

足立区鹿浜地域学習センター・図書館地域情報紙

ゆめのき

10 Yumenoki

2026

Vol.457



表紙 … P.2-3 「スポーツカーニバル 2026 in 鹿浜」開催予告
2025 年度開催鹿浜スポーツカーニバルの様子

スポーツカーニバル 2026 in 鹿浜

日 時 **10/12** 月・祝 午前 9 時 30 分～午後 3 時 15 分

「スポーツカーニバル」とは？

毎年「スポーツの日」に開催される、誰でも参加できる体験型スポーツイベントです。スポーツ初心者から経験者まで、幅広い世代が楽しめる内容です。この機会に色々なスポーツを体験してみましょう。



▲鹿浜ではティールボールや一輪車などの体験ができます！

ふわっと楽しい！ビーチボールバレー体験会

やわらかいビーチボールでバレーを行うスポーツです。子どもからご年配の方まで楽しむことができます。

【時 間】午前 9 時 30 分～11 時 15 分
【対 象】どなたでも 【定 員】なし（1 プレイ最大 8 人、当日受付のみ）
【持ち物】動きやすい服装、室内用運動靴、水筒
【会 場】鹿浜体育館 B 面



▲ビーチボールバレーの基本が学べます

“健康” 体力測定

握力や反復横跳びなどの運動計測を無料で行います。この機会に自分の運動能力を調べてみませんか？

【時 間】午前 9 時 30 分～午後 1 時 15 分
【対 象】小学生以上 【定 員】50 人（当日受付のみ）
【持ち物】動きやすい服装、室内用運動靴、水筒
【会 場】鹿浜体育館 A 面



▲握力計で計測している様子

子どもから大人まで！ みんなで楽しむファミリーテニス体験会

小さなビーチボールをラケットで打ち合うファミリーテニスの体験会を行います。

【時 間】午前 11 時 30 分～午後 1 時 15 分
【対 象】どなたでも 【定 員】なし（1 プレイ最大 4 人、当日受付のみ）
【持ち物】動きやすい服装、室内用運動靴、水筒
【会 場】鹿浜体育館 B 面



▲ファミリーテニスの基礎が学べます

乗ってみよう！楽しい一輪車

足立区一輪車連盟の講師から、一輪車の乗り方のコツを教わります。各講座中には、一輪車の演技も鑑賞できます。

【時 間】① 午後 1 時 30 分～2 時 20 分
② 午後 2 時 25 分～3 時 15 分
【対 象】どなたでも 【定 員】40 人（事前受付 20 人）
【持ち物】運動着（スカート不可）、室内用運動靴、水筒
【会 場】鹿浜体育館全面



▲体験の他に、演技も鑑賞できます

リラックスヨガ体験

鹿浜センターで開催している「リラックスヨガ」の体験です。心身共にリラックス効果のあるヨガをお試しいただけます。

【時 間】① 午前 9 時 45 分～10 時 15 分
② 午前 10 時 45 分～11 時 15 分
【対 象】16 歳以上 【定 員】各 14 人（事前受付各 7 人）
【持ち物】動きやすい服装、水筒
【会 場】レクリエーションホール



▲リラックスヨガの様子

みんなで当てよう！スポーツ吹き矢チャレンジ

的を狙って吹き矢を当て、点数を獲得するレクリエーションです。当日は SSK クラブの講師による吹き矢の上手な飛ばし方や、的の真ん中に当てるコツなどのレクチャーがあります。

【時 間】午前 9 時 30 分～午後 3 時 15 分
【対 象】どなたでも 【定 員】なし（当日受付のみ）
【持ち物】なし 【会 場】第 2 娯楽室



▲吹き矢で的を狙う様子

親子で行こうよ はじめてのティールボール体験会！

ティースタンド（台）にボールを乗せて打つ、野球やソフトボールの入門として考案された、安全で楽しく遊ぶことができる球技の体験会です。講師は足立区硬式野球連盟です。

【時 間】午前 9 時 30 分～11 時 15 分
【対 象】5 歳以上 【定 員】60 人（1 人あたり 5 分程度、当日受付のみ）
【持ち物】動きやすい服装、運動靴、水筒、タオル
【会 場】押部グラウンド（雨天中止）



