

特集 夏のイベントコレクション

ゆめのき

7

July 2019 Vol.370





イマドキ

imadoki

今月は注目のモノ

タピオカ

『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。

「タピる」？「タピ活」？

もちり食感の黒いつぶつぶ



つぶつぶの正体は？

街で歩いていると、黒いつぶつぶが入ったドリンクを持ち歩いている人をよく見かけますよね。つるんとした見た目で食べてみるともちりとした食感が特徴的なタピオカ。そんなタピオカが、何で作られているかご存知ですか？

タピオカは『キャッサバ』というアフリカなどの熱帯地域が原産のイモから作られています。キャッサバから取れるでんぷんを水で溶いて加熱し乾かすと、つぶ状のタピオカパールになります。そのタピオカパールを茹でると、私達が良く目にするタピオカになるのです。

もっと知りたい人はこちら!!



『世界の不思議な野菜：これって食べられるの!?驚きの姿のひみつ』
湯浅浩史 / 著
誠文堂新光社

グルテンフリーな食べ物

グルテンとは、小麦などに含まれるたんぱく質の1つです。米粉などのグルテンを含まない材料を使ったパンやスイーツは、小麦アレルギーを持つ人でも食べることができると注目されています。

タピオカ粉も、グルテンフリーな食材の1つです。タピオカ粉は、グルテンがほとんど含まれておらず、グルテンフリーの料理が載っている本にも紹介されています。

ドリンクだけでなく、粉を料理に使うことも出来るタピオカ。最近では、「タピる」や「タピ活」といった造語が生まれるほど若者の間で流行しています。



『家族みんなを元気にするグルテンフリーレシピ』
伊藤ミホ / 著
清流出版



『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。

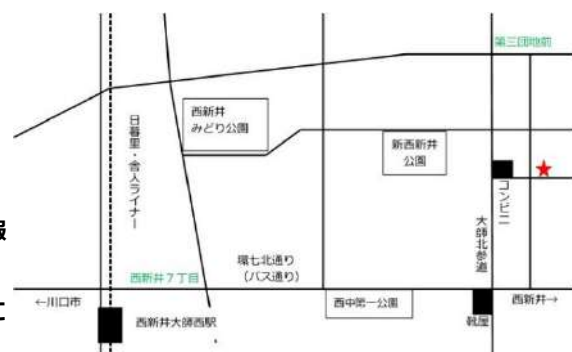
住宅街で、世界と日本の家庭の味を

店主の山崎さんが作る日本の家庭料理と、フィリピン人のトミさんが作るフィリピンの家庭料理が楽しめる「さくら食堂」。

元々保育ママで子ども達に給食を作っていた山崎さん。美味しいものを届けたいとの思いから食堂を始められました。その為、お料理も出汁を使い塩分を控えたり、オリジナルメニューには野菜がたくさん美味しく頂ける工夫が。そんな温かい心に惹かれて保育ママ時代の親子や近隣の学生達、サラリーマンやご近所のご高齢の方まで、幅広い年代の方がいらっしゃいます。トミさんの作るフィリピン料理も、日本人向けにアレンジしたものから本場のものまで。ぜひ様々な家庭料理を楽しんでみてください。

第13回 さくら食堂

住所：東京都足立区西新井 2-18-8
プログレス西新井 1階 109号
電話番号：090-5425-3186
営業時間：平日 午前11時30分～午後10時
土日 正午～午後8時
定休日：なし



