

# 学びピ

2018  
11

No.144



ナマガくん © S.KAEDE



シリーズ  
野菜の  
**花**

PHOTO  
植松 国雄

地域のちからコブNo.62「のこぎりキング下田」…2  
10月26日受付開始講座のご案内…3  
当日受付サロンのご案内…4  
報告 学びピアコンサート「魅惑のタンゴと映画音楽」…6  
ギャラクシティ Information…7  
あだち区民大学塾講座のご案内…8  
中央図書館からのお知らせ…8  
荒川ビジターセンターのイベント…9  
千住地区 住区センターだより…10  
あだちの野草「セイトカアワダチソウ」…11

## ラッキョウ(辣蕒)とウラナミシジミ

美しい花ですが、種子はできません。  
鱗茎(球根)を分球して種にします。  
平安時代に中国から薬用として伝えられ、  
江戸時代に野菜として普及しました。  
砂地を好み鹿児島県(吹上砂丘)鳥取県(鳥取砂丘)  
宮崎県(都城盆地)福井県(三里浜)の特産品で  
沖縄県には島辣蕒があります。  
「辛辣な味をもつ蕒(ニラ)」がラッキョウの語源です。  
「カレーライスにラッキョウ」を最初に考えたのは  
帝国ホテルだそうです。

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。

12/4(火) ママの日 午後1時~3時  
12/16(日) ファミリーの日  
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：5階 保育室  
対象・定員：4日首の据わった1歳未満の子と母親12組  
16日首の据わった1歳未満の子と保護者8組  
受講料：各1,020円(一般・教材費込)  
各864円(障割・教材費込)

東京未来大学連携  
「着ぐるみと一緒に 親子ミニ運動会」



大学生のお兄さん、お姉さんと一緒に運動会!  
おもしろリレーやユニーク玉入れなど、2~3歳児が楽しく参加できる運動プログラムを親子でお楽しみください。  
着ぐるみも一緒に応援しますよ!

12/22(土) 午前10時30分~正午

講師：東京未来大学大学生・保育ボランティア(生学)  
会場：4階 講堂  
対象：2~3歳の子どもと保護者  
定員：30組(事前申込先着順)  
受講料：220円(一律、教材費・保険料込)

女性スポーツの歴史 オリンピック・パラリンピックの先に目指すもの



スポーツ界における女性の活躍は目を見張るものがあり、2020年東京オリンピック・パラリンピックにおいてもその活躍が楽しみです。この講座では女性とスポーツの歴史を通して、女性アスリートを取り巻く現状と課題について学び、女性スポーツについての視野をひろげていきます。

12/8(土) 午後2時~3時30分

講師：野口 亜弥氏  
(順天堂大学 女性スポーツ研究センター / 研究員  
スポーツ健康科学部 助手  
(スポーツマネジメント学科))  
会場：5階 研修室4  
対象：16歳以上の方  
定員：40人(事前申込先着順)  
受講料：600円(一律)

日本の復習 江戸組子細工  
建具職人最高の技と美



障子、行灯などの伝統建具に、釘を使わず、細かな木材の緻密な細工と多種多様な意匠を織りなす江戸建具職人による組子細工の技と美をご覧ください。

12/2(日) 午後2時~3時30分

講師：田中 孝弘氏  
(江戸細工 建松2代目)  
会場：5階 研修室1  
対象：16歳以上の方  
定員：50人(事前申込先着順)  
受講料：500円(一律)

使える!役立つ!  
おもてなし英会話 文化編



観光に来た外国人と気軽にコミュニケーションできるといいですね。日本の文化に関する実用的な英会話について、会話を中心にネイティブの講師と楽しく学びましょう。

12/7~2/22 毎週金曜日  
(12/28、1/4・25、2/1を除く)  
8日制 午後1時30分~3時

講師：ジニー・ウィルソン氏  
(REDWOOD(株)派遣講師)  
会場：5階 研修室3、4  
対象：16歳以上で英検3級程度の英語力の方  
定員：25人(事前申込先着順)  
受講料：5,800円(一般)  
4,060円(高割・障割)

心と体の癒し  
夜ヨガセラピー A・B



簡単な体操と呼吸法、瞑想を行い、心を静かにしていきます。難しいポーズはありませんのでご自身のペースで無理なく行えます。  
1日の終わりに、ゆったりとした時間を過ごしてみませんか?