▲ティールバッティングをやってみよう！

【主催】 足立区、公益財団法人足立区スポーツ協会、足立区スポーツ推進委員会
鹿浜センターの本イベントは、足立区青少年対策鹿浜地区委員会、足立区総合型地域クラブ SSK クラブ、足立区硬式野球連盟、足立区一輪車連盟の皆様にもご協力いただいております。
【受付】 鹿浜地域学習センター窓口・電話（午前 9 時～午後 8 時）・インターネット
受付日時は 9/25（金）午前 9 時からの事前受付と当日受付がございます。
当日は駐車場が大変混み合います。センターへは公共交通機関でお越しください。



▲インターネット受付はこちらから

としょかんだより

イベント告知



▲魔女の帽子工作の様子（昨年）

ハロウィンカーニバル今年も開催！

●今年はランウェイからスタート！

お気に入りの仮装をして、ハロウィンランウェイを歩いてみませんか？会場では、ある合言葉を言うとお菓子がもらえるほか、撮影できるハロウィンフォトスポットも登場します。

また、ハロウィンをテーマにしたおはなし会も行います。ぜひ仮装をして遊びに来てください！

●かぼちゃの形のバッグを作ろう！

今年はハロウィンバッグを作ります。目や口を好きなパーツから選んで、かぼちゃを楽しくデコレーションできます。作ったバッグに、もらったお菓子をたくさん入れて楽しみましょう！

お菓子をもらった後は、お楽しみビンゴゲームを開催！ビンゴでさらにお菓子をゲットしよう。

シカヨミ

今月のテーマ『秋色の表紙本』

「シカヨミ」は図書館職員おすすめの本を紹介するコーナー。日が短くなり、色彩が深まる季節。紅葉を思わせるような黄や橙の表紙を集めました。

秋の夜長に寄り添う1冊を、ぜひ探してみてください。



『レペゼン母』

宇野碧/著
講談社

おかんが魅せる、魂のラップバトル

梅農家を営む64歳の主婦が、失踪した息子とステージ上で本音をぶつけ合う異色の音楽小説。地道に生きてきた彼女の紡ぐ言葉には、リアルな重みと泥臭さがあります。家族だからこそ素直に伝えられなかった愛情を、リズムに乗せて爆発させる姿が爽快な1冊。



『47都道府県 日本の地元食大全』

菅原佳己/著
平凡社

旅先で見つきたい、愛すべき日常の味

長年その土地の日常を支え、愛されてきた140の「地元食」を写真付きで紹介。パッケージの背景にある歴史や生産者の想いまで、丁寧に掘り下げられています。地元食は土地の暮らしを映す小さな文化財のような存在。旅の観光に取り入れてみるのも面白いですね。



『早口ことばがじゃまをする』

桂三実/原作
あおきひろえ/文・絵
理論社

つかえずに言えるかな？爆笑落語絵本！

出産間近の母が待つ病院へ急ぐ親子を、なぜか実体化した早口言葉たちが次々と邪魔するナンセンス絵本。軽快な関西弁とテンポの良い展開にページをめくる手が止まりません。読めばたちまち寄席のような活気に包まれる、家族や友人と声を出して読みたい1冊。

図書館イベント情報

しかラボ 消えるマジック

水に入れると絵が消える！？光の屈折を実験します。

日時：10/24（土）

午後2時～3時

対象：小学生以下の子ども
（未就学児は保護者同伴）

定員：10人

※申込受付中

赤ちゃんおはなし会

赤ちゃん向け絵本の読み語りや手遊びをします。

日時：10/1（木）・10（土）

午前10時30分～
10時50分

対象：0歳～3歳の子どもと
保護者

定員：各5組

ハロウィンカーニバル

仮装をして楽しもう！ある合言葉を言うとお菓子がもらえる！

日時：10/31（土）

午後2時～3時

対象：小学生以下の子ども
（未就学児は保護者同伴）

定員：30人

料金：300円

※申込受付中

おはなし会

みんなで様々なお話の読み語りを楽しみましょう。

日時：10/11（日）

午後2時～2時30分

対象：小学生以下の子ども

定員：10人

イチオシ！つながるあだち人

足で立つ 暮らしを支える義肢装具

義肢装具についてのお話や、フットプリントを使って足の状態を確認します。

日時：11/8（日）※申込受付中

午後2時～3時30分

対象：16歳以上

定員：15人

料金：250円

※裾を曲げられるズボン推奨。
スカート、タイツ、ロングブーツ、ロングストッキング不可

特別企画

祝40周年

鹿浜住区センター



鹿浜住区センターが運用を開始し、本年度の10月で40周年を迎えます。今回は、それを記念して、鹿浜地域となじみの深い6名の皆様に、昔のこの地域の様子や鹿浜センターとの関わり、現在の活動内容についてお話を伺いました。

