

特集 P6-7 あだちな縁結び Vol.3

# ゆめのき

# 3

March 2022 Vol.402



巢鴨信用金庫 鹿浜支店 × 鹿浜地域学習センター



▲P6.7 特集 あだちな縁結び「巣鴨信用金庫鹿浜支店 × 鹿浜地域学習センター」

# ココ見て！ 鹿浜！

【 レクリエーションホール・教養室・トイレ編 】



リニューアルオープンで各部屋の新しくなった設備を、もっと地域の皆様に知っていただき、ご利用いただきたい！今回はレクリエーションホール・教養室・トイレをご紹介します。

## レクリエーションホール

バレエやダンス、ヨガでご利用いただけるお部屋です。音楽は合唱でご利用いただけ、人数の多い会議等でもご利用になれます。

### ポイント① 鏡とレッスンバーが増えた！

鏡とレッスンバーを増築しました。壁ほぼ一面が鏡となったので、より広く、間隔を維持しながらご利用いただけるようになりました。 ※画像の赤丸部分が増築されました。



### ポイント② ライトの調光ができる！

ライトの色が電球色と昼光色の2種類になりました。また明るさは5段階あり、使用目的に合わせて色や明るさを調整できるようになりました。



### ポイント③ 更衣室ができた！

レクホール内に更衣室が新しくできました。これまでは体育館隣の更衣室を利用していたのですが、今後はレクホール内の更衣室で便利に身支度ができます。

更衣室の中には洗面台もあります。子ども用のミニロッカーも揃えました。

## 教養室

日舞や茶道など幅広い用途でご利用いただける畳張りのお部屋です。茶道用の窯や水屋もございます。



### ポイント① 暖かみのあるお部屋！

リニューアルオープンに伴い、教養室内全てを一新し、茶道等で使用する置炉も表千家、裏千家両方使用が可能です。

### ポイント②

茶道もできる教養室。水屋も改装工事できれいになりました。茶器等を置く棚も備え付けられています。



### ポイント③ 倉庫ができた！

座布団や机、椅子などを収納できる広い倉庫ができました。これまでは備品を置く場所が無く、部屋に置いておりましたがこれからは倉庫に収納できるので、教養室も広々とお使いいただけます。

## トイレ

スペースが広く、手すりやオストメイトに対応した多機能なトイレです。

車いす利用者、妊娠中の方、高齢者、乳幼児連れなど性別関係なく幅広い人々にお使いいただけます。

1階のトイレでは音声案内が流れ、目の不自由な方でも安心してご利用いただけます。



# としょかん イベント

小さい頃読んでいた、思い出の絵本はありますか？  
幼いころは物語の方に夢中になっていたお話も、今開くと挿絵の美しさに目を奪われたりすることもあるかもしれません。最近は大人向けの絵本もたくさん出版されており、掘り下げられたテーマを扱うものも増えています。そんな絵本を子どもの頃だけのものにしてしまうのは、もったいない！3月には、大人のおはなし会を行います。懐かしい絵本の読み聞かせもあるかもしれないので、ぜひ聞きに来てくださいね。

## 大人のおはなし会

昔読んだことのある本も、大人になって読み聞かせて聞くと、ちょっと違う見方ができるかもしれません。

日時：3/16(水)・19(土)