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。

シカヨミ

数ある図書館の本の中でおすすめの本を紹介



美しい海が見える島を舞台に3つの短編集からなるおじいさんと孫の絆と家族愛をぎゅっと詰め込んだ作品です。この夏、海と感動があなたを待っている。

『海とジイ』
藤岡陽子/著
小学館



切り紙で作られたかわいい絵が特徴の『めがねうさぎ』。おばけちゃんは今度は海坊主になろうと大変身。ちゃんと海坊主になる事ができるかな？

『めがねうさぎの うみぼうずがでる!!』
せなけいこ/作・絵
ポプラ社

今月のテーマ

海に行こう！

この夏、本で涼みませんか？
7月は海開きの時期。青い大海原があなたを待っています。



「海で産卵したうなぎが絶滅してしまった」ある日、全ての魚屋からうなぎが消え、大混乱に陥る。将来あるかもしれない海と食の社会問題をテーマにした作品。

『うなぎばか』
倉田タカシ/著
早川書房



個性豊かな動物たちが出てくる作品、ねずみくんシリーズ。今度のねずみくんはふしぎな仲間たちを連れて、海へバカンスに出発。

『ねずみくん うみへいく』
なかえよしを/作 上野紀子/絵
ポプラ社

図書館よりあなたへ

しかはま だより

鹿浜図書館から、夏の贈り物



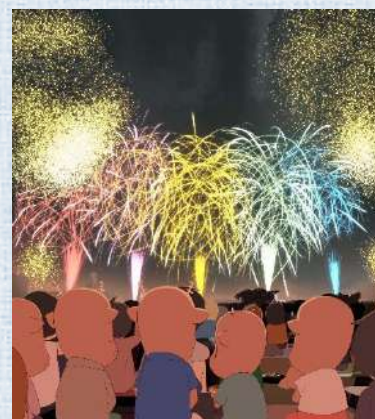
今年の夏は図書館職員から皆様へ、新しい本との出会いをご用意しています。
1冊1冊丁寧に包んだ本を、カウンターで借りてください。家に帰って包装を解くと、きつと今まで借りたことのない本との出会いが待っているはずです。
どきどきわくわくするような物語だったり、今まで得ることのなかった知識だったり。今まで読んでみたことのない本も手に取ってもらいたい！



という思いから、鹿浜図書館では贈り物をご用意させていただきました。
本を読み終わったら、贈り物の受け取りは完了です。すてきな本の物語や知識を受取ったら、いつものように本はご返却ください。もちろん、包装はしないままで大丈夫です。
この夏、新しい本との出会いを、体験してください。

夏休みは
鹿浜図書館へ...

今月の表紙



足立の花火

足立区民、自慢の花火

「足立の花火」が始まったのは明治年間と伝えられています。その後、大正13年に千住新橋の開通を記念して花火を打ち上げ、以降、毎年花火が開催されるようになりました。しかし、昭和35年から悪天候や荒川河川敷の改修等が続き中断。復活したのは昭和54年のことでした。様々な歴史を経ながら、長年愛されてきた区民自慢の花火なのです。
今年の「足立の花火」の開催は7月20日(土)。ぜひみなさんでご覧ください。



シアター1010 とのこ
ラボイベント。足立区の
各施設で工作やスタン
プラリー、シアター鑑賞
などイベントが盛り沢
山。鹿浜センターでは、
チュパのぬり絵工作を
開催。チュパが遊びに来
るかも!? 未確認生物
こと、UMAと一緒に足
立区内を楽しもう!!

UMA 課外授業 in 足立区 3



夏のイベント コレクション

夏休みの鹿浜センターはイベントが盛り沢山!!今年もUMAが鹿浜にやってくる!?
ひんやりと涼しいセンターで夏休みを楽しもう♪

UMAランド: 体育「障害物を克服せよ!」

①シアター1010(10F アトリエ)
8/1(木)~8/5(月) 10:00~16:00 ※随時受付(最終受付15:30)
◎あたまとカラダをつかって、トンネル・すべり台・へいきん台など
いろいろ楽しめる「迷路コース」にチャレンジ!!
【注意】お子様ひとりでチャレンジになりますので、保護者の方の同行はできません。
保護者の方は待合スペースにてご見学ください。

UMAぬり絵: 図工「3つのぬり絵を完成して貼りにめ!」

7/29(月)~8/1(木) ◎梅田地域学習センター(1F ロビー)
8/2(金)~8/5(月) ◎ギャラクシティ (B2 スペースあすれっく下)
8/6(火)~8/9(金) ◎鹿浜地域学習センター(1F ロビー)
各10:00~16:00(最終受付15:30) ※画材のぬり絵は持ち帰りください。