鹿浜地区になじみの深い皆様からのコメント



足立区総合型地域クラブ
「SSKクラブ」 矢萩 昭文さん

私が幼少の頃の鹿浜は、屋敷林と田畑が広がる日本の原風景そのものでした。

今では住宅も増え、昔の面影はありませんが、下町の風情が残る住みやすい町です。

私は現在、スポーツや文化活動を通じた地域間交流を図るため「SSKクラブ」の運営に携わり、頻繁に鹿浜センターを利用させていただいています。これからも「いつでも」「どこでも」「誰もが」「いつまでも」を合言葉にスポーツや文化活動を続けていきたいですね。



こども食堂がるまる
宮本 明彦さん

昔は3階建て以上の建物が少なく、畑や空き地が多かったですね。20年位前から日暮里・舎人ライナーの開業に伴い、マンションや家が建てられ自動車の交通量も増えました。

鹿浜図書館には、学生時代に自習やレポート課題の資料探しに通った思い出があります。

今はこども食堂を運営していて、図書館の職員の方に子どもへの読み語りをしていただくなど、鹿浜センターと関わりがあります。皆さん子どもとの交流を大切にされていますよ。



トレーニングルーム 指導員
船橋 祐樹さん

生まれも育ちも鹿浜です。子どもの頃、児童館にはよく遊びに行っていました。今はわが子が児童館を利用しています。

現在はトレーニングルームの指導員をしています。同級生や以前運動教諭をしていた幼稚園の卒園生と保護者など、利用者に地域の知り合いは多いです。

鹿浜センターで開催する栄養やトレーニングの講座も担当していて、地域の方が健康的な生活を送るための手伝いをさせていただいています。



▲昭和62年9月5日号



▲昭和62年9月20日号

鹿浜センター開館を伝えるあだち広報

鹿浜住区センター運用開始の1年後である昭和62年10月（1987年）に鹿浜センターがオープンしました。住区センター・区民事務所・学童保育室・

高齢者作業所・図書館・体育館・社会教育館が併設された複合施設として、足立区内を13に分けて設置されたセンターのうち8番目に完成しました。



日本語ボランティア
梅原 恭子さん

鹿浜に住んで今年で38年です。公園がたくさんあり、小・中学校も近く、生活に便利な場所が揃っていて子育てしやすい環境でした。「お互い様」や「人情」という言葉が今も残っているように感じます。

鹿浜センターの近くに住んでいて家族で本が好きなため、図書館をよく利用しています。

現在、大正琴のサークルや、日本語ボランティアの活動を鹿浜センターで行っています。趣味に学びに、鹿浜センターはなくてはならない場所です。



読み語りボランティア
大越 千代子さん

江北、鹿浜地域で暮らして55年程になります。鹿浜センターができる前、区民事務所や平屋の学童保育室、グラウンドがあり、子どもたちが放課後や長期休みに利用していました。

鹿浜センターができた頃は「近くに便利な場所ができた」と喜びました。図書館では新しい本のおいがして、棚を眺めるだけで楽しかったです。

今は読み語りボランティアとしておはなし会の手伝いをしています。子ども達の笑顔に癒しと元気をもらっています。



鹿浜センター 職員
K・Mさん

昔も今も、人同士のつながりが強く、子どもを地域全体で見守る雰囲気があるところが鹿浜の良さだと感じています。

子どもが幼少期に鹿浜センター主催の土星観測会や図書館の職場体験に参加したことがあります。地域の施設だからこそ、身近な場所に感じ、安心して利用し、学ぶことができたようです。

現在は鹿浜センターの職員として、施設を安心してご利用いただけるような対応を心掛けています。

講座&サロン情報

10/26(月)から受付開始

【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)

申込方法は画像横のアイコンをご覧ください。



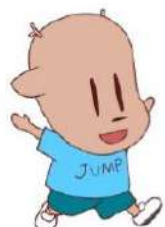
インターネットからのお申込方法

足立区公式ホームページから文化・スポーツ > 講座・サークル・生涯学習 > 施設・利用方法 > 講座予約システム(生涯学習施設・スポーツ施設) > 講座予約システム(外部サイト)をご選択ください。

※講座の詳細は鹿浜センターまでお問い合わせください。

※講座が中止または延期となる場合がございます。

子ども・親子向け
大人向け
どなたでも



▲しか乃介(しかちゃん)
(鹿浜地域学習センターキャラクター)