12/12~3/27 毎週水曜日  
(1/2を除く) 15日制  
A:午後6時10分~7時10分  
B:午後7時30分~8時30分

講師：大脇 真弓氏  
(認定ヨーガ療法士、病院でヨーガ指導)  
会場：4階 講堂  
対象・定員：A:16歳以上の女性(40人)  
B:16歳以上の男女(40人)  
(各事前申込先着順)  
受講料：7,950円(一般、保険料込)  
5,610円(高割・障割、保険料込)  
持ち物：動きやすい服装、汗拭きタオル、ヨガマット  
拭き用のタオル、ふた付きの飲み物

地域のちからコブ!  
vol.62

のこぎり演奏者 のこぎりキング下田(下田 尚保さん)



フランス・パリでの活躍を報じる「早稲田学報」2005年



のこぎりはフランス製



のこぎりの演奏も披露していただきました



2004年フランスインターナショナルのこぎり演奏大会にゲスト出演



笑顔でインタビューに応じてくださる下田さん

「木は切れませんが、お豆腐は切れます」  
ユーモアたっぷり『のこぎりキング下田』  
のこぎり音楽の演奏家『のこぎりキング下田』と下田尚保さんは、足立区生まれの足立区育ち。足立シニアアンサンブル時代は、ドラマーとして活躍。NHKのテレビ番組「人生これから」にも出演。のこぎり楽器との出会いは、ソロ活動への転換を考えていた頃、近所のラーメン屋にあった雑誌の紹介記事。やりたいことをやるという信念に基づき、53歳で始めた。平成16年、狭き門の東京都公認のライセンス「ペンアーティスト」を取得、プロの演奏家として国内はもとより、フランス、台湾、カンボジアなどで演奏、国際親善の一助に努めている。来月、中国で演奏予定。楽器用のこぎりは、歌うのこぎりと言われ、女性が歌っているような美しい音色。音を出すことも難しいが、感(こ)本人は勘(こ)を働かせ、童謡からジャズまで幅広い楽曲を奏でる。演奏曲のゆかりの地を訪ね歩き、景色や心に寄り添うこともある。学校、恩師、母への感謝も忘れない。母校である第九中学校記念式典において「親孝行のすすめ」のスピーチを披露、湘江中学校での演奏会は19年間も行っている。今



湘江中学校での演奏風景

「チュービート コンサート withのこぎりキング下田」in 北千住 2019年1月13日(日)東京労音 東部センター

も昔も「ゲゲゲの鬼太郎」が大うけ。演奏以外にも待機児童の講演会の司会など、多忙な日々を送っている。のこぎり演奏の魅力を尋ねると「人に癒しを与えられることで、自分も喜びを感じる。さらには、色々な人とコミュニケーションがとれる」と語る。現在76歳。これからも、たくさんのお出合いが待っていることに、幸せを感じている。(文章:広報ボランティア佐藤)

## リバーサイドコンサート

生涯学習センターにリバーサイドコンサートが戻ってきました。11月は弦楽四重奏。「愛の讃歌」「見上げてごらん夜の星を」「弦楽四重奏曲第2番/ボロディン」などクラシックからポップスまでお楽しみいただけます。

11/17(土) 午後1時30分～2時30分

出演：藤瀬 実沙子(ヴァイオリン)  
安藤 梨乃(ヴァイオリン)  
高山 弓月(ヴィオラ)  
入江 晴美(チェロ)

会場：4階 講堂ホワイエ

料金：無料

定員：80名(先着順)

協力：特例認定NPO法人

おたまじゃくしクラブ

## 外国人のための書道サロン

### Calligraphy salon for foreigners

Let's experience the beauty of "character" and calligraphy and enjoy their expression.

You can come or leave anytime.

Let's enjoy calligraphy together.

Please do not hesitate to come!

