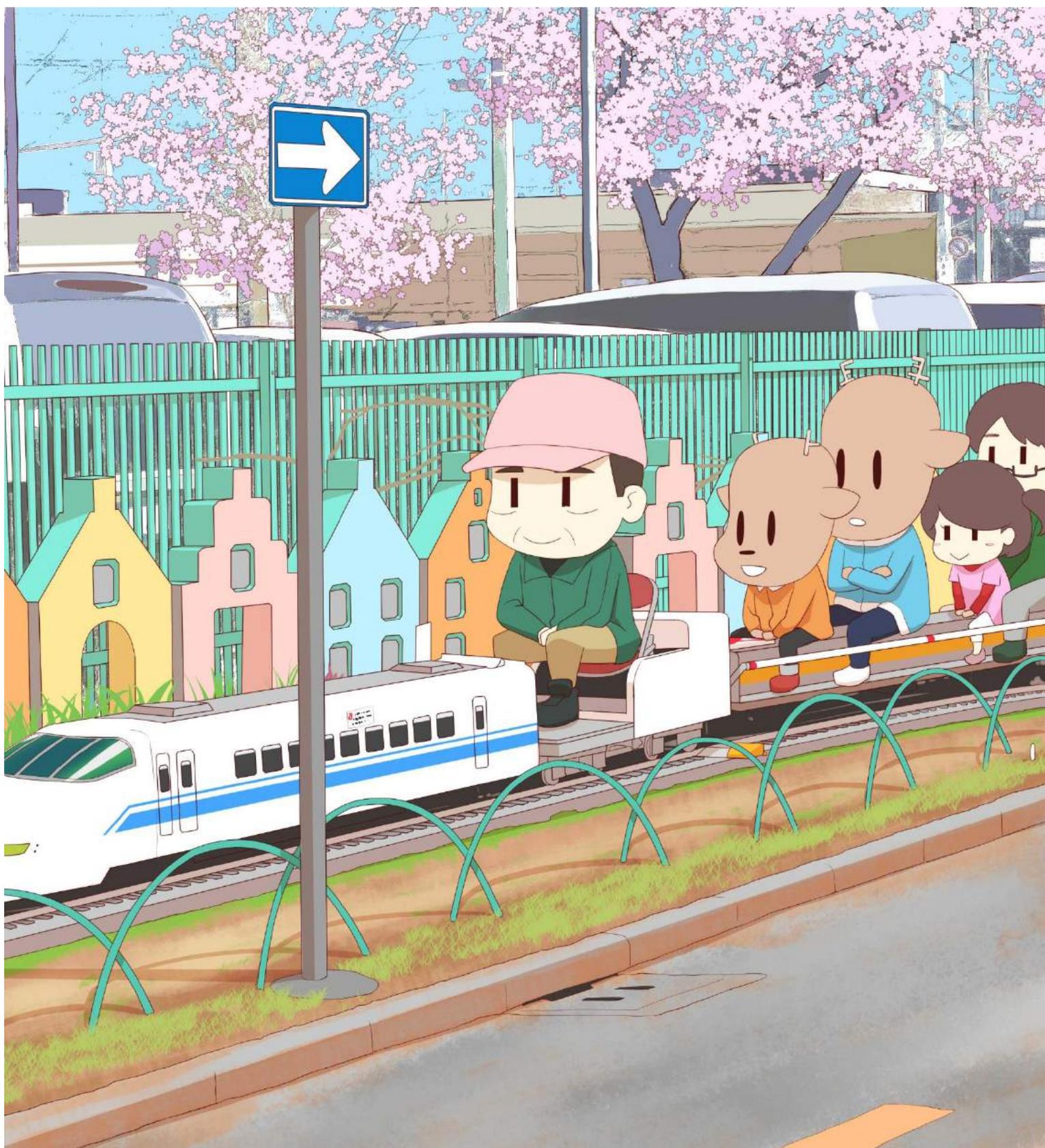


特集 おはじきサッカー入門のススメ

ゆめのき

5

May 2019 Vol.368





『イマドキ』は、職員が注目しているヒト・モノ・コトを発信するコーナーです。
目でも香りでも癒される日本茶
あたたかいお茶で一息いれませんか

日本茶

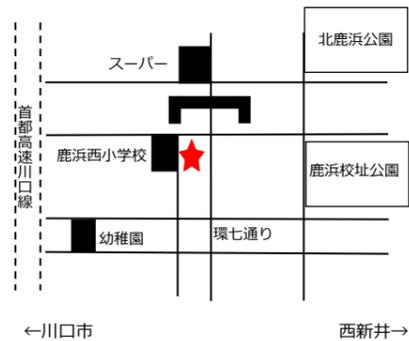


『しか散歩』は、地域の気になるお店やスポットを紹介するコーナーです。
デカ盛りメニューの数々
鹿浜西小学校の近くにあるお弁当屋さん「ダイナマイトキッチン」。
ポリウム満点のメニューが数多くあります。店主の柳さんは「自分のように沢山食べる人たちが喜ぶようなお弁当を手ごろな価格で食べていただきたい」という思いからデカ盛りのお弁当屋さんを始めたそうです。
昼食どきになると、職人の方や運動手の方がよく買いにきます。そして夕方には主婦の方々が夕飯に買って行かれるそうです。特に店長おすすめ「デカ唐揚げ弁当」は、にんにくペーシの特製タレで味付けをした唐揚げが食欲をかき立てます。
美味しいお弁当をお腹いっぱい食べたい時には、ぜひ足を運んでみてください。



第11回 ダイナマイトキッチン

住 所：足立区鹿浜 2-25-1
電話番号：03-5856-8239
営業時間：午前9時30分～午後9時
