区民の皆さんと“生涯学習センター”を結ぶコミュニケーション情報紙

あだちから
Go For 90th→100th

ピアナビ

2023
9

長月

No.202

3分野連携事業「ちょいスポ」モルック体験

生涯学習センターでは
8月から足立区の3分野連携事業が始まりました。
9月も気軽に親子で楽しめる
「ちょいカル」「ちょいスポ」のプログラムを
ご用意しました。
中央図書館にご来館の際にお立ち寄りください。

INDEX

生涯学習センター「ちょいカル」「ちょいスポ」のご案内…2
8月26日受付開始講座…4
当日受付サロン…6
夏休み宇宙科学デー報告…7
学びピア21　Information…8
近隣施設情報　千住地区住区センター…10
ギャラクシティ NEWS…11

知ると分かる。
すると変わる。
SDGs MODEL ADACHI

足立区 生涯学習センター

親子で気軽に参加できる3分野連携事業が8月からスタートしました！

生涯学習センター「ちょいカル」「ちょいスポ」のご案内

◆お子さんと一緒に短時間で気軽に参加できるプログラムを用意しました。

「ちょいスポ」「ちょいカル」「ちょい読み」、スポーツや文化、読書を普段の生活の中でちょっと取り入れるきっかけづくりの3分野連携事業が始まりました。

子育てや仕事に追われて、なかなか自分の時間を持てないでいるママやパパ。身近な場所で一人の時間を大切にしたり、子どもと過ごす時間が自分の楽しみにできるといいですね。中央図書館と生涯学習センターで「小さな楽しさ」を見つけてください。

図書館で100マス計算にチャレンジ!