UMAシアター: 芸術鑑賞「ぼうけんのほしまり!」

◎竹の原地域学習センター

8/6(火)	8/7(水)	8/8(木)	8/9(金)
①14:00~ ②16:00~	①11:00~ ②13:00~ ③15:00~	①14:00~ ②16:00~	①11:00~ ②13:00~ ③15:00~

※各回定員306名(入替制) 開演時間: 各回30分前 / 上演時間: 30分
※お子様の年齢・発達段階に応じてお座席を、保護者の方のご指定になりますが、授業内容によって座席数
がある場合があります。出席(参加)の申し込みは、お申し込みの時点で必ずお申し込みください。

【協賛先】 北千住都市開発株式会社 【協力】 株式会社 東田クリエイション

参加
無料 「街の魅力を再発見!」夏休みイベント

ナゾの超いきもの!

UMA 授業ラリーに挑戦!!

未確認生物UMAをテーマに、足立区内のあっちこっちで
楽しみながら学べる夏休みイベントです。
今年で3回目となり、新UMAが7体参加で楽しさアップ!
期間中(7/29~8/9)、7カ所の施設で授業に出席
したらUMAカードが1枚もらえるよ!
コンプリートして「新刊『超いきものどひみつの書』
&UMAグッズ入りのお楽しみ袋」をゲットしよう!

◆お子様一人様 UMAカード(スタンプ台紙)1枚、複数枚不可、保護者の方の代理受け取り不可。
◆UMAカード(プレゼント)は、なくなり次第終了となります。

UMAスタンプ「2ヵ所の施設を冒険せよ!」

7/29(月)~8/9(金) 09:00~20:00

◎興本地域学習センター ◎東和地域学習センター

**UMA授業に出席して、スタンプと
UMAカードを急いでゲットせよ!!**



科学であそぼう

サイエンスショー

ギャラクシティのサイエンスショー
を鹿浜センターで開催します。今回は、
空気の科学実験。そもそも空気って何
だろう? 空気砲や吸盤のしくみを体験
できます。目には見えないけどすぐそ
ばにある空気を楽しんで体験して学びま
しょう。

8/4(日)

①午前 11時~11時30分
②午後 1時30分~2時

定員: 各20名
対象: 小学生 料金: 無料
持ち物: なし
鹿浜地域学習センターの
電話・窓口にて好評受付中



選んでつくろう!

お花・貝がらハーバリウム

7/30(火) 午後2時~4時
定員: 20人
料金: 200円(材料費込)
持ち物: なし

ガラス瓶の中に花や貝がら、ビー
ズを使って、華やかな世界を作り
ます。



**小麦ねんどで
オリジナルマグネットづくり**

8/2(金) 午後2時~4時
定員: 20人
料金: 200円(材料費込)
持ち物: なし

小麦ねんどで好きな形を作ってオ
リジナルのマグネットを作っちゃ
おう。



**夏の思い出で
えんぴつたてをつくろう**

8/5(月) 午後2時~4時
定員: 20人
料金: 200円(材料費込)
持ち物: なし

夏らしい貝がらやビー玉を貼りつ
けて、涼しげなえんぴつたてを作
ります。

自由研究はこれで決まり イベントランド

鹿浜センターでの毎年恒例となったイベントランド。今年も
夏らしい工作教室を3回開催します。
どれ一つ同じものがない個性が光る工作ができます。自分だ
けのオリジナル作品を作りに来ませんか?

しかはま REPORT

5/12 (日)
春のかわいいお手軽
ビーズアクセサリー作り



春爛漫、キラキラ かわいくお手軽な ブレスレット作り

5月12日(日)、「春のかわいい
お手軽ビーズアクセサリー作り」
が行われ、12名のお子さんに参加
していただきました。

今回行ったのは、大小異なる
3つの大きさのビーズを使用した
ブレスレット作り。まずは、ビーズ
を好きな順番に並べるところから
はじまります。「最初に通すビーズ
の色は何色にしようかな」「この色

