
 〒120-0034 足立区千住5-13-5 学びピア21内 電話 03-5813-3730 E-mail: namagaku-ys@canvas.ocn.ne.jp