午後2時～2時30分

※16日・19日ともに同じ内容です。

対象：16歳以上

場所：2階 教養室

料金：無料



### おはなし会

絵本などの読み語りをを行います。

日時：3/26(土)  
午後2時～2時30分

定員：5組  
対象：小学生以下の子どもと保護者  
(子ども1人でも参加可能)  
料金：無料

### 映画会&工作教室

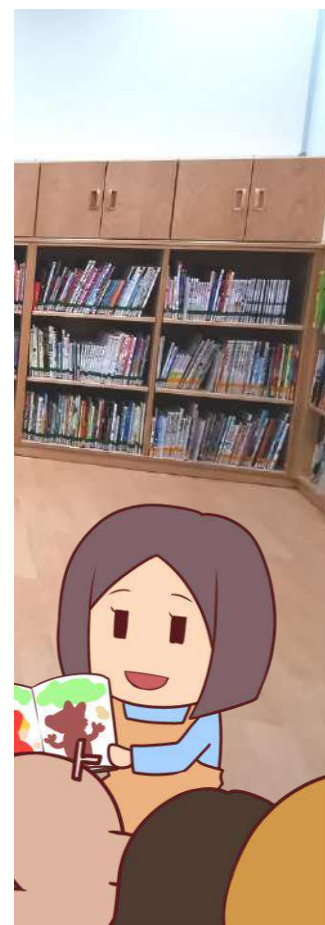
昔話アニメーションを見た後に、工作を行います。

日時：3/12(土)  
午後3時30分～4時30分

定員：10人  
対象：小学生  
料金：無料

全て先着順の事前予約制です。お電話またはカウンターで受け付けております。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントが中止または延期・変更になる場合がございます。



「シカヨミ」は図書館職員がおすすめの本を紹介するコーナーです。

## 〈今月のテーマ〉

今月は新生活で必要になる本をご紹介します。  
新しい生活のご参考にしてみてください。

## Pick up!

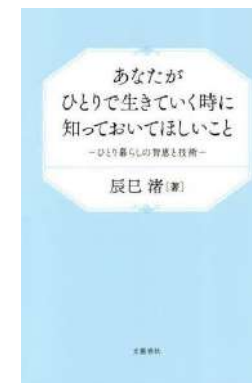


『ひとり暮らしで知りたいことが全部のってる本』

主婦の友社/編 主婦の友社

初めての一人暮らし。「家具はどんなものを置こうかな」「お部屋をおしゃれに飾りたい!」「シンプルな部屋を作りたい!」など楽しい日々を想像していると思います。でも、その一方で料理ってどうすればいいの? 防犯は? など、一人暮らしに不安もあると思います。そんな不安を解消できるように、様々な対策が載っています。一人暮らしの参考にどうぞ。

## こんな本もあります!



『あなたがひとりで生きていく時に知っておいてほしいこと -ひとり暮らしの知恵と技術-』

辰巳渚/著 文藝春秋

自立のために必要な知識や技術が、まとめられた本です。



『3つのおかずの組合せで作る! おいしいお弁当』  
検見崎聡美/著 池田書店

毎日お弁当を作っている職員も参考にしているお料理本。お弁当初心者の方にも、おすすめです。



『仕事も人間関係もうまくいく「気遣い」のキホン』  
三上ナナエ/著 すばる舎

人間関係や仕事をスムーズに進めるための気遣いの他にも、印象の残し方など、新生活に役立つ方法が満載です。



# あだちな縁結び

## 共に未来へ繋げると縁 Vol.3



巢鴨信用金庫  
キャラクター  
お地蔵様

1月号より3ヵ月連続の、地域に寄り添う巢鴨信用金庫鹿浜支店と、鹿浜地域学習センターのコラボレーション企画。今回は第3回目です。「あだちな縁結び」を経て、4月号から共に始める取り組みをご紹介します。

鹿浜地域学習  
センター  
キャラクター  
しかちゃん



### 「あだちな縁結び」これまでの歩み



▲巢鴨信用金庫鹿浜支店の皆様 撮影のためマスクを外しています

1・2月号  
バックナンバー▼



▲結の市ポスター

### Vol.1 あだちな縁結び

巢鴨信用金庫鹿浜支店の方からの1本の電話がきっかけで始まった「あだちな縁結び」。1月号では、コラボが始まった経緯と、地域の縁を繋げる「縁の市」・「結の市」を紹介しています。