Date & time: 11/17 (Sat)

from 10 o'clock to 13 o'clock

Location: Adachi-ku Lifelong

Learning Center 5th Floor

Target: Tourists from overseas,

foreigners living in Japan

Things to bring: None

Inquiry: Adachi-ku Lifelong

Learning Center

Phone: 03-5813-3730

## オール学びピアイベント

### 『学びピアの縁側』

「学びピア21」の各施設がプログラムを持ち寄って毎月1回開催します。当日直接会場にお越しください。

11/17(土) 午後2時30分～4時

#### ■足立区荒川ビジターセンター

「落葉ランプシェードづくり」  
詳しくは、P.9をご覧ください。

#### ■放送大学東京足立学習センター

●4階 講堂ロビー  
筆跡診断

#### ◆学びピアの縁側スタンプラリー

遊んで、シールをペタッ！体験して、シールをペタッ！シールを集めると景品がもらえるよ。

## おはよう親子ふれあい居場所サロン

親子での友だちづくりの場です。11月は24日がランチの日。お弁当をご持参ください。

11/10～24 毎週土曜日

午前10時～正午(24日は午後2時まで)

運営：保育ボランティア

会場：5階 保育室

対象：3歳以下の子どもと

保護者

定員：各10組

料金：無料

## 家族ふれあいスポーツ広場

11/17(土)

### ◆車いすダンス体験

午前10時～正午

障がいのある方も健常者の方も、一緒に楽しめる車いすダンス。「ダンスは初めて…」という方も大丈夫です。講師が最初から丁寧に教えます。

指導：奥泉 共恵氏

(ウエルフェアダンス上級公認トレーナー)

会場：4階 講堂

定員・対象：小学生以上、20人

参加料：210円(一般)、150円(高割・障割)

110円(小・中学生)

※参加料には保険料が含まれています。

### ◆ノルディック

ウォーキング

午前10時～正午

ノルディックウォーキングは、全身を使う効果的な有酸素運動です。シニアの方も、運動不足が気になる方も、気軽に簡単に楽しめます。

指導：ノルディックウォーキングLOGO

集合：午前9時45分、4階窓口前

場所：荒川河川敷

参加料：100円(大人)、50円(小学生)

ポール貸出：300円(1人)

※参加料には保険料が含まれています。

### ◆スポーツ吹き矢

午後1時～3時

性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツ。精神力・集中力が身に付きます。

指導：サザンさわやか倶楽部

会場：4階 講堂

参加料：100円(大人)、50円(小学生)

マウスピース代：100円

※参加料には保険料が含まれています。

## 憩いのコミュニティサロン おしゃべり処

みなさんのよもやま話をお待ちしています。お気軽にどうぞ。

11/5(月) 午前10時～正午

11/17(土) 午後1時30分～3時30分

運営：傾聴ボランティア

会場：5階 研修室5

対象：どなたでも

定員：各15人

入場：無料

## おはよう教室「健康太極拳」

「簡化24式太極拳」をもとにした太極拳。初心者でも気軽に参加できます。

11/13～27 毎週火曜日

午前10時～11時30分

講師：大竹 由美氏

(日本武術太極拳連盟公認A級指導員)

足立区公認スポーツ指導員

会場：4階 講堂

対象：どなたでも

定員：各50人

受講料：510円(一般)

360円(高割・障割)

※参加料には保険料が含まれています。

## ITサロン

パソコンを囲んだ地域交流の場。お一人でも気軽に参加できます。

11/7～28 毎週水曜日

午後2時～4時

運営：ITサロン運営ボランティア

会場：5階 研修室5

対象：中学生以上の方

料金：200円(一般)

140円(高割・障割)

※1人1台のパソコンを使った

講習ではありません。

## 千住おもちゃの病院

壊れてしまった大切なおもちゃを治します。

11/3(祝・土)

午前10時～午後3時

(最終受付午後2時30分)

医師：技術屋集団 あだちトイ・

ドクターズ

会場：5階 研修室5

料金：無料

※一部実費をいただくことがあります。

## 11月の当日受付サロン

## 小中学生のびのび広場

小中学生のためのフリースペースです。勉強やゲーム、パソコンなどで遊べます。

11/4～25 毎週日曜日

11/3(祝・土)・23(祝・金)

午後1時～5時

運営：見守りボランティア、

職員

会場：5階 研修室5ほか

定員：各15人

料金：無料

## 歌声サロン 童謡唱歌を歌おう

小さい頃に口ずさんだ童謡・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。

11/18(日) 午後2時～4時

指導：鈴木 佑未子氏

(千葉敬愛短期大学講師)