のとなりはこっちのほうがかわい
いかな」など、それぞれに思い描く
ブレスレットの完成形に向けて
ビーズを選んでいく表情は、まさに
真剣そのものでした。

好きな順番に並べ終わったら、
いよいよビーズを通していきます。
しかし、ただ通していくだけではな
いのがこの講座。小さなビーズを
増やしながら、テグスを2周巻き、
形を整え、自分だけのオリジナル
ブレスレットにしていきます。

講座の最後には、ブレスレット
とお揃いの、手作りのビーズの
ヘアゴムを職員からプレゼント。
一緒に参加して下さったお母さん
からも「今度お友達と一緒に作っ
てみようと思います」といった嬉
しいお言葉をいただき、大好評の
中で講座は終了しました。



ギャラクシティ
GALAXCITY

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

オトナの フリースタイル フットボールPARK

7月25日(金)午後7時～午後10時

HIRO-K
オリジナルムーブ(技)
も伝授しますよ。

未経験も大歓迎!!

フリースタイルフットボール
世界王者HIRO-Kによる
大人向けの教室を開催!

参加費:2,000円
定員:20名
対象:高校生以上
講師:HIRO-K
場所:地下2階
スルースポーツセンター
特物:フットボール

この夏、ギャラクは夜までワクワクが止まらない。

放課後 がんばる ウォール

Let's experience sports Climbing!

大人気「がんばるウォール」を
平日の夕方に体験!!

アジアユース選手権2018優勝
中村真緒選手

土日祝に行っているがんばるウォールが、平日水・木・金
午後4時～午後6時まで体験できるようになりました!

定員:32名(定員になり次第終了) 料金:無料 申込:直接会場へ

※スカートではご利用いただけません。また必ず運動靴でご利用ください。
(素足/スポーツサンダル/革靴・ビジネスシューズ/パンプス/長靴などは不可)
※開催日時などが変更となる場合がございます。
※最新情報はホームページにてご確認ください。
※写真はギャラクシティで行ったイベント時のもので講師は中村選手ではございません。

まるちたいけんドーム

天体物理 × 音楽 = ふう吉!?

8月3日(土)午後7時～午後8時30分
宇宙の話と音楽と…
ふう吉アコースティックライブ

【定員】170名 【対象】小学生以上 ※小中学生は保護者同伴
【料金】大人500円 小中高生100円 ※年間パスポート・1日券利用不可
【申込】電話または窓口(1階図書受付カウンター)
受付時間 午前9時～午後8時(休館日をのぞく)

【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】Tel 03-5242-8161 Mail info@galaxcity.jp
最新情報・詳細はWEBへ! [Q](#) ギャラクシティ [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。

ITサロン ※



7/2 (火)・15 (月・祝)
午後2時～4時
定員：各6人
対象：中学生以上
料金：200円

鹿浜うたごえサロン



7/3 (水)・20 (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

声に出して読む古典



7/5 (金)
午後2時～4時
定員：20人
対象：16歳以上
料金：無料

俳句・川柳ふれあいサロン



7/6 (土)
午後3時～4時30分
定員：15人
対象：どなたでも
料金：無料

おはなし会



7/6・27 各(土)
午後2時～2時30分
定員：なし
対象：どなたでも
料金：無料

しかはま将棋道場 ※



7/7 (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

映画会&工作教室



7/13 (土)
午後3時30分～4時30分
定員：なし
対象：小学生
料金：無料

赤ちゃんおはなし会



7/14 (日)
午前10時30分～11時
定員：15組
対象：2歳以下の子どもと父親
料金：無料

鹿浜おもちゃの病院



7/20 (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)

はじいて遊ぼう
おはじきサッカー体験会



7/20 (土)・24 (水)
午後1時30分～3時30分
定員：各12人
対象：どなたでも
料金：無料

読書会



7/27 (土)
午後2時～4時
定員：なし
対象：16歳以上
料金：無料

人権啓発 DVD
上映会のお知らせ



「キミとセカイをつなぐモノ」
(30分)
7/29 (月)
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



7/11・25 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

はじめての浴衣着付け体験
(2日制)