このページのプログラムは当日受付参加無料です

9月からのちょいプログラム

ちょいカル
図書館で学ぼう！美文字のコツ

小さなお子様がいるご家庭では、
お子様の持ち物にお名前を書く機会が多いのでは。
美しい文字を書くコツを学びませんか！

【開催日】9/1（金）午前 11 時 10 分～正午　随時

【講師】なすご龍芳 氏（書道師範・書道家）
【対象】主に子育て中のパパとママ
【場所】中央図書館おはなしのへや前

ちょいスポ
図書館おはなし会で親子モルック体験

おはなし会終了後モルックでお子様と一緒にちょっと運動をしてみませんか？

【開催日】9/8（金）、10/20（金）
午前 11 時 10 分～おはなし会終了後、正午まで

【講師】センター職員
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館おはなしのへや

ちょいカル
図書館でママにおススメ！身近な漢方のお話し

漢方って意外と身近にあったりします。
上手く取れば体調を管理して健康にも繋がります。
漢方の健康に役立つお話を聞いてみませんか？

【開催日】9/8（金）午後 3 時～ 4 時

【講師】阿部 佐知子 氏（飯島仁生堂薬局店主）
【対象】主に子育て中のママ
【場所】中央図書館おはなしのへや前

ちょいカル
図書館で 100 マス計算にチャレンジ！

家族で 100 マス計算にチャレンジ！タイムを競います。
パパママには頭のリフレッシュ！
お子様には算数への興味がわきます。

【開催日】9/9（土）午前 10 時～正午　随時

【講師】センター職員
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館 2 階エントランス

感染症などのため掲載されている講座・イベントは中止・延期となる場合がございます。予めご了承ください。

ちょいスポ
おはなし会で親子ベビーヨガ

おはなし会の後、親子で楽しめる簡単なヨガ体操をご紹介します。

【開催日】9/15（金）
午前 11 時 10 分～おはなし会終了後、正午まで

【講師】鈴木 翔子 氏（ヨガインストラクター）
【対象】首のすわった 3 カ月～ 1 歳までの子どもと保護者
【場所】生涯学習センター　5 階　研修室 1

ちょいカル
図書館で小鳥の塗り絵を親子で楽しもう！

街や公園で見かける小鳥の塗り絵を楽しみませんか？
よく見かけるけど生態は知らない…。
この機会に図書館の本で確かめてみましょう。

【開催日】9/17（日）午前 10 時～正午　随時

【講師】センター職員
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館おはなしのへや前

塗り絵を貼るちょいノートプレゼント！

ちょいカル
図書館で作ろう！スパイスのスプーン飾り

ブラックペッパーやピンクペッパー、グローブ、
トウガラシなどを木製のスプーンに貼り、
リボンをつけてちょっとしゃれた飾りを作ります。

【開催日】9/22（金）午前 10 時～正午　随時

【講師】センター職員
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館おはなしのへや前

ちょいカル
図書館おはなしのへやでプログラミング「ルビィのぼうけん」

PC を使わないプログラミングゲーム「ルビィのぼうけん」
午後のおはなし会終了後、お子様と一緒に
プログラミングの基礎を楽しく学びます。

【開催日】9/22（金）午後 3 時 30 分ごろから約 20 分

【講師】センター職員
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館おはなしのへや

ちょいカル
図書館おはなしのへやで大学生と手話あそび

獨協大学の学生と一緒に「クリスマス」などを
テーマにした手話で楽しく遊びましょう

【開催日】12/10（日）・17（日）
午後 2 時 30 分～、午後 3 時～　各 30 分

【講師】獨協大学手話部
【対象】子どもと保護者
【場所】中央図書館おはなしのへや

生涯学習センターのLINEでも当日受付プログラムのご案内を開催前に発信！

生涯学習センターのSNSで「ちょいカル」「ちょいスポ」のプログラムを定期的に発信しています。ご登録がまだの方はこの機会にぜひご登録をお願いします。

LINE 公式アカウント

生涯学習センター
公式キャラクター“ナマガくん”

▶ちょっとレベルアップした「ちょいカル」「ちょいスポ」講座は次ページの一般・シニア向け講座案内に掲載。

足立区生涯学習センター
講座・イベント

8月26日（土）
受付開始講座
一般・シニア向け

◆受付時間：午前9時～午後8時
※インターネットのみ
初日午後1時から受付開始。

◆講座に関して詳細はチラシ、HPをご覧になるか、当センターにお問い合わせください。

◆感染症などのため中止・延期となる場合がございます。

介護予防はつらつ教室
今年度D、B講座が初めての方8/15より受付

D 講座は口腔衛生と運動。
B 講座は90分間の運動です。

【日時】D：9/7（木）、B：9/21（木）
午後1時30分～3時

【講師】倉田 郁子 氏
健康づくり支援チーム「快体心咲」
古賀 登志子 氏
東京都歯科衛生士会 歯科衛生士
【対象】足立区在住の65歳以上で要介護・要支援の認定を受けていない方
【定員】各25人【料金】無料【場所】講堂

お子様にもおすすめ！漢方を活用した献立レシピ紹介

意外と身近な漢方。お子様から家族みんなの健康に活かせるレシピを学びましょう。

【日時】10/1（日）
午後1時～3時

【講師】阿部 佐知子 氏
飯島仁生堂薬局店主
【定員】30人
【料金】1,000円（教材費込）
【場所】研修室1

初心者でも楽しく学べる中国語講座（19日制）

ピンインを学びながら、徐々に中国語を聞いたり話したりすることを目指します。

【日時】10/4～2/28の毎週水曜日
（11/1、12/27、1/3を除く）
午後7時～8時30分

【講師】金 洪連 氏
潤茶屋
【対象】中国語を初めて学ぶ16歳以上の方
【定員】対面15人、オンライン5人
【料金】18,860円（教材費込）
【場所】研修室2または3（対面）

パパママのための癒しのアロマクリーム作り

蜜蝋を溶かして好きな香りをまぜて作る40分間のアロマクリーム作り体験です。

【日時】10/7（土）、10/8（日）
午前11時～11時40分
午後1時30分～2時10分

【講師】佐藤 加奈 氏
漢方薬局HERBAL Labo
【対象】おもに30～40代のパパママ
【定員】各6人
【料金】770円
【場所】研修室5

女性のためのゆったりヨガ教室（8日制）

初心者向けのヨガで、朝からスッキリ目覚めましょう。

【日時】10/13～12/15の毎週金曜日
（11/3・24を除く）
午前9時30分～10時30分
午前11時～正午

【講師】佐久間 順子 氏
ヨガインストラクター
【対象】16歳以上の女性
【定員】各40人【料金】4,240円(高割・障割あり)
【場所】講堂

マイクロプラスチックと私たちの暮らし

マイクロプラスチックを出していませんか？プラスチックが小さくなる要因を知ろう。

【日時】10/13（金）
午後1時30分～3時30分

【講師】和田 理征 氏
神奈川工科大学 応用バイオ科学部
応用バイオ科学科 准教授
【定員】対面40人、オンライン20人
【料金】800円
【場所】研修室1（対面）