ロボスポクラブ(11月) ※現在受付中



競技用ロボットの製作、プログラミング等を行います。

【日時】11/7(土)
午後2時～4時
【対象】小学4年生以上
【定員】15人
【料金】無料

ロボスポクラブ(12月)



競技用ロボットの製作、プログラミング等を行います。

【日時】12/5(土)
午後2時～4時
【対象】小学4年生以上
【定員】15人
【料金】無料

鹿浜高校受験生応援団(12月)



センターの施設内を面接会場に見立て、模擬面接を行います。

【日時】12/13(日)
午前9時～午後5時
面接時間はアドバイス含め20分
時間指定不可
午前午後どちらか必ず指定
【対象】中学3年生
【定員】45人
【料金】無料

日曜はハワイアンリトミック A



音楽に触れながら、五感を刺激して健やかな成長を促します。

【日時】12/20(日)
午前10時～10時45分
【対象】6ヵ月～3歳の子どもと保護者
【定員】12組
【料金】990円

日曜はハワイアンリトミック B



ハワイアンな音楽を通して協調性や社交性を学びます。

【日時】12/20(日)
午前11時15分～正午
【対象】2歳6ヵ月～就学前の子どもと保護者
【定員】10組
【料金】990円

基礎から丁寧 心躍る大人のバレエレッスン(3日制)



登録団体「グランフル」のサークル支援講座です。

【日時】12/1・8・15 毎(火)
午後3時45分～5時
【対象】16歳以上
【定員】10人
【料金】30円

いきいき健康体操(7日制) お試し有



心身の健康アップを目指します。初回のみお試しもできます。

【日時】12/2～1/27 毎(水)
(12/30、1/6を除く)
午前10時～11時30分
【対象】おおむね60歳以上
【定員】30人
【料金】610円(お試し)
4,270円(シリーズ)

しなやかな身体をつくる ベルビクストレッチ (8日制) お試し有



骨盤のストレッチを行います。初回のみお試しもできます。

【日時】12/4～1/29 毎(金)
(1/1を除く)
午前10時30分～11時45分
【対象】16歳以上の女性
【定員】20人
【料金】910円(お試し)
7,280円(シリーズ)

カリグラフィー入門 クリスマスカードに 想いをこめて



カリグラフィーの技術を学びメッセージカードを作成します。

【日時】12/5(土)
午前10時～正午
【対象】中学生以上
【定員】7人
【料金】2,200円

しかトク 楽しく学ぶ! 認知症予防講座



安心したセカンドライフを送るための認知症対策講座です。

【日時】12/5(土)
午前10時30分～正午
【対象】16歳以上
【定員】20人
【料金】無料

はつらつ教室 ※11/15(日)受付開始 ※受付は講座日の2週間前まで



介護を必要としない体づくりを目指します。(抽選制)

【日時】12/17(木)
午前10時～正午
【対象】足立区在住の65歳以上で、介護保険の要介護・要支援を受けていない方
【定員】25人
【料金】無料

うたごえサロン 「ドレミファランド」



抒情歌を中心に参加者で楽しく歌います。

【日時】12/19(土)
午後1時30分～3時
【対象】16歳以上
【定員】45人
【料金】600円

鹿浜スポーツクラブ



▲ズンバレレッスンの様子

- ① ズンバレレッスン
- ② リラックスヨガ

【料金】

ズンバレレッスン: 910円
リラックスヨガ: 810円



鹿浜スポーツクラブの開催スケジュールはこちらをご覧ください!
ズンバレレッスンは当日申込OKです。
リラックスヨガは予約者優先のため、空きがありましたら当日申込OKです。