### 「地域のサポーター」・「良き相談相手」として

巢鴨信用金庫の職員の方々は、お客様の人生そのものに関わるという思いで、地域住民の方や事業者の方に寄り添ってきました。これからも「結の市」や「縁の市」等の活動を通して、より事業者の方の強みや特色を知っていくと共に、地域で頑張る住民の方や事業者の方を応援する「地域のサポーター」・「良き相談相手」を目指していきます。

「結の市」・「縁の市」そして「しか散歩」から生まれた「あだちな縁結び」。4月から、新しい取り組みが始まります。次のページで詳しくご紹介いたします。



▲「結の市」ご案内の様子 撮影のためマスクを外しています



## 巢鴨信用金庫鹿浜支店とのコラボレーション企画

### 「しか散歩」でコメント掲載！

巢鴨信用金庫鹿浜支店と鹿浜地域学習センターとのコラボレーション記事が始まります。ゆめのき4月号から「しか散歩」で、結の市に参加されているお店・事業所をご紹介します。さらに、巢鴨信用金庫鹿浜支店の事業所を担当している職員の方からのコメントやおすすめポイントを掲載します。記事と合わせてぜひご覧ください。

「しか散歩」のコラボレーション企画は、「1人でも多くの方に地域のお店の良いところを知ってもらいたい」、「地域を盛り上げていきたい」という想いから実現しました。「しか散歩」をご覧になった1人でも多くの地域の方々が、地元の事業所やお店を訪れて、知るきっかけとなることを願っています。

4月号では、ラーメンのスープの製造を手掛けるクックピット株式会社取材します。お楽しみに！

しか散歩のバックナンバーは、パソコン・スマートフォンでご覧いただけます。



### 新たにご縁を繋げる取り組み



令和4年度から仕事を直接体験できるイベント等、紙面だけにとどまらないご縁づくりを企画。今回はその一部をご紹介します。※予定のため変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

#### 子ども向けのお仕事体験イベント計画中！

巢鴨信用金庫と協力し、子ども向けのお仕事体験等のイベントを計画中です。

その他、結の市・縁の市に参加されているお店・事業所をはじめ地元企業の仕事を体験し、知っていただくきっかけになれるような企画の開催を予定しています。続報をお待ちください。

#### SNS にこぼれ話をアップ！

しか散歩は、紙面で紹介しきれなかった情報をtwitter・Instagramで紹介しています。4月号からは、ますます情報量がアップ！

SNSページはこちらからアクセスできます。



しか散歩をご覧になった巢鴨信用金庫鹿浜支店の方の、鹿浜地域で頑張る事業者の方を「しか散歩」で取り上げてもらえないかという声から始まった「あだちな縁結び」。新たに結ばれた縁が、4月号から続きます。皆さまの地域のご縁に繋がる新たなきっかけになれば幸いです。