会場：4階 講堂

対象：16歳以上の方

定員：140人

受講料：500円(一律)

## おかえり卓球サロン おはよう卓球サロン

### ◆おかえり卓球

11/4・18 いずれも日曜日

午後6時～9時

### ◆おはよう卓球

11/19・26 いずれも月曜日

午前9時～正午

会場：4階 講堂

対象：小学生以上の方

定員：各50人

受講料：100円(一般) 50円(小中学生)

※会場受付、お支払い

※参加料には保険料が含まれています。

## 大人のそろばんサロン

そろばんで脳もイキイキ、幸齢生活。簡単な読み上げ算から始めます。

11/5・19 いずれも月曜日

午前10時～11時30分

講師：山崎 富貴子氏

(富貴そろばん塾講師)

会場：5階 研修室4

対象：おおむね50歳以上の方

定員：各30人

受講料：400円(一律)

※4階受付で当日お支払い

## 10月26日受付開始講座

## 介護予防はつらつ教室



いつまでも元気で過ごせるように、「あだち・らくらく体操」を主体に体づくりを指導します。他に「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。

11/1(木) または 11/15(木)

午後1時30分～3時

講師：介護予防健康作りチーム

「快体心咲」派遣講師2名

会場：4階 講堂

対象：足立区在住で、介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない65歳以上の方(一般高齢者向け)

定員：各25人(事前申込先着順)

受講料：無料

※動きやすい服装、水分補給飲料

※1日・15日いずれか指定

長寿健康増進事業

## 暮らしと脳の活性化に役立つ タブレット講座



カメラや時計、インターネット、防災情報、レシピ、動画など、タブレットはとても便利で役に立つ道具です。基本操作からいろいろな楽しみ方までじっくりと学んで、あなたの暮らしにお役立てください。

12/7・14 毎週金曜日

2日制 午後1時30分～4時30分

講師：佐藤 一氏、原田 治氏

(NPO法人アクティブSITA)

会場：5階 研修室2

対象：足立区民で75歳以上の後期

高齢者医療保険に加入して

いる方(65歳以上で後期高

齢者医療保険加入者も含む)

定員：8人(事前申込先着順)

受講料：無料

※タブレットはアンドロイド端末を

ごいたします。

ギャラクシティのエンターテインメント

おーけすとろ  
ひとれ座  
クリスマスコンサート  
～足立区民によるギャラク合唱団と共に～

2018年12月24日(月・祝) 開演 午後1時30分 (開場 午後1時)  
西新井文化ホール(ギャラクホール)

チケット料金 一般:1,000円(税込) チケット発売中  
全席自由 高校生以下:無料

【予定曲目】  
パレエ組曲「くるみ割り人形」/  
P.チャイコフスキー  
「ロマンス」第2番/L.v.ベートーヴェン  
独奏:木野雅之  
きよしこのよる(合唱)  
赤鼻のトナカイ(合唱) 他  
※曲目は変更になる場合がございます。

大募集!!  
ギャラク合唱団  
若手オーケストラひとれ座、  
一流ヴァイオリニストと  
足立区民がコラボレーション  
この日の演奏のために  
ギャラク合唱団を大募集!!  
詳細はHPをご覧ください。  
http://www.galaxcity.jp/

指揮:池田潤 ヴァイオリン:木野雅之 コンサートナビゲーター:Chiko

0歳から  
入場可能

生音が、生歌が、間近で聴ける  
あとりえ LIVE

夜のホワイトあとりえで定期的に開催される  
アコースティックライブ  
いつものギャラクシティとはちょっと違う  
「LIVE HOUSE」的な空間をお楽しみいただけます。

山中潤一 南リこ Chamaeleon(のまじん)  
円成寺さくら 岡秀年 Kuyuki

11/9(金) vol.10: 午後7時～午後8時 円成寺さくら  
11/23(金・祝) vol.11: 午後3時～午後8時  
～あつまれ!歌うたいギャラクミュージックフェスティバル～  
一般公募フェス(約20組)、Gかくえんシンガーソングライター部  
12/7(金) vol.12: 午後7時～午後8時30分 五十嵐晴美 / 山中潤一  
12/22(土) vol.13: 午後3時～午後8時  
山中潤一 / Kuyuki / 南リこ / Chamaeleon  
岡秀年 / 牧野公美 / 円成寺さくら / 他

どなたでも  
参加OK 入場  
無料

場所: ホワイトあとりえ

でんちフェスタ

11月3日(土・祝) 午前9時～午後4時30分

電池をもっと体験しよう!