7/27、8/3 各(土)
午後2時～4時
定員：10人
対象：16歳以上の女性
料金：1,000円

選んでつくろう！
お花・貝がらハーバリウム



7/30 (火)
午後2時～4時
定員：20人
対象：どなたでも
料金：200円

今日から始める
シニア向けスマートフォン講座



7/31 (水)
午後2時～4時
定員：20人
対象：おおむね60歳以上の方
料金：無料

夏休み子ども映画まつり



8/1・15 各(木)
午前10時30分～11時30分
定員：各50人
対象：4歳～小学生
料金：無料

小麦ねんどで
オリジナルマグネットづくり



8/2 (金)
午後2時～4時
定員：20人
対象：どなたでも
料金：200円

科学であそぼう
「空気のサイエンスショー」



8/4 (日)
①午前11時～11時30分
②午後1時30分～2時
定員：各20人
対象：小学生
料金：無料

夏休みまなぼ一宿題ひろば
(3日制)



8/5 (月)～7 (水)
午前10時～正午
定員：20人
対象：小学生
料金：無料

夏の思い出で
えんぴつたてをつくろう



8/5 (月)
午後2時～4時
定員：20人
対象：どなたでも
料金：200円

パラスポーツを体験しよう！
ボッチャ広場



8/10 (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

鹿浜スポーツクラブ 夏の暑さに負けないヨガ (3日制)



8/29、9/5・12 毎(木)
午後3時30分～4時30分
定員：15人
対象：16歳以上の女性
料金：2,430円

タイトル横に※がある講座は、70歳以上の方、障がいがある方は割引があります。

(要証明書)

講座 & サロン 情報

6/26(水) 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。

鹿浜住区センターごとも夏まつり



日時：7/28（日） 午前10時～正午

対象：幼児（保護者同伴）～大人

場所：鹿浜センター内住区センター 悠々館、児童館

内容：かき氷、射的、輪投げ、工作など

詳しくは鹿浜センター内、鹿浜住区センターまでお問い合わせください。

鹿浜住区センター Tel.03-3857-6550

鹿浜児童館日曜開館のご案内

○開館時間：午前10時～午後6時

○お問合せ：鹿浜住区センター

Tel：03-3857-6550

○開館日程

7月	7・21・28
8月	4・18・25

《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 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》

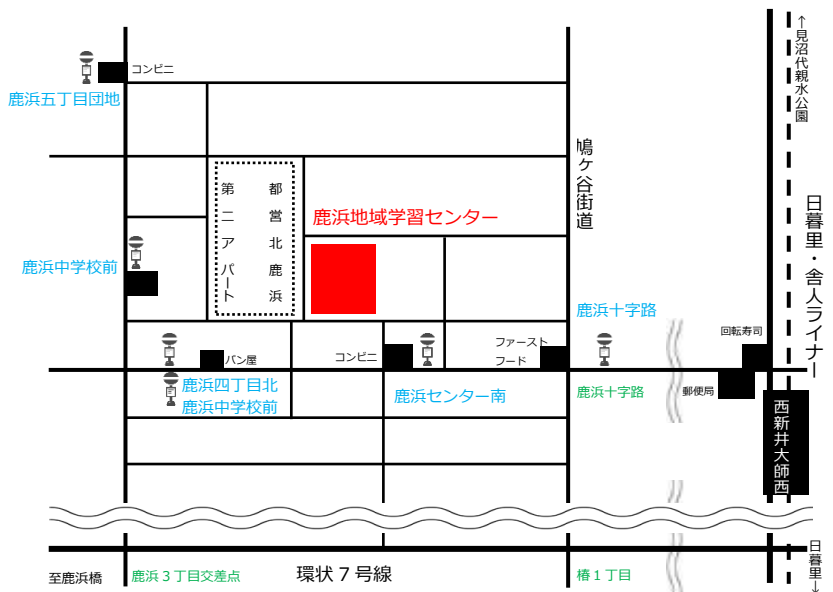
コミュニティバス はるかぜ 都市農業公園行き
「鹿浜センター南」下車 徒歩2分

《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」7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

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