タイトル

支店の担当職員が掲載店のおすすめポイントなど耳寄り情報をご紹介します！

○担当  
巢鴨信用金庫 鹿浜支店  
○様

▲「しか散歩」内コメント例



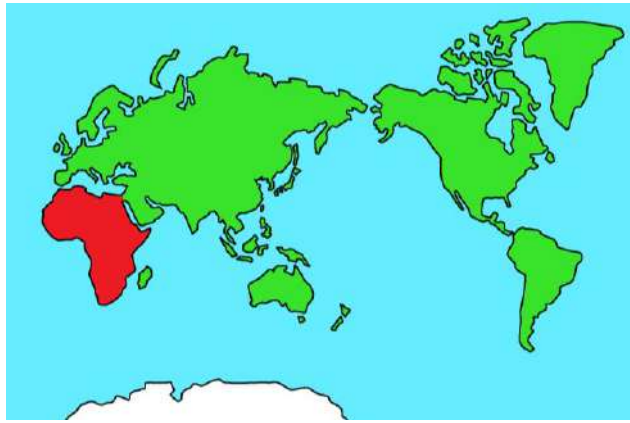
▲4月号掲載予定のクックピット株式会社外観



▲クックピット株式会社内装

あだちな縁結び





# 世界の料理

『世界の料理』は、近年のグローバル化にちなんで、世界の多様な食文化について情報を発信するコーナーです。

## 第7回 アフリカ大陸



▲豆と鶏肉のクスクス

### 多種多様な食文化

50ヶ国以上が集まる広大なアフリカ大陸の文化は、東西南北で大きく異なります。地域によって地形や気候も違い、採れる食材も様々。食文化もそれぞれで生まれています。

今回は、エジプトやモロッコといった国がある北アフリカの料理をご紹介します。北アフリカは、地中海に面しているため、アフリカ大陸の中でも気候に恵まれ、小麦やオリーブを代表とした、多くの作物が収穫できます。

### 主食、サラダ、デザートでも

「クスクス」は、ポロポロとした粒状の食べ物で、料理名でもあります。粟(あわ)のような穀物にも見えますが、デュラム小麦粉を原料としたショートパスタです。様々な食材と相性が良く、肉や野菜の煮込み料理と一緒に主食としてや、エジプトでは、粉砂糖やナッツなどを混ぜ、デザートとしても食べられています。

もちもちとした食感で食べ応えがあるので、気になる方は、ぜひお試しください。

### もっと知りたい方はこちら!



世界の文化と衣食住  
アフリカ  
鈴木佑司/監修  
小峰書店

ギャラクシティのエンターテインメント

足立区在住で、先輩後輩の二人が初共演!

# 白石光隆 & 大室晃子

ピアノデュオコンサート

## PIANGO DUO



チケット  
販売中

ソロ・リサイタルはもちろん、様々なメディアで活躍する、足立区在住で先輩後輩の二人が初共演! 先輩の白石光隆は、1989年ジュリアード音楽院へ進み、1990年ジーナ・バッカウアー国際奨学金コンクール入賞。1991年には学内におけるコンチェルト・コンペティションで優勝し、リンカーンセンターでジュリアード・オーケストラと協演するなど日本だけでなく海外でも輝かしい経歴を誇る。後輩の大室晃子もイタリア、マルサラ市国際ピアノコンクール、スペイン、ウエスカ市国際ピアノコンクールなど、数々の国際コンクールでの受賞歴を持つ。世の中を元気に!この日のために練り上げたプログラムを楽しく、美しい演奏で繰り広げます。

【主催】ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂 【協力】特定非営利活動法人おたまじゃくしクラブ 株式会社プロアルテムジク

共に足立区の文化芸術を盛り上げていきたいです! 「お二人の演奏会とかけ、高価なスーツと、ときます。その心は、いつも来たく(看たく)なるでしょう」 林家たけ平(落語家) 皆さん、お二人の魅力を感じて是非共に来場下さい!

2022年4月17日(日) 開演 午後2時  
開場 午後1時30分  
ギャラクシティ 西新井文化ホール

全席指定(税込) 前売 一般3,000円 足立区民2,700円  
当日 友の会2,500円 高校生以下1,500円

※足立区民・友の会割引は前売のみ ※足立区民割引は足立区在住・在勤・在学の方 ※未就学児入場不可

— PROGRAM — ※曲目は予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。

シューベルト: 3つの軍隊行進曲 第1番 D733 Op.51-1 ニ長調(連弾)  
モーツァルト: 歌劇「魔笛」序曲(F.プゾーニによる2台ピアノ編)  
ブラームス: ハイドンの主題による変奏曲 Op.56b 変ロ長調  
ラヴェル: マ・メール・ロワ(連弾)  
ピアノ: リベルタンゴ  
ガーシュウィン: 「ポーギーとベス」による幻想曲 他

足立区新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインに則り、感染予防対策を実施しております。

【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月に連絡休館あり  
【お問い合わせ・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