手づくり  
乾電池教室  
虎の子  
レース  
子ども電池  
O×クイズ

オリジナル乾電池を作って、  
「虎のおもちゃを走らせるレース」に  
参加したり、豪華賞品がもらえる  
クイズ大会に参加できるよ!!  
果物や野菜が電池になるの!!  
電池エネルギー体験教室など  
たのしいイベントがまってるよ!

対象 小学生・中学生(小学1・2年生は要保護者同伴)

【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下車、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月を除く)、元日 ※1・3・9月に連続休館あり

【お問い合わせ】Tel 03-5242-8161 Mail info@galaxcity.jp  
最新情報・詳細はWEBへ!  検索

※イベント内容は変更になる可能性があります。あらかじめご了承ください。

学びピアノコンサート 魅惑のタンゴと映画音楽

イベント報告  
2018.9/23 sun



ヴァイオリン・バンドネオン・ピアノによる魅惑のタンゴに酔いしれました。

今回のタンゴ編成は、ヴァイオリン・バンドネオン・ピアノという組み合わせ。タンゴに欠かせないバンドネオンはアコーディオンとよく間違えられますが、全く別な楽器。演奏者の北村聡さんは、大学時代この楽器に魅せられ、ブエノスアイレスで腕を磨かれました。その哀愁に満ちた音色に惹かれました。

ヴァイオリンの山本江梨子さんは、もともとタンゴ好きで、女性だけのタンゴグループのメンバー。タンゴヴァイオリンは、クラシックのリズムや技巧とは全く違うとか。



バンドネオン:北村 聡

ピアノを担当された松永裕平さんは、山本さんと同じく、盛岡のレストランで研鑽を積み重ねました。今回の演奏では、打楽器的タッチと、流れるようなグリッサンドが光っていました。

曲目は、エル・チヨクロ、パジャドーラ、ラ・クンパルシータなどのアルゼンチンタンゴと、めぐり逢い、On My Own、ヒーローシネマ、ダイスといった映画音楽。満員の客席がダンス音楽に酔いしれた1日でした。

(文と写真:広報ボランティア 松尾)



ヴァイオリン:山本 江梨子

ピアノ:松永 裕平

### 「川あるきの日」

毎月2回行っている、荒川の自然観察会です。  
1回目は、テーマにそって、のんびり生きものを探しする日。  
2回目は、生きもの調査として、しっかり記録する日として毎月実施します。



	日時	歩く場所	集合場所
～くつつくたねさがし～	11/11(日) 午前10時～11時30分	わんど広場	荒川ビジターセンター
～生きもの調査～	11/25(日) 午前10時～正午	扇大橋～江北橋右岸	扇大橋下右岸(小台側)

※下流の方を向いて右側が右岸、左側が左岸です。  
参加方法：各日も事前申込不要、集合場所で午前9時50分から受付開始(小雨決行・荒天中止)  
対象：どなたでも(就学前の子どもは保護者の参加が必要)  
定員：20人(先着)。10人以上の団体での参加希望の際は事前にご連絡ください。参加費：無料  
持ち物：汚れてもよい服装(長袖・長ズボン着用。サンダル不可)、防寒具、飲み物、タオル、雨具(雨天時)、帽子

### 「学びピアの縁側 落ち葉ランプシェードづくり」

荒川の落ち葉や押し花を使ってランプシェードを飾ろう。  
※「学びピアの縁側」は、毎月1回「学びピア21」の各施設がプログラムを持ちよって開催します。



11/17(土) 午後2時30分～4時30分の間、3回実施

場所：「学びピア21」4階講堂ロビー  
対象：どなたでも(就学前の子どもは保護者の参加が必要)  
定員：各回10人(先着) 参加費：無料  
参加方法：当日9:00から荒川ビジターセンターで参加証配布  
※実施時間中は講堂ロビーで参加証配布

### 「川のようちえん あらかわで ちびっこクリスマス」

事前申込

荒川で自然素材を集めてクリスマス飾りを作ろう。



12/9(日) 午前10時～11時30分  
場所：足立区荒川ビジターセンター、荒川河川敷  
対象：就学前の子どもと保護者(小学生以上のご家族も同伴できます)