科学で「おいしさ」を解明する

味覚を視覚化することでどんなことに役立っているのかなどを学びます。

【日時】10/13(金)
午後6時30分～8時

【講師】鈴木 隆一 氏
OISSY 株式会社
【定員】対面40人、オンライン20人
【料金】800円
【場所】研修室1（対面）

英語が話せなくても大丈夫！実践英語入門（21日制）

文法や実践的な会話で使う言い回しなど英会話の基礎を学びます。

【日時】10/13～3/22の毎週金曜日
（11/3、12/29、2/23を除く）
午後7時～8時30分

【講師】キニンモント早苗氏
REDWOOD㈱
【対象】中学卒業程度の英語力をもつ16歳以上の方
【定員】26人
【料金】18,020円（教材費込、高割・障割あり）
【場所】研修室4

感染症などのため掲載されている講座・イベントは中止・延期となる場合がございます。予めご了承ください。

今の仕事にプラスα 食生活アドバイザー®3級短期速習講座（3日制）

スーパーや飲食店、食品メーカー、介護の現場など、様々な分野で役立つ知識が身につきます。

【日時】10/14（土）・21(土)・28（土）
午後1時30分～3時30分

【講師】（一社）FLA ネットワーク協会派遣講師
【定員】対面15人、オンライン5人
【料金】6,780円（教材費込）
【場所】研修室5（対面）

聖徳大学連携 多様な死生観と出会う 世界お墓文化紀行

世界のお墓を比較研究してきた講師と葬送文化を巡り、多様な死生観と出会いましょう。

【日時】10/21（土）
午前10時～正午

【講師】長江 曜子 氏
聖徳大学 教育学部児童学科 教授
【定員】対面40人、オンライン20人
【料金】800円
【場所】研修室1（対面）

はじめてのZoom体験会

オンライン講座受講のためのZoomの使い方を体験しましょう。

【日時】10/23（月）
午後2時～3時

【講師】センター職員
【対象】パソコンの基本操作ができる方
【定員】6人 【料金】無料
【場所】コンピュータ研修室
【持ち物】マイク付きイヤホン

「買い物」の心理学

「私はなぜこれを買ったのだろう？」消費者心理学から探りましょう。

【日時】10/28(土)
午前10時～正午

【講師】鎌田 晶子 氏
文教大学 人間科学部心理学科 教授
【定員】対面40人、オンライン20人
【料金】800円
【場所】研修室1

学び直し支援事業「あだち100年大学」対象講座

大学や専門機関の講師による高度で専門的な講座です。対象講座を受講されると「学び直しカード」にスタンプを押印します。

5個スタンプがたまる毎に生涯学習センターの講座で使える500円券をプレゼント。10回以上受講されると賞状と記念品を贈呈します。

■3分野連携事業
ちょいカル　ちょいスポ　ちょい読み

online オンラインのみの講座
+online 対面＋オンラインの講座

■お申込み方法
窓口
高割・障割は証明できる物をお持ちください。
電話 03-5813-3730
FAX 03-3870-8407
講座予約システム
「近所deまなびナビ」で検索。
高割・障割のお申込みはできません。

足立区生涯学習センター
講座・イベント

8月26日（土）
受付開始講座
子ども・親子向け

◆受付時間：午前9時～午後8時
※インターネットのみ
初日午後1時から受付開始。

◆講座に関して詳細はチラシ、HPをご覧になるか、当センターにお問い合わせください。

◆感染症などのため中止・延期となる場合がございます。

もしもに備える乳児の為の救命救急講習会

心肺蘇生や応急手当、AEDを用いた除細動、気道遺物除去など講義と実技で学びます。

【日時】10/14（土）
午前10時～午後0時30分

【講師】日本赤十字社東京支部 派遣指導員
【対象】1歳未満の子どもの保護者
託児：2カ月～2歳の子ども
【定員】20人（託児5人）
【料金】1,200円（託児 1 人当たり2,700円）
【場所】講堂（託児：保育室）