定 休 日：年末年始



Facebook に、写真や詳しい情報を掲載しています。
QR コードを読み取ると、簡単にアクセスできます。

もっと知りたい人はこちら!!



『今日からお茶を美味しく楽しむ本』
和多田善/著
二見書房

あらためて、日本茶って？
お茶の発祥は、中国。日本には奈良時代には伝わっていたようですが、元々は薬として飲まれていた。うお茶を当てる遊びなどで楽しめるようになり、その後千利休によって、日本独特の茶の湯、茶道が完成しました。
お茶には様々な効能があります。代表的なのは『カテキン』。抗菌・殺菌作用などが有名ですが、体脂肪・内臓脂肪にも効果的です。他にもカフェインやテアニン、ピタミン郡、ミネラルなど、お茶を飲むことで簡単に取り入れることが出来ます。



『知識ゼロからの日本茶入門』
山上昌弘/著
幻冬舎

お茶の正しい使い方
日本茶には茶葉によって適した温度があります。ほうじ茶や番茶は熱湯を使えますが、煎茶や玉露は少し温度が低いお湯を使うとおいしく淹れられます。
定番のあたたかいお茶以外にも、夏に美味しい冷茶や、溶け出す氷でじっくり浸出させる氷茶などがあります。鮮やかな緑茶の色が、見た目にも涼やかです。
ほうじ茶や玄米茶はカフェインが少ないので、夜寝る前に安心して飲めるお茶。お茶の香りも香ばしく、心も体もリラックスさせてくれますよ。