定員：20人(抽選)  
参加費：無料  
参加方法：事前募集(下記参照)

#### ★川のようちえん 申込方法★

荒川ビジターセンター窓口で直接、または往復はがきに、  
①イベント名、参加者全員分の②住所、③氏名(ふりがな)、  
④年齢(学年)、⑤電話番号を書いて申し込み(往復はがきは返信面も記入)。1組5人・1通まで。  
応募者多数の場合、抽選になります。  
※応募締め切り：11/26(月)必着



お問い合わせ：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@ces-net.jp  
http://ces-net.jp/ara-vc/

解説員常駐時間 午前9時～正午、午後1時～5時  
11月の休館日：11/12(月)

足立区生物園 Presents  
**わんフェス**  
みんなが楽しめるワン!  
※天候により中止となる場合がございます。

他にもいろいろ！

- 犬の健康相談
- 我が家の愛犬自慢
- 動く犬テモストレーション
- コンサート 出来谷立区立江中学校
- グッズ販売
- ドッグラン(1回1時間300円)

日時 11月3日(土祝) 午前10時～午後4時  
場所 元洲公園(足立区保木間2-17-1)  
申込 不要※当日直接会場へ  
問い合わせ 03-3884-5577

※ドッグランのご利用は最大数限り目(犬種別)に制限(100名)を設けております。

### 皇位継承から学ぶ 古代歴史入門講座

中国の史書と日本神話から、いつどのようにして、我が国の古代の歴史が誕生したか、歴史としての天皇(大王)家は、どのような困難を乗り越えて、律令国家としての体裁を整えたのか、古代の歴史を皇位継承から学びます。

併せて仏教伝来や聖徳太子の伝承や、壬申の乱を経て、藤原京・平城京が誕生した歴史を探ります。



箸墓古墳



石舞台古墳



平城京大極殿

12/7・14・21 毎週金曜日 3日制  
午後2時～4時

- 第1回 神話時代から古代国家へ(神武天皇～雄略天皇)
- 第2回 古代国家から律令国家へ(継体天皇～天武天皇)
- 第3回 藤原京から平城京へ(持統天皇～光仁天皇)

講師：大沢 正明氏  
(奈良まほろばソムリエ検定ソムリエ工級、京都・観光文化検定試験一級、江戸文化歴史検定試験一級)  
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：50人(抽選)  
受講料：1,500円(全3回分、初日に会場でお支払いください)  
申込：往復ハガキ、11/23(金)必着  
申込先・お問い合わせは下記をご覧ください。

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

### 中央図書館からのお知らせ

#### 子ども読書推進係からのお知らせ

- ◆おはなし会  
日程：11/2・9・16・23 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：11/7・14・21・28 毎週水曜日  
時間：午後3時30分～
- ◆映画会  
日程：11/4・11・18・25 毎週日曜日  
時間：午後2時～2時30分  
内容：11/4 「ウサギとカメ/白いカラス」  
11 「すてきな三にんぐみ」  
18 「王さまの耳はろばの耳/オルペウスのたて琴」  
25 「念仏天狗/猫檀家」

- ◆秋の読書週間イベント「むかしむかし・・・」  
中央図書館の児童コーナーでは「昔話」をテーマにしたイベントが盛りだくさん!  
期間：10/27(土)～11/11(日)  
内容：・ブックラリー「昔話へとびこもう」  
・工作「紙皿とビーズで『でんでんたいこ』をつくろう」  
・おたのしみ「本の福袋」  
・特集展示 10/19(金)～11/11(日)  
・とくべつおはなし会(※要事前申込)  
11/3(土) 午後2時～(3歳以上～小学生向け)  
11/4(日) 午前11時～(0～2歳向け)

申込先：中央図書館子ども読書推進係  
電話番号03-5813-3745 FAX番号03-3870-8415

#### 図書のリサイクル「本のとらばーゆ」

今年も中央図書館で「本のとらばーゆ」を開催いたします。皆様のご来場をお待ちしています。  
日時：11/10(土)・11(日) 午前10時～午後4時まで  
※11日の入場は午後3時30分まで。  
場所：学びピア21 4階 講堂(中央図書館が入っている建物の4階)  
対象：区内在住の方