鹿浜ラジオ体操



平日の朝にラジオ体操を行います。

【日時】10/2～30の平日
(10/26を除く)
午前8時40分～8時50分
【対象】どなたでも
【定員】各30人
【料金】無料

鹿浜おもちゃの病院



トイドクターがおもちゃの修理をしてくれます。

【日時】10/17(土)
午後1時～4時
【対象】どなたでも
【定員】10人
【料金】無料

人権啓発 DVD 上映会



人権に関するDVDの上映会を行います。

【日時】10/30(金)
① 午前10時～10時30分
② 午後4時～4時30分
【対象】どなたでも
【定員】各10人
【料金】無料

スポーツカーニバル 2026 in 鹿浜



さまざまなスポーツの体験ができるイベントです。

【日時】10/12(月・祝)
午前9時30分～午後3時15分
詳細は、P2-3のイベント紹介をご覧ください。

図書館のおはなし会
などの講座情報は、
P.4をご覧ください。



イベント案内

つながるあだち人 足で立つ 暮らしを支える 義肢装具

11/8
Sun

時間：午後2時～3時30分

「つながるあだち人」とは

地元企業の方など、足立区で活躍する人々を図書館にお招きし、仕事への思いを語っていただく講座です。

第15回の今回は、義肢装具を製作されている株式会社 COLABO の代表、久米さんにお話しいただきます。

定員：15人

対象：16歳以上

料金：250円

場所：鹿浜センター

申込：電話・窓口・インターネット

9/26(土)～申込受付開始

鹿浜図書館内で、10月に装具の展示を実施予定。乞うご期待！

講師

株式会社 COLABO(コラボ)

代表 久米亮一 (くめりょういち)



▲久米さんも、義肢装具士として日々装具を製作されています。

義肢装具士が挑む、暮らしを守る町づくり

足立区で唯一、義肢装具の製作から販売までを一貫して行う株式会社 COLABO。

直接利用者の元に出向き装具の製作を行う、退院後の生活を支えることを中心とする会社は2017年の設立当時は珍しく、全国へ広がって欲しいという思いで続けられてきました。

講座では「地域で支えること」のきっかけとなった新人時代の経験から、地域を巻き込んだネットワークづくりへの取り組みもお話しいただきます。

自分の足の健康状態を知ろう



▲フットプリント

講座では、フットプリントを使って足の健康状態を知るワークショップを行います。

無自覚なことの多い足のトラブル。自分の足を知るきっかけにしてみてください。

(参加される方へのお願い)

足の状態を細かくチェックできるよう以下の点にご注意ください。

※履きなれた靴

(中敷きをはずせるスニーカー等推奨。ロングブーツ不可)

※裸足になりやすい服装(タイツ、ロングストッキング不可)

※足首までまくれる服装(ズボン推奨。スカート不可)



ギャラクシティ NEWS
GALAXYCITY

ギャラクシティのエンターテインメント

まるちいけんドーム

大人のための
プラネタリウム
第3金曜

生解説&ライブ

星とピアノ

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壇し、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。

午後7時30分～午後8時20分
(開場：午後7時20分)
2026年
10月16日

キアラ ボーカル
レンセイ ピアノ・ボーカル

料金：大人500円 高校生100円 対象：16歳以上
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。

西新井文化ホール

歓喜の演 Vol.25 合唱

2026年 12月5日(土) 午後2時30分開場
午後3時開演

バロックの巨匠
A. ヴィヴァルディ作曲
グロリア ニ長調 RV589
Gloria in D

歌曲王
F. シューベルト作曲
ミサ曲 第5番 変イ長調
Messe in As

指揮/近藤 直子 合唱/歓喜の演Vol.25合唱団
管弦楽/東京シンフォニックアンサンブル
ソプラノ/吉田 朋加 アルト/中野 由弥
テノール/荒木 俊雅 バス/金沢 平
オルガン/大森 茉莉衣

全席指定(税込)
一般：3,000円 小学生～高校生：1,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください ※花束・贈り物はお預かりできません

主催：歓喜の演実行委員会
(足立区演劇連盟/足立区合唱連盟/ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂)
後援：足立区/足立区教育委員会/(公財)足立区生涯学習振興公社

チケット
販売中

こども未来創造館

iPadを使って
曲をつくって
みよう!

大人対象

デジタル
ミュージック部

～iPadを使ってかんたん曲づくり～

初心者
でもOK

講師は
名探偵コナンの
楽曲も担当!

11月28日(土)、12月5日(土)
【全2回】午後5時～午後7時

10月24日(土)
受付開始

【対象】18歳以上
【定員】10人
【料金】1,000円
【講師】小澤 正澄

※詳細・申込方法は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 ※1-3-9月に連続休館あり
【お問い合わせ・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

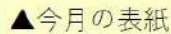
最新情報・詳細はWEBへ! [Q ギャラクシティ](#) 検索

※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。



Access アクセス方法

P2-3の「スポーツカーニバル2026 in 鹿浜」の開催予告にちなみ、2025年度の一輪車体験に参加されている方の様子を描きました。



「西新井大師西」下車 徒歩 15 分



体育館の利用方法や
空き状況を調べる
方はこちら

休館日 / 地域学習センター 10/18 (日)
図書館 10/18 (日)・30 (金)