シカヨミ

今月のテーマ

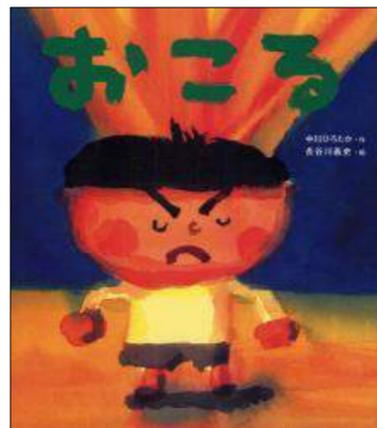
男の子が主人公！

端午の節句は男の子のおまつり
ということで、今月は男の子が
主人公のお話を選びました。

図書館よりあなたへ

しかはま だより

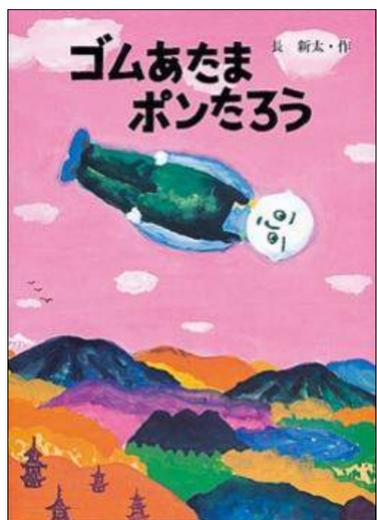
毎週金曜日は、鹿浜図書館へGO！



毎日毎日ぼくはおこられてばかり。どうしてぼくはおこられるのかな。なんでひとはおこるのかな。おこってもすっきりしないのに、なんでおこるんだろう。

『おこる』

中川ひろたか/作 長谷川義史/絵
金の星社



頭がゴムのできている「ゴムあたまポンたろう」。山にポンとぶつかって、ボールのようにそらを飛びます。次はなににぶつかろう。次はどこに飛んでいこう。

『ゴムあたまポンたろう』

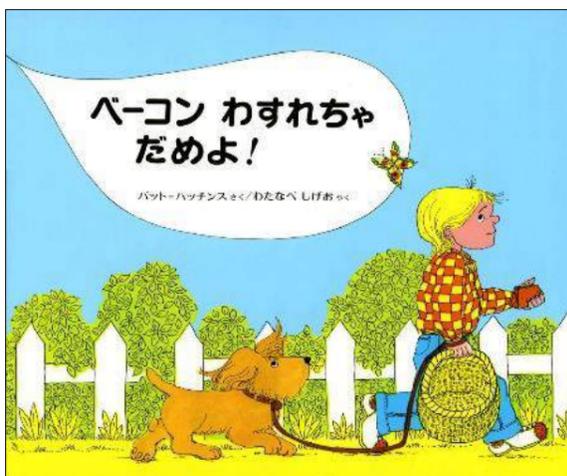
長新太/作
童心社



「ぼく おかあさんのこと...キライ」ではじまる絵本です。男の子の純粋な可愛さが、ぎゅっと詰まった一冊。男の子のお母さんにぜひ読んでほしい本です。

『ぼく おかあさんのこと...』

酒井駒子/作
文溪堂



おつかいで頼まれたものを頭の中で繰り返していくうちに、どんどん見たものにすりかわっていきます。きちんとおつかいできるかな？

『ベーコン わすれちゃだめよ!』

パット=ハッチンス/作 わたなべしげお/訳
偕成社



毎週金曜日はおトクなプレゼント
お休み前に本をたくさん借りていきませんか？
3/15～スタート

お休みの前に本を借りて、ゆったりとした週末を送ってみませんか。
鹿浜図書館では、毎週金曜日にお得なキャンペーンを行っています。
その名も、「ラッキーフライデー」。毎週金曜日に、5冊以上鹿浜図書館で本を借りてくださった方に、プレゼントをお渡ししています。
プレゼントは、シンデレラなど有名な物語のイラストが描かれたブックカバー



です。イラストは、2週間毎に変わります。
鹿浜センターマスコットキャラクターのしかちゃんファミリーが、物語の世界に迷い込んでいるので、ぜひ探してみてくださいね。

子どもも大人も、ワクワク！
北鹿浜公園は、おなじみの遊具の他に、ミニ列車や足踏みゴーカートなどの乗り物があり、遊びながら楽しく交通ルールを知ることが出来る交通公園です。
園内には実物の蒸気機関車や展示室にはミニチュアの鉄道模型もあり、子どもだけでなく大人も一緒に楽しめます。
夏場には園内のじゃぶじゃぶ池で水遊びもできます。1日中楽しめる北鹿浜公園に、ぜひ足を運んでみてはいかがでしょうか。

北鹿浜公園



今月の表紙

★おはじきサッカー入門のススメ★



Q. どうやったら勝てるの？



きみの指が
選手や監督になる！

ちょっと難しそう…

おはじきサッカーは、選手のコマをつかって遊ぶスポーツ。ゴールまでどう動かすか、相手はどう動いてくるのかを考えながらプレイする、非常に戦略性に富んだゲームです。相手がどんな手を打ってくるか予想して先手を打とう！