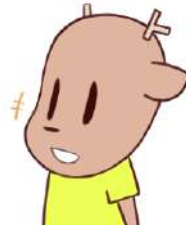
最新情報・詳細はWEBへ!  検索

※ご来場の皆様には、新型コロナウイルス感染防止対策対応のご理解とご協力をお願い致します。  
※今後の状況により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。  
※公演につきまして、チケット完売の際はご了承ください。



# 講座 & 情報

3/26(土)  
受付開始



【受付時間】  
窓口・電話 : 午前9時～午後8時  
インターネット : 終日(申込受付初日のみ午後1時から)  
【受付アイコン】  
各講座の対応アイコンをご確認ください。  
「鹿メン」は、鹿浜メンズクラブのポイントが貯まる講座です。



## 子ども向け

### バランス能力アップ きっずトランポリン(5日制)

トランポリンを使って社交性、協調性を学びます。

日時: 5/18～6/22 毎(水)  
(6/1を除く)  
午後4時～5時

定員: 24人  
対象: 5歳～小学生  
料金: 2,250円

### 元気いっぱい キッズ体操 お試しレッスン

運動能力を養う未就学児向けの体操教室です。

日時: 5/20(金)  
午後3時30分～4時30分

定員: 15人  
対象: 3歳～未就学児  
料金: 450円

### 日曜日も親子で ハワイアンリトミック

五感を育むハワイアン音楽を親子で楽しめます。

日時: 5/22(日)  
午前10時～10時45分

定員: 10組  
対象: 6カ月～3歳の子どもと保護者  
料金: 990円

### 親子でハワイアンリトミック (2日制)

五感を育むハワイアン音楽を親子で楽しめます。

日時: 5/23、6/20 各(月)  
午前10時～10時45分

定員: 10組  
対象: 6カ月～3歳の子どもと保護者  
料金: 1,980円

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、講座が中止または、延期となる場合がございます。

### ジュニア体操 お試しレッスン

運動能力を養う小学生向けの体操教室です。

日時: 5/20(金)  
午後4時40分～5時40分

定員: 15人  
対象: 小学生  
料金: 450円

### 元気いっぱいキッズ体操 (6日制)

運動能力を養う未就学児向けの体操教室です。

日時: 5/27～7/15 毎(金)  
(6/3、7/1を除く)  
午後3時30分～4時30分

定員: 40人  
対象: 3歳～未就学児  
料金: 2,700円

### ジュニア体操 バランス能力向上編(6日制)

運動能力を養う小学生向けの体操教室です。

日時: 5/27～7/15 毎(金)  
(6/3、7/1を除く)  
午後4時40分～5時40分

定員: 45人  
対象: 小学生  
料金: 2,700円

## 大人向け

### お家すっきりクローゼット収納術

お家を整えるクローゼット収納術を学びます。

日時: 5/14(土)  
午前10時～正午

定員: 10人  
対象: 16歳以上  
料金: 2,000円

### はつらつ教室 ※3/15(火) 受付開始

介護を必要としない体づくりを目指す体操教室です。

日時: 4/14(運動A)・28(口腔D) 各(木)  
午前10時～11時30分

定員: 各30人  
対象: 足立区在住の65歳以上の方で、介護保険の要介護・要支援を受けていない方  
料金: 無料

### しなやかな身体をつくる ペルビクストレッチ(6日制)

骨盤のストレッチで健康な身体づくりを目指します。

日時: 5/13～6/24 毎(金)  
(6/3を除く)  
午前10時30分～11時30分

定員: 20人  
対象: 16歳以上  
料金: 4,860円

## 親子向け

### 抱っこで親子ベビーダンス

抱っこダンスで絆を深めます。寝かしつけ効果に。

日時: 5/8(日)  
午後2時～3時

定員: 10組  
対象: 首がすわった3カ月～1歳6カ月の子どもと保護者  