内容：区立図書館全館で利用を終えた図書や寄贈図書をお1人20冊まで(絵本は2冊まで)差し上げます。  
持ち物：持ち帰り用の袋  
申込方法：不要 ※当日直接会場へ(お車での来場はご遠慮ください。)  
問合せ先：中央図書館 電話番号 03(5813)3740

### 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  
【11月の休館日】11/12(月)・30(金)



7

## セイタカアワダチソウ

文 | 清水 猛  
写真 | 佐藤 章子



放つて置くと高さは2m以上に育ちますが、夏に短く切り詰めると枝分かれして濃黄色の小さな花を多く付け、庭でも結構楽しめます。北アメリカ原産で、明治時代に園芸植物として持ち込まれ、その後花の少ない晩秋まで咲く貴重なミツバチの蜜源植物として、養蜂業者が全国各地に広めたと言われています。

セイタカアワダチソウは種子だけでなく地下茎でも増え、さらに根から周囲の植物の成長を抑制する化学物質を出す、いわゆるアレロパシー(他感作用)植物としても良く知られています。

一時期花粉症の原因植物として誤解されていましたが、本種はミツバチの蜜源植物となる様な虫媒花であり、風で花粉を飛ばす風媒花ではないため花粉の生成量は少なく、現在では本件に対して「無罪」と考えられています。



足立で見られる野草も掲載  
舎人公園野草園のホームページ。  
舎人公園野草ボランティアが管理しています。  
<http://toneri-yasoen.a.la9.jp/>

### 千住柳町住区センター

TEL.03-3870-3490



千住柳町12-5

11月の休館日  
3・4・11・18  
19・23・25日

- ◆児童館
  - ・石場先生の「だっこ講座」(首のすわった乳幼児～1歳6ヶ月) 11/1(木) 午前10時30分～11時30分
  - ・「親子リズム体操」(0歳児コース) 11/13・27(火) 午前10時30分～11時30分
  - ・「赤ちゃんの会」(0歳児コース★定員制) 11/20(火) 午前10時30分～11時30分
  - ・工作「スライムをつくろう」(小学生以上★30個限定) 11/28(水) 午後1時30分～3時30分

- ◆悠々館
  - ・「出前演芸館」11/28(水) 午後2時～午後3時30分
  - ・「浪曲」11/27(土) 午後1時30分～4時
  - ・「みんなの体操」(どなたでも) 毎日 午前11時～30分間
  - ・「らくらく体操」(どなたでも) 毎日 午後2時30分～30分間

### 千住地区 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(全館)  
10月～3月 午前10時～午後6時  
(千住本町児童館は午後5時まで)  
※土曜日・春休み・夏休みは午前9時～  
悠々館: 午前9時～午後5時

### 千住本町住区センター

TEL.03-3870-6221



千住五丁目6-2

11月の休館日  
3・4・5・11・18  
19・23・25日

- ◆児童館
  - ・プチやんちゃっこクラブ「エクササイズ」(5ヶ月～12ヶ月程度) 11/27(火) 午前10時30分～11時30分
  - ・助産師の指導でママが赤ちゃんを抱っこしながら身体を動かします。ダンスをしたり話をしたりの楽しいひと時をお過ごしください♪

- ◆悠々館
  - ・「住区de団らん」11/9(金) 午後5時～7時
  - ★11/2(金) までに申込みが必要です
  - ・「昼のカラオケ」(自由参加) 11/13・27(火) 午後1時30分～3時30分
  - ・「花もも会」11/20(火) 午後1時30分～3時
  - 内容: 消防署の話、転倒予防体操



### 千住河原町住区センター

TEL.03-3870-7229 (児童館) 03-3870-7228 (悠々館)



千住河原町5-12

11月の休館日  
3・4・12・18  
23・25・26日

「住区まつり」11/11(日)  
午前10時～午後2時(受付: 午前10時～午後1時45分)  
(幼児さんは保護者ときてください) ★品物が無くなり次第おわりです  
児童館: ゲーム、工作、模擬店など  
悠々館: 演芸大会、作品展示、茶席など