基本ルールはサッカーと同じ、PK、スローイン、オフサイドなどがあります。もちろんサッカーが知らなくても大丈夫！おはじきサッカーのルールは難しくないので、初心者でも安心して楽しむことができます。やればやるほど、その魅力にひきこまれること間違いなしのおはじきサッカー。鹿浜センターのほか、各学習センターで定期的開催しておりますので、皆さんもぜひ1度プレイしてみてください。

君も目指せ
おはじきサッカーマスター！



おはじきサッカーとは？

「サブテイオ」という名称で世界的な知名度をもつ、サッカーの母国・イギリスで70年前に生まれたゲームです。2007年に日本で取り入れられた際、日本人により親しんでもらうために、「おはじきサッカー」という名称が付けられました。

遊び方はとってもシンプル。サッカー選手のフィギュアがのつたおはじきを指ではじき、ボールに当てて、ゴールに入れるだけ。その様子はまさしく、日本に古くからある「おはじき」を思わせるものとなっています。試合時間は15分×2の合計30分。ピリヤード台のようなミニチュアのサッカーコートを使って行われます。25年前からワールドカップも開催されており、2017年には生涯学習センターでアジア杯が開催されるなど、世界的に知名度のあるスポーツなのです。

★おはじきサッカー教室情報★

毎月第3土曜日、第4水曜日
午後1時30分～3時30分
1階エントランスホールにて

*区内の各学習センターにて開催しております。
詳しくはお近くの各会場までお問い合わせください。





今だからこそ 日本文化を 体験して知る

日本文化を体験して学ぶ『ジャパンフェスタ in アダチ@鹿浜』を開催。開幕は、友鼓会による和太鼓の演奏で始まり、身体の芯に響き、胸躍る太鼓の音は、イベントの開催を盛り上げてくれました。

エントランスは、日本文化の体験コーナー。折り紙の体験では、折り紙のものに会にご協力していただき、3月の桃の節句に合わせて、折り紙でお雛様を作りました。緑柳会の野点

では、心落ち着かせる空間で、お茶をいただきながら和やかな時間を過ごす姿が窺えました。他にも粘土の塊から自分だけの器を真剣に作り、太鼓の音色を響かせたり、水墨画や木目込み人形、昔懐かしい雑誌や漫画、絵手紙などの展示もあり、様々な日本文化がエントランスを賑わわせていました。

大広間の午前は、花咲会による日本舞踊の発表。美しい着物と歌に合

わせた舞踊でお客様を魅了していただきました。最後は、お客様と一緒に炭坑節を踊りました。午後は、緑日。子ども達がわなげやけん玉といった昔遊びなどで元気よく遊び、増やしたコイン片手に袋いっぱい駄菓子を選ぶ姿が伺えました。

他にも、和菓子や産地直送の野菜の販売などもあり、子どもから大人まで多くの方に日本文化を見て体験していただける祭となりました。

西新井文化ホール公演情報

CIDユネスコ東京
グローバルダンスフェスティバル 2019

国内外 20組以上 出演!!

あらゆるジャンルのダンスが集結し、出演者と観客の心がひとつになれる平和を築くためのダンスの祭典

チケット発売中

6月8日(土) 西新井文化ホール(ギャラクホール)

開演: 午後2時~午後8時30分 (ロビー開場: 午後3時30分 客席入場: 午後1時30分)
※午後0時30分よりパフォーマンス・雑音等の出店がございます。

全席指定 前売券 S席4,500円 A席4,000円 B席3,500円 ※当日券各500円増し
足立区民 前売券のみ各500円引き ※4歳以上の方入場可(観上不可) ※小学生以下は保護者同伴
主催: 一般社団法人CID UNESCO TOKYO ユネスコ国際ダンスカウンシル東京 共催: ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂

あなたはこの事実を受け入れられますか

生きる

母の命と争ったがもう一度 母の子に生まれたい!!

田原総一朗氏 推薦
後援 足立区

介護離職、途絶える収入 先の見えない不安、認知症介護の現実 他人事では済まされぬ、母を守るための手が、その手が...