■ プログラミングってなあに？
はじめてのプログラミング

■ めざせプログラマー？
ステップアップ教室

10月の開催はありません。

当日受付

◆当日直接会場にお越しください。
◆感染症などのため中止・延期となる場合がございます。

千住おもちゃの病院

【日時】9/2（土）
午前10時～午後3時
最終受付　午後2時30分
【料金】無料（一部実費）
【場所】研修室5　※10月はお休みです

小中学生のびのび広場

【日時】9/3～24　毎週日曜日
午後1時～4時
【対象】小・中学生　【定員】各15人程度
【料金】無料
【場所】研修室5

おしゃべり処

【日時】9/4（月）
午前10時～11時30分
【定員】10人程度
【料金】無料
【場所】研修室5

大人のそろばんさろん

【日時】9/4（月）・18（祝・月）
午前10時～11時30分
【定員】各35人
【料金】各400円
【場所】研修室1

おはよう教室　健康太極拳

【日時】9/5～26 毎週火曜日
午前10時～11時
【定員】各40人
【料金】各560円（高割・障割あり）
【場所】講堂

PC相談会

【日時】9/6（水）・20（水）
午後0時30分～2時30分
【定員】各10人
【料金】無料
【場所】コンピュータ研修室

歌声サロン　童謡唱歌を歌おう

【日時】9/10（日）
午後2時～4時
【定員】90人
【料金】550円
【場所】講堂

楽しくつくろう！ICTひろば

【日時】9/20（水）
午後3時～4時30分
【対象】小・中学生　【定員】10人程度
【料金】無料
【場所】コンピュータ研修室

人権を考える映画　無料上映会

【日時】9/27（水）　①午前10時～
②午後4時～　③午後7時～
【対象】どなたでも（午後7時は16歳以上）
【定員】各15人程度　【料金】無料
【場所】研修室5

10月予告
親子でいっしょに！ベビーヨガ教室

【日時】10/21（土）　午前10時～11時
【対象】首のすわった3カ月頃～1歳の子どもと保護者
【定員】10組　【料金】300円
【場所】講堂

地域の力、地域の魅力再発見
あだちサークルフェア2023
SINCE 2009

10/7（土）・8日（日）午前10時～午後5時　開催

生涯学習センター講堂ステージで27団体・サークルが
また、講堂ホワイエ、研修室で6団体が展示で
日ごろの成果を披露します。
今年は5年ぶりに豪華賞品が当たるスタンプラリーも復活。
3分野連携事業の「ちょいカル」講座や体験も行います。
ご家族、お友達お誘いあわせの上、ご来場ください。
※写真の一部は昨年のサークルフェアの様子です。

▶サークルフェアで
おなじみの
犬の着ぐるみ君です

感染症などのため掲載されている講座・イベントは中止・延期となる場合がございます。予めご了承ください。

夏休み宇宙科学デー　報告

8月5日（土）午前10時～午後3時　講堂・ホワイエ

猛暑日でしたが200人を超えるご家族にご来場いただきました。

ナゾの惑星で別室にいる子どもに指示を出す家族

ローバーを別室からパソコンで操作し
惑星から送られてきた画像をプリント

体験用
惑星探索車ローバー
1秒に1枚静止画像を
送信する。

手作りの分光ボックスで光の成分を観測

タブレットの自作花火がスクリーンに登場

工作以外に宇宙の本を借りていくご家族も

真剣に「はやぶさ2」のペーパークラフトに
取り組む

回転する車輪を傾けると本人が回ってしまう
ジャイロ効果体験

エントランスの落書きコーナー
いろいろな宇宙人が出現

今年もメインイベントはローバーによる惑星探査

東京理科大学教授の木村真一氏と学生で構成する㈱宇宙の学び舎seedによる「ナゾの惑星探査ミッション」は事前募集で、早々と定員が埋まる人気のイベント。ローバーを操作する子どもと惑星で指示を出す親のコンビネーションで惑星に隠れたマスコットなどをさがすミッションをクリアしていました。他に「ジャイロ効果体験」「ドッキングシミュレーター」。ザオー工業㈱は「金属製ブロックでモノ作り」、都立足立工科高校は「メタルアクセサリー作り体験」で昨年同様にブースを設置していただきました。