料金: 820円

### いちおし!

皆さんにぜひ知って頂きたい! 参加して頂きたい! 職員がオススメする講座です。

ママと赤ちゃんで楽しむ産後骨盤ケア & ベビトレヨガ・ベビーマッサージ

日時: ベビトレヨガ 5/11・25 各(水)  
マッサージ 5/18(水)  
午前10時30分～11時30分

定員: 各10組  
対象: 2カ月～3歳の子どもと保護者  
料金: 1回1,000円

ママの産後のダイエット・骨盤調整をしながら、赤ちゃんの脳の発達・バランス感覚を養います。一緒に触れあうことで、赤ちゃんのコミュニケーション能力向上にも。

▲ベビトレヨガ

### 鹿浜スポーツクラブ

空いた時間になにかしたい。そんな方にオススメ! プロの講師のレッスンが、1クラス810円で受けられます! 当日申込みOK! 毎月の日程はパンフレットまたはホームページでお知らせしています。お気軽にお越しください!

【ズンバレレッスン】  
3/7・28 各(月) 午前10時30分～11時30分  
【リラックスヨガ】  
3/9・16・23・30 各(水) 午前10時30分～11時30分  
【社交ダンスエクササイズ】  
3/13(日) 午後4時～5時  
3/27(日) 午後3時30分～4時30分  
【アフリカダンスレッスン】  
3/24(木) 午前10時30分～11時30分

▲ズンバレレッスン

鹿浜スポーツクラブの、スケジュールはこちら!

## どなたでも

### おもちゃの病院

トイドクターがおもちゃの修理をしてくれます。

日時: 3/19(土)  
午後1時～4時

定員: 10人  
対象: どなたでも  
料金: 無料(部品取り寄せの場合有料)\*

### パラスポーツを体験しよう! ポッチャ広場

パラスポーツの「ポッチャ」を体験できます。

日時: 5/14(土)  
午後1時30分～3時

定員: 20人  
対象: どなたでも  
料金: 無料

各学習センターで、14センターすべてのミニコミ紙がご覧になれます。

## 《コロナワクチン接種について》

当地域学習センターにて、下記日程のとおり新型コロナウイルスワクチンの集団接種を行います。

こちらの期間はトレーニングルームを含めたすべてのお部屋がご利用いただけません。何卒ご了承ください。

※利用制限日は変更になる場合がございます。

※月曜日は会場設営・撤去のみとなります。

### 【施設の利用制限日（予定）】

4/18（月）～ 4/25（月）、 5/30（月）～ 6/6（月）、

6/27（月）～ 7/4（月）、 7/25（月）～ 8/1（月）

### 【ワクチン接種に関する問い合わせ先】

足立区コロナワクチン予約・相談ダイヤル 電話：0120-230-377

## 【3月の休館日】

地域学習センター 3/14（月） 図書館 3/14（月）・3/31（木）

### 《西新井駅西口から》

東武バス 都市農業公園行き「鹿浜四丁目北」下車  
東武バス 血沼循環「鹿浜中学校前」下車  
国際興業バス 荒川大橋経由 赤羽駅東口行き  
「鹿浜四丁目北」下車 いずれも徒歩3分

### 《西新井駅東口から》

コミュニティバス はるかぜ 都市農業公園行き  
「鹿浜センター南」下車 徒歩2分

### 《北千住駅西口から》

コミュニティバス はるかぜ 鹿浜五丁目団地行き  
終点下車 徒歩5分

### 《日暮里・舎人ライナーから》

「西新井大師西」下車 徒歩15分



足立区鹿浜地域学習センター・体育館・図書館 「ゆめのき」3月号（毎月1日発行）

発行/足立区鹿浜地域学習センター・体育館・図書館  
発行所/〒123-0864 東京都足立区鹿浜 6-8-1  
Tel.03-3857-6551 Fax03-3855-3649

足立区 鹿浜センター

検索



SNS ページ

Twitter・Instagram  
LINE はこちら！



HP

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」



「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 足立区