実話にもとづく問題作

6月1日(土) 西新井文化ホール(ギャラクホール)

開演: 午後2時 (開場: 午後1時) ※午後1時30分から式典を行います。 チケット発売中

全席自由 (税込) 一般 4,500円 足立区民 4,200円 友の会 4,000円 当日一律 5,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください。

主催: BMC エンタープライズ株式会社、共催: ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂

まるちたいけんドーム

どきどき! プラネタリウム

~泣いてもOK プラネデビューしちゃおう~

小さなお子さまと保護者の方もぜひ、あそびに来てください。お子さまが泣いても、お話してもいいんです! おたがいさま!の気持ちでプラネタリウムデビューを見守ってください。

5月12日(日) 6月9日(日) 午前10時から35分

今回のお話はこれ! 「ケンタのほしさがし イルカのドルと だいぼうけん」

定員: 100名 ※1日券・年間パスポート利用可
申込: 当日午前9時から1階総合受付にて(先着順)
料金: 小中高生100円、大人500円、未就学児無料 (座席を使用する場合は100円)

【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5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

星空音楽室

5月17日(金) 花の夜更集「花のかむりに」
6月14日(金)・21日(金) 雨の曲集「雨に唄えば」

音楽が好きなお子様の、夜のプラネタリウムのプログラムです。BGMに包まれながら星空を楽しみ、寛大な1時間。生解説も入ります。音楽のテーマは月毎に変わります。(音楽はCD音源です)

各回午後7時から1時間
定員: 170名 申込: 当日午前9時から1階総合受付にて(先着順)
料金: 大人500円、小中高生100円(未就学児不可) ※中学生以下は保護者同伴
※1日券・年間パスポート利用可 ※投影中の入場はできません。

【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。

鹿浜うたごえサロン



5/1 (水)・18 (土)
午後1時30分～3時30分
定員：各50人
対象：16歳以上
料金：300円

俳句・川柳ふれあいサロン



5/4 (土)
午後3時～4時30分
定員：15人
対象：どなたでも
料金：無料

しかはま将棋道場 ※



5/5 (日)
午後2時～4時
定員：15人
対象：小学生以上
料金：一般 200円
小中学生 50円

赤ちゃんおはなし会& パパと一緒によちよちサロン



5/5 (日)「ベビー手形工作」
午前10時30分～11時30分
定員：15組
対象：2歳以下の子どもと父親
料金：無料

ITサロン ※



5/7 (火)・20 (月)
午後2時～4時
定員：各6人
対象：中学生以上
料金：200円

声に出して読む古典



5/10 (金)
午後2時～4時
定員：20人
対象：16歳以上
料金：無料

鹿浜寄席



5/12 (日)
午後2時～3時30分
定員：20人
対象：小学生以上
料金：1,000円

鹿浜おもちゃの病院



5/18 (土)
午後1時～4時(受付3時30分まで)
定員：20人
対象：どなたでも
料金：無料(備品取り寄せの場合有料)

はじめてのおはじきサッカー



5/18 (土)・22 (水)
午後1時30分～3時30分
定員：12人
対象：どなたでも
料金：無料

人権啓発 DVD 上映会のお知らせ

「imagination 想う つながる 一歩ふみだす」(34分)



5/31 (金)
①午前10時30分～11時10分
②午後1時30分～2時10分
③午後5時～5時40分
定員：各20人
対象：どなたでも
料金：無料

鹿浜センターでは、毎月人権 DVD 上映会を開催しています。いじめ、高齢者、障がい者、性被害、部落差別など多くの人権問題が明らかになっている現代に、今一度人権について考えてみませんか？



【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。



はつらつ教室



5/9・23 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

2歳からの親子体操 (6日制)



6/7～7/12 毎(金)
午前10時～11時
定員：20組
対象：2,3歳の子どもと保護者
料金：4,020円

パラスポーツを体験しよう！
ポッチャ広場



6/8 (土)
午後1時30分～3時
定員：24人
対象：どなたでも
(就学前の子どもは保護者同伴)
料金：無料



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。

音楽に合わせてズンパを踊ろう



6/3～24 (6/10を除く) 毎(月)
午前10時30分～11時30分
定員：各30人(内託児6人)
対象：16歳以上
(託児 1歳6ヶ月～3歳)
料金：各810円(託児1,150円)