新しい参加団体によるイベントも人気

今年は新たに産業技術総合研究所の「分光ボックスづくりと光の実験」、Zoomでつくば市の産総研と中継した「研究者から聴く、科学のはなし」、NEC宇宙教育部「ペーパクラフトはやぶさ2」「タブレットで作った花火を打ち上げよう」、そして足立区の3分野連携事業「ちょい読み」での足立区立中央図書館の「宇宙がテーマの工作会、本の展示・貸出」も加わり、大いに盛り上がりました。「本人が好きになったことを積極的に学ばせたい。また来年も本イベントがあれば嬉しい。」参加者からうれしいお言葉をいただきました。

あだち区民大学塾

鷗外と漱石 -交差する二人-
事前応募

森鷗外と夏目漱石は二人とも日本の近代文学を代表する作家である。
二人は、さまざまな形ですれちがう。生まれた時、生まれた場所、留学の地、住んでいた街、作品の舞台、そしてその主題…。
いくつかの作品を紹介しながら、二人の人生とその文学について考えてみよう。

森 鷗外

夏目 漱石

【日時】10/15(日)・29(日)、11/5(日)
午後2時～4時
【講師】倉本 幸弘 氏
森鷗外記念会常任理事
【定員】50人(抽選)
【料金】2,000円(講座初日払い)
【場所】研修室1
【応募締切】10/2(月)

鬼平・剣客商売・梅安 生誕百年池波作品を愉しむ
事前応募

鬼平こと長谷川平蔵、老剣客・秋山小兵衛、そして仕掛人・藤枝梅安。池波正太郎の作品が読者をひきつけるのは、登場人物のキャラクターの魅力です。戦国の武将も幕府の官僚も剣客・職人・商人・盗人まで人間としての「潔さ」が溢れています。さぁ、ご一緒に池波正太郎作品を愉しみましょう。

「鬼平犯科帳」©さいとう・たかを／さいとう・プロダクション／リイド社

【日時】10/22(日)
午後2時～4時
【講師】鶴松 房治(つるまつ ふさはる)氏
池波正太郎アシスタント(15年)
池波正太郎記念文庫指導員
池波正太郎真田太平記館指導員
【定員】100人(抽選)
【料金】1,000円(講座当日払い)
【場所】講堂
【応募締切】10/9(祝・月)

講座の申し込み方法
E-mail

往復ハガキまたはEメールに住所・氏名(フリガナ)・電話番号・講座名を明記の上、下記へお送りください。連名可。

〈往復ハガキ〉
〒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

〈Eメール〉
info@gakugaku.main.jp

〈お問い合わせ〉
電話・FAX:03-5813-3759
(平日午後1時～4時)

※講座に関する詳細はチラシ・生涯学習センターのHPでご確認ください。

あだち区民大学塾事務局
電話・FAX: 03-5813-3759

足立区荒川ビジターセンター

川あるきの日
当日受付

荒川の河川敷をのんびり歩きながら、自然観察をします。
(小雨決行、荒天中止)

【日時】9/3(日) 午前10時～11時30分
【場所】荒川河川敷、わんど広場
【参加方法】当日午前9時から
荒川ビジターセンターで参加証配布

【日時】9/24(日) 午前10時～正午
【場所】鹿浜橋～江北橋右岸
(上流を背にして右側)
【参加方法】当日午前9時50分から
鹿浜橋右岸で受付

■両日とも
【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) 【料金】無料
【持物】汚れてもよい服装(長袖長ズボンで。サンダル不可)、水筒、タオル、帽子、雨具(雨天時)

お申込み・お問い合わせ
足立区荒川ビジターセンター
足立区千住5-13-5「学びピア21」4階
電話:03-5813-3753 FAX:03-3870-8544
E-mail:ara-vc@ces-net.jp
https://ces-net.jp/ara-vc/
(開館時間 午前9時～午後5時)
9月の休館日:9/11(月)

足立区立中央図書館

おはなし会
当日受付

【日時】9/1～22 毎週金曜日
午前10時20分～(2～3歳)
午前11時10分～(0～1歳)
午後3時～ (3歳～)
※9/15 午前10時20分～、午前11時10分～の会場は生涯学習センター 5階 研修室1。午前11時10分～おはなし会終了後「親子ベビーヨガ」を開催。(右記参照)