- ◆児童館
  - ・「緑町保育園 出前保育」11/6(火) 午前11時～11時30分
  - ・保育士さんによる季節の歌や手遊びを行います
  - ・「赤ちゃんの会(0歳)」(首のすわった乳幼児～) 11/21(水) 午前10時30分～11時30分
  - ★抱っこひもをお持ちください

- ◆悠々館
  - ・「カラオケ大会」11/10(土) 午後1時30分～
  - ・翌日の住区まつりの一足先に盛り上がりましょう♪

### 千住あずま住区センター

TEL.03-3882-1218



千住東二丁目21-18

11月の休館日  
3・4・12・18  
23・25・26日

「住区まつり」11/11(日) 午前10時～午後3時  
児童館: 模擬店、工作、お茶席、ゲームなど  
悠々館: 演芸大会、作品展示、体力測定など  
★参加のためのチケット配布が行われるプログラムがあります。  
詳しくは千住あずま住区センターに直接お問合せください

- ◆児童館
  - ・「赤ちゃんの会」(歩く前までの赤ちゃん) 11/7(水) 午前10時30分～11時30分
  - ・「ひまわり」(2・3歳児) 11/13・27(火) 午前11時～11時30分
  - ・「つぼみ」(1歳児) 11/3・30(金) 午前11時～11時30分
- ◆悠々館
  - ・「うたごえ広場」11/8(木) 午後1時30分～
  - ・「カラオケ新曲を唄う会」11/24(土) 午後1時30分～
  - ・「囲碁・将棋」毎日 午前9時～午後5時
  - ・「ラジオ体操・レクダンス」毎日 午前11時～11時25分

霜月

11

November/2018

Sun.	Mon.	Tue.	Wed.	Thu.	Fri.	Sat.
28	29	30	31	1	2	3 文化の日 ・小中のびのび広場 ・おもちゃの病院
4 ・小中のびのび広場 ・おかえり卓球	5 ・そろばんサロン ・おしゃべり処	6	7 ・ITサロン	8	9	10 ・親子居場所サロン ・本のとらば一ゆ
11 ・小中のびのび広場 ・ビジターセンター ・本のとらば一ゆ	12 学びピア21 休館日	13 ・太極拳	14 ・ITサロン	15	16	17 ・親子居場所サロン ・おしゃべり処 ・スポーツ広場 ・リバーサイドコンサート ・書道サロン ・学びピアの縁側
18 ・小中のびのび広場 ・おかえり卓球 ・歌声サロン 童謡唱歌	19 ・おはよう卓球 ・そろばんサロン	20 ・太極拳	21 ・ITサロン	22	23 勤労感謝の日 ・小中のびのび広場	24 ・親子居場所サロン (ランチの日)
25 ・小中のびのび広場 ・ビジターセンター	26 ・おはよう卓球	27 ・太極拳	28 ・ITサロン	29	30  中央図書館休館日	1



### 学びピア21大規模外壁改修工事のお知らせ

工期予定：平成30年5月24日～31年3月8日

学びピア21では1階から7階までの外壁および屋外エスカレーターの改修工事をおこなっています。足場囲いのため駐輪場・バイク置き場など利用制限や通路が狭くなっている個所がございます。お客様にはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 足立区生涯学習センター「ピア・ナビ」11月号（毎月25日発行）

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）  
 発行所／〒120-0034 足立区千住五丁目13-5 学びピア21内  
 電話03-5813-3730 FAX.03-3870-8407 E-mail namagaku-ys@canvas.ocn.ne.jp

足立区生涯学習センター 検索



HP



E-mail



ナマガくん  
Facebook



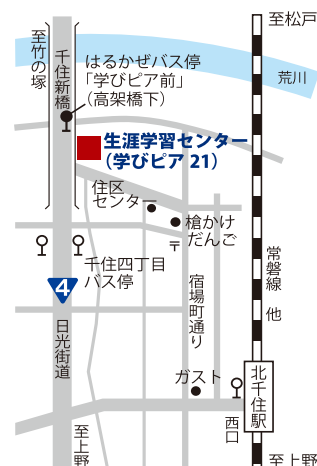
ナマガくん  
Twitter



LINE

### 学びピア 21 施設案内

足立区立中央図書館(1~3階) 電話 03 - 5813 - 3740	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
--	---	--



常磐線・東武スカイツリーライン・つくばEX・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