4歳からのちびっこ体操 (6日制)



6/7～7/12 毎(金)
午後3時30分～4時30分
定員：40人
対象：4歳から就学前の子ども
料金：2,760円

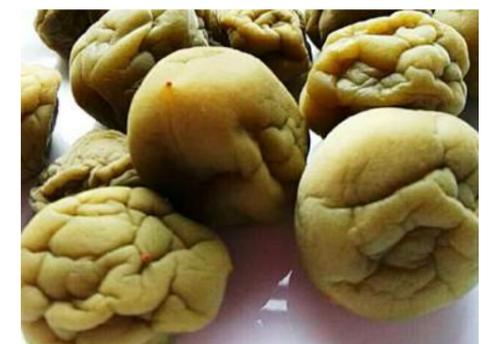
寄り道サロン 夏バテ解消
梅シロップ&しそジュース



6/15 (土)
午前10時30分～正午
定員：12人
対象：16歳以上
料金：1,010円

寄り道サロン 夏バテ解消
梅シロップ&しそジュース

6/15 (土)
午前10時30分～正午
定員：12人
対象：16歳以上
料金：1,010円
美肌・美容効果もある、梅としそので夏バテに負けない体作りをしましょう！
夏向けのデザートも作ります。



講座 & サロン 情報
4/26(金) 受付開始

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。

表紙テーマが変わりました

今年度のゆめのき表紙テーマは足立区内のおすすめスポット。天気の良い日にお弁当を持って家族で遊びに行くのにピッタリな北鹿浜公園や、梅・桜・藤・紫陽花など四季折々の花が楽しめる都市農業公園などお子さまからシニアの方まで楽しめる足立区おすすめスポットを描いていきます。どうぞ期待ください！



北鹿浜公園

鹿浜児童館日曜開館のご案内

4月より、鹿浜住区センター内の児童館が日曜日も開館いたします。詳しくは鹿浜住区センターまでお問合せ下さい。

○お問合せ：鹿浜住区センター

TEL：03-3857-6550

○開館時間：午前10時～午後6時

○開館日程

4月	7・21・28
5月	12・19・26
6月	2・16・23

《西新井駅西口から》

東武バス 都市農業公園行き「鹿浜中学校前」下車
東武バス 皿沼循環「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
「鹿浜中学校前」下車 いずれも徒歩3分

《西新井駅東口から》

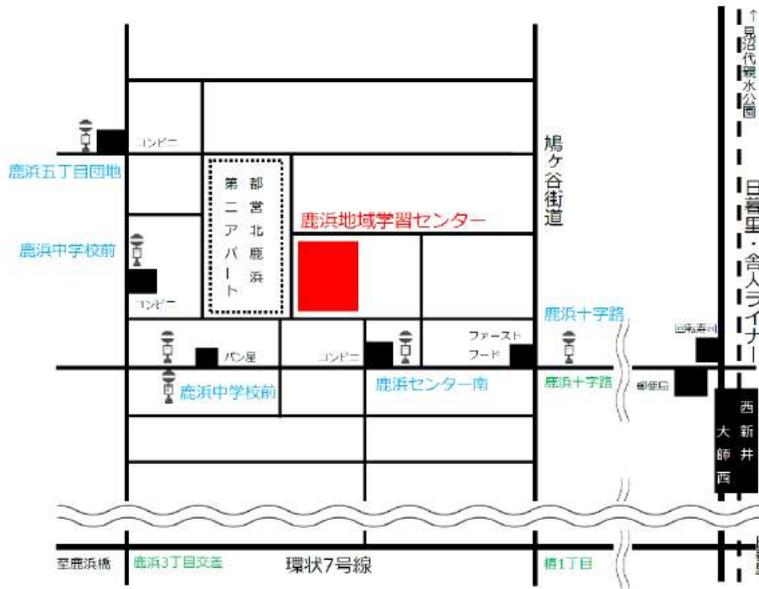
コミュニティバス はるかぜ 都市農業公園行き
「鹿浜センター南」下車 徒歩2分

《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」5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

TEL03-3857-6551

足立区 鹿浜センター

検索



LINE



HP



Twitter



Facebook

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