小学生おはなし会
当日受付

【日時】9/6～27 毎週水曜日
午後3時30分～

映画会
当日受付

【日時】9/3～24 毎週日曜日
午後2時～2時30分
【内容】9/3 七羽のからす
9/10 はらぺこあおむし／だんまりこおろぎ／パパ、お月さまとって!／ごちゃまぜカメレオン／うたがみえる、きこえるよ
9/17 オオカミ石／河鹿の屏風／目黒のさんま
9/24 スイミー／フレデリック／コーネリアス／ぼくのだ!わたしのよ!／さかなはさかな

おはなし会で親子ベビーヨガ
当日受付

【日時】9/15(金)
午前11時10分～正午
【内容】おはなし会の後、親子で楽しめる簡単なヨガ体操をご紹介!
【講師】鈴木 翔子 氏(ヨガインストラクター)
【対象】首のすわった3カ月～1歳の子どもと保護者
【場所】生涯学習センター 5階 研修室1

特集棚
施策連携特集:「認知症月間」
「自殺防止特集」
「動物愛護週間」
一般特集:「備えあれば憂いなし」
ティーンズ特集:「本が出てくる本」
児童特集:「おじいちゃん・おばあちゃん」

広報誌
ティーンズ向け図書情報誌
「Teen's Scope」124号
「夏はスポーツをやって・観て・読んで楽しむ」

足立区立中央図書館
電話:03-5813-3740
開館時間:午前9時～午後8時
9月の休館日:9/11(月)、29(金)

学びピア21の施設大集合!

学びピアの縁側 9/16(土) 午前10時～午後4時 学びピア21 4階 講堂

「学びピアの縁側」は「学びピア21」の各施設がプログラムを持ちよって開催するイベントです。

放送大学

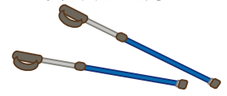
筆跡診断
当日受付

筆跡から「性格、行動傾向」を診断。
【時間】午後2時～4時の間(1人約10分)
【料金】無料
【主催】筆跡研究会

足立区生涯学習センター

ノルディックウォーキング
当日受付

【時間】午前10時～正午
(4階窓口で開始30分前から受付開始)
【定員】30人(先着順)
【料金】100円(一般)、50円(小・中学生)
ポール貸し出し300円



モルック体験
当日受付

【時間】午後1時～3時
(開始5分前から受付開始)
【定員】10組(先着順) 【料金】無料

タブレット体験会
当日受付

【時間】午後1時～、午後3時～
【定員】各4人 【料金】250円

〈区民の方からのお知らせ〉

太極拳サークル会員募集

「太極拳を学ぶ会」では一緒に楽しく太極拳を学ぶ方を募集しています。
当会では練功十八法(中国の健康医療体操)も練習します。
初心者大歓迎、お電話お待ちしています。

活動場所:「千住スポーツ公園」弓道場相撲場地下1階ホール
足立区千住緑町2-1-1(電話03-3879-7643)
活動日:毎週火曜日 午後1時～3時
指導者:村瀬 大翼、山田 千鶴
入会金:無料 会費4,000円(1カ月)
服装:室内運動靴、動きやすい服装、マスク着用
お問い合わせ:太極拳を学ぶ会 電話 **03-5808-0268**

初心者大歓迎!

■ 近隣施設情報

千住あずま住区センター　千住東二丁目21-18　TEL.03-3882-1218　休館日：9/3・10・17・18・23・24

◆ 児童館

「スペシャルせいさく オリジナルエコバッグ」（事前申込制）
【日時】9/2（土）午後2時～2時50分、午後3時～3時50分
【対象】小学生【定員】各15人

「つくしんぼ」（事前申込制）
【日時】9/20（水）午前11時～11時30分
【対象】生後6ヶ月以上の乳児とその保護者【定員】15組

「ギャラクシティの出張サイエンスショー」
【日時】9/20（水）午後2時30分～3時30分
※詳しくは千住あずま児童館へお問い合わせください

◆ 悠々館

「貯筋運動」
【日時】9/7（木）午後1時30分
「住区de団らん A・B」
【日時】A・9/9（土）　B・9/16（土）各午後1時30分
「簡単ストレッチ」
【日時】9/11（月）午後1時30分
「敬老の集い」
【日時】9/14（木）午後1時30分
「うたごえ広場」
【日時】9/28（木）午後1時30分
※詳しくは千住あずま悠々館へお問い合わせください

