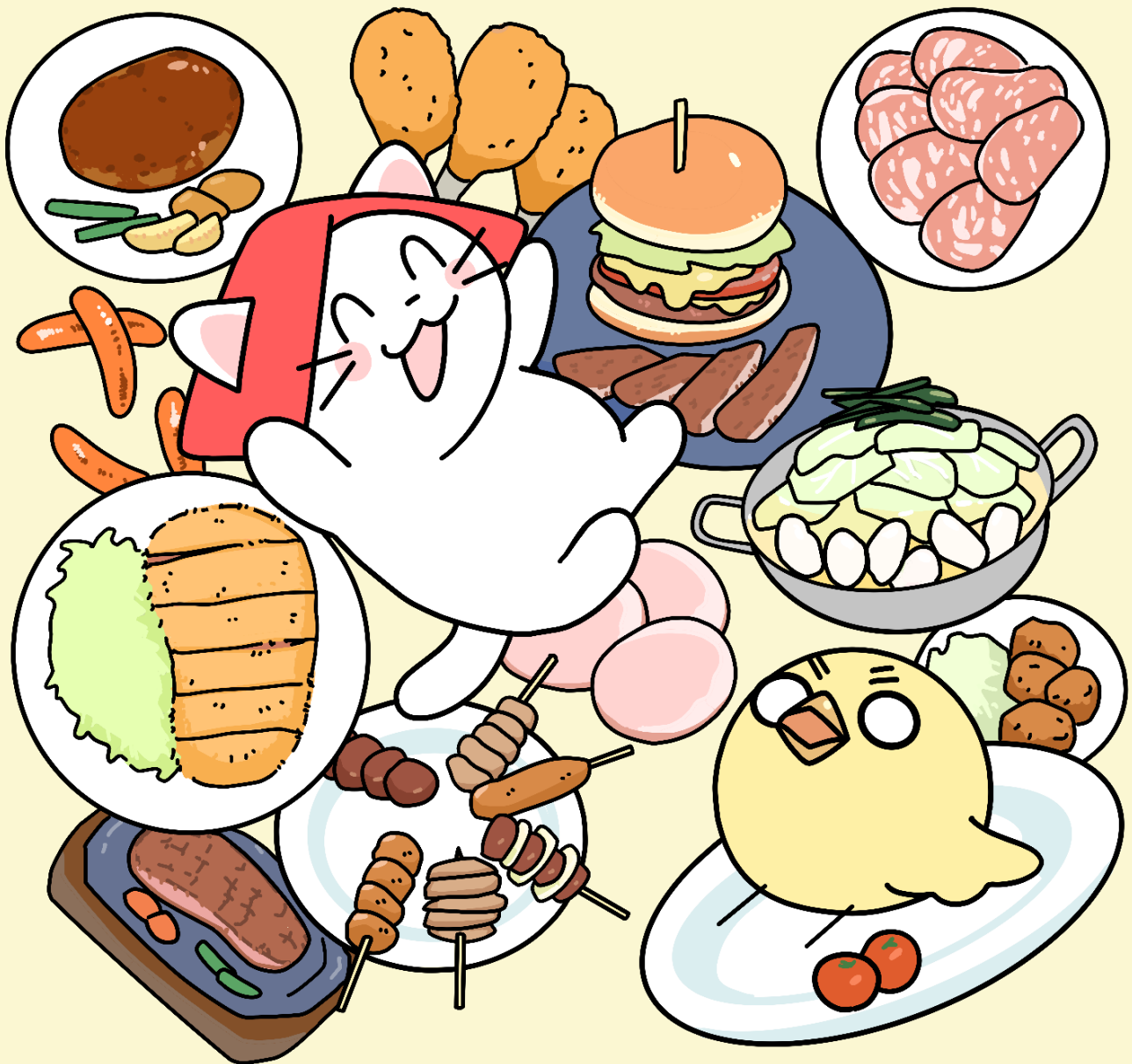


オムニース③

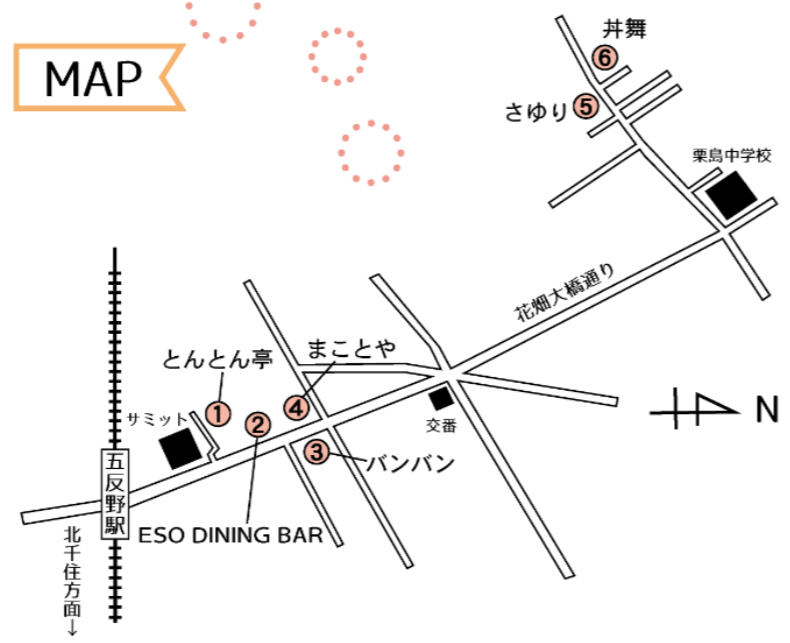
特集「お肉を食べて元気いっぱい！」

p2-p3



お肉を食べて 元気いっぱい！

MAP



だんだんあたたかくなってきましたね。春はすぐそこです♪ 今月はお肉特集。五反野周辺のお肉料理を紹介します。新年度、気持ちの良いスタートを切れるように、3月からおいしいお肉でエネルギーを注入しておきましょう！



① とんとん亭

五反野駅から徒歩3分。昔ながらの定食屋さんの雰囲気を持つアットホームで明るい店内です。定食内容は、トンカツ・ご飯・味噌汁・お新香・胡麻ドレッシングのかかったサラダ（または豆腐）。カツの衣はとてもサクサクしていて絶品です！



営業時間 11:00 ~ 15:00
17:00 ~ 21:00
定休日 日曜日
住所 中央本町 2-24-24
電話 03-3889-7811



コースかつ定食 950円

② ESO DINING BAR (エソ ダイニングバー)

五反野駅から徒歩3分。アメリカン&メキシカンなお洒落でにぎやかな雰囲気の店内です。店主こだわりの黒毛和牛を使用しているパテェは、ボリューム満点！ハンバーガーの他、メキシコ料理をメインにチキンやステーキなど豊富なメニューが揃っています。



営業時間 火~金 17:00 ~ 24:00
土・日・祝 11:30 ~ 15:00
17:00 ~ 24:00
定休日 月曜日
住所 中央本町 2-22-21
電話 050-3575-3574



ダブルパテェとチーズ 1,705円

③ 焼肉問屋バンパン 五反野店

五反野駅から徒歩4分。問屋直営ならではの高品質のお肉を低価格で提供しています。こだわりは2種類の秘伝のタレ。パンチを効かせたバンパン自慢の漬けダレと、酸味と甘みが絡まったやみつき必至の秘伝のタレ2。やわらかくてジューシーなお肉に付けて食べると最高です。

営業時間 月~木 11:30 ~ 22:00
金~日・祝 11:30 ~ 24:00
定休日 なし
住所 弘道 1-25-2
電話 03-6807-2983



和牛上カルビ レギュラーサイズ 1,210円

④ 七輪ホルモン焼き・牛もつ鍋 まことや

五反野駅から徒歩5分。赤い暖簾とドラム缶が目印です。ホルモンは茨城県産の