千住河原町住区センター　千住河原町5-12　TEL.03-3870-7229（児童館）TEL.03-3870-7228（悠々館）休館日：9/3・10・17・18・23・24・25

◆ 児童館

「子育て健康講座『イヤイヤ期の対応について』」（事前申込制）
【日時】9/6（水）午前10時30分～11時30分
【対象】乳幼児とその保護者【定員】15組
「赤ちゃんの会『ベビーダンス』」（事前申込制）
【日時】9/12（火）午前10時30分～11時30分
【対象】0歳児とその保護者【定員】10組
「さくらんぼ『体操』」（事前申込制）
【日時】9/15（金）午前10時30分～11時30分
【対象】1～3歳児とその保護者【定員】10組
※詳しくは千住河原町児童館へお問い合わせください

◆ 悠々館

「童謡を楽しむ会～春川ひろしと仲間たち～」
【日時】9/9（土）・30（土）各午後1時～2時30分
【定員】各30人

「第12回・初心者健康踊り」（事前申込制）
【日時】9/27（水）午後1時30分
【定員】20人
※詳しくは千住河原町悠々館へお問い合わせください

千住本町住区センター　千住五丁目6-2　TEL.03-3870-6221　休館日：9/3・10・11・17・18・23・24

◆ 児童館

「子育てサロン」9/1（金）より再開
【日時】毎週月曜日～土曜日　午前10時～午後1時

幼児教室
「ベビーマッサージ」（事前申込制）
【日時】9/12（火）午前10時30分【申込開始】9/1（金）午前10時
「リトミック」（事前申込制）
【日時】9/26（火）午前10時30分【申込開始】9/1（金）午前10時
※詳しくは千住本町児童館へお問い合わせください

◆ 悠々館

「免疫力アップの秘訣」
【日時】9/6（水）午後2時～3時
【定員】20人
内容：リンパ療法師がすすめるアフターコロナ
「敬老の集い」（おみやげ付き）
【日時】9/16（土）午後1時30分～3時
【定員】50人
第1部：オカリナ・ギターのコンサート
第2部：楽しいバレエ講座
※詳しくは千住本町悠々館へお問い合わせください

千住柳町住区センター　千住柳町12-5　TEL.03-3870-3490　休館日：9/3・10・17・18・19・23・24

◆ 児童館

「赤ちゃんの会」
【日時】9/12（火）午前10時30分～11時30分【対象】0歳児
「わくわくおとあそび」
【日時】9/13（水）午前10時30分～11時30分【対象】未就学児
「こぐまちゃんの会」
【日時】9/22（金）午前11時～11時30分【対象】未就学児
「えいごdeあそぼ」
【日時】9/27（水）午前10時30分～11時30分【対象】未就学児
※詳しくは千住柳町児童館へお問い合わせください

◆ 悠々館

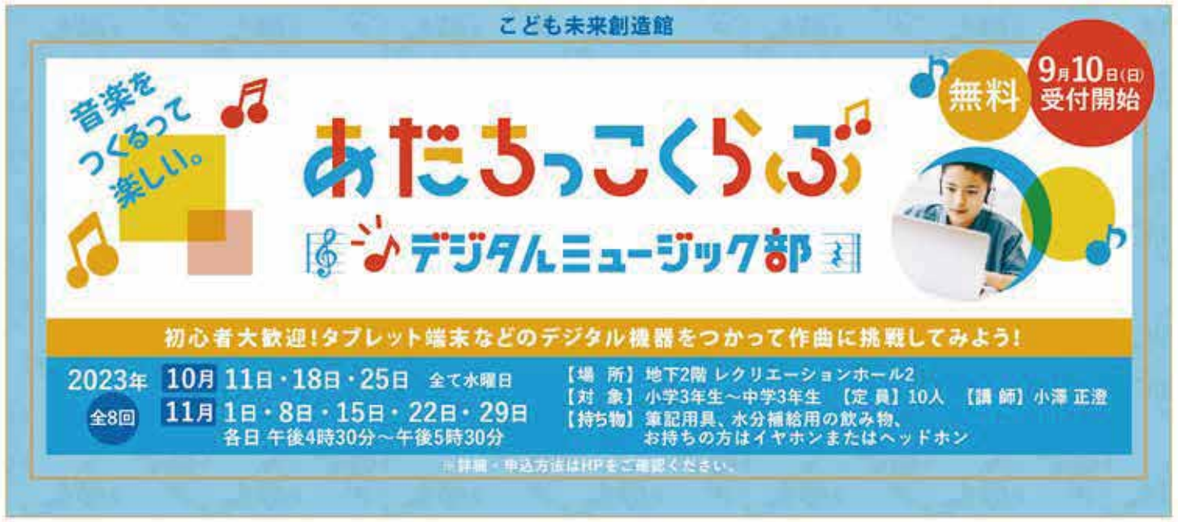
一般利用　開館日毎日　午前9時～午後5時
（正午～午後1時の間、1階受付は昼休み）
「みんなの体操（午前）」
【日時】毎日（9/4（月）、祝祭日を除く）
午前11時～11時30分
「みんなの体操（午後）」
【日時】毎日（毎週木曜日、祝祭日を除く）
午後2時～2時30分
※詳しくは千住柳町悠々館へお問い合わせください

ギャラクシティ NEWS

GALAXCITY

ギャラクシティのエンターテインメント

こども未来創造館



まるちたいけんドーム

西新井文化ホール

【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】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

最新情報・詳細はWEBへ！ 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。

公式ホームページ

足立区で生涯学習関連の講師をお探しの方、地域のサークル活動を知りたい方

その欲しい情報、生涯学習センターの HP にあります！！

■学び情報提供サービス

「講座をお願いしたい」「サークル活動の指導をしてほしい」など、指導者をお探しの方、ジャンルごとに一覧表があります。

■サークル情報

「新たな趣味や仲間を見つけたい」など、ご自分に合ったサークルをお探しの方、ジャンルごとに一覧表があります。

https://www.adachi-shogakucenter.net/service/

■お問い合わせ：足立区生涯学習センター

窓口・お電話：03-5813-3730　FAX：03-3870-8407
MAIL：namagaku-ys@canvas.ocn.ne.jp
（業務の都合上、お返事が遅れる場合があります）
受付時間：午前 9 時～午後 8 時　休館日：原則毎月第 2 月曜日

★HP では講師･指導者やサークルの連絡先は載せていません。
講師･指導者の指導内容やサークルの入会・活動内容のお問い合わせは左記までご連絡ください。

千住地区にお住まいの方に、

生涯学習センターミニコミ紙「ピア･ナビ」を無料でお宅のポストまでお届けします。

■ポストイン実施地区
・千住1丁目～5丁目　・千住大川町　・千住寿町　・千住柳町　・千住元町　・千住桜木
・千住中居町　・千住龍田町　・千住宮元町　・千住仲町　・千住緑町　・千住河原町
・千住橋戸町　・千住旭町　・千住東　・千住曙町　・千住関屋町　・日ノ出町　・柳原
※上記地区以外の方はご相談ください。

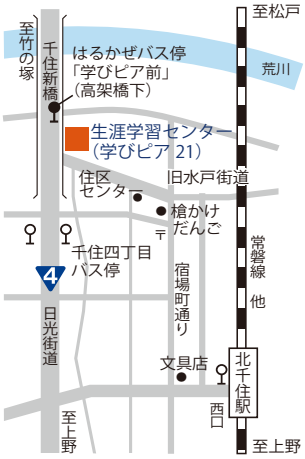
お申し込みは足立区生涯学習センター　電話：03-5813-3730

ナマガくん

足立区生涯学習センター「ピア・ナビ」9月号（毎月20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　SNS　E-mail　You Tube チャンネル



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

学びピア 21　施設案内　9月の休館日9/11（月）

足立区立中央図書館（1～3階）	足立区荒川ビジターセンター（4階）	放送大学東京足立学習センター（6階）
電話　03 － 5813 － 3740	電話　03 － 5813 － 3753	電話　03 － 5244 － 2760

感染症などのため掲載されている講座等も中止･延期となる場合がございます。予めご了承ください。

各学習センターで、14センター全てのミニコミ紙がご覧になれます。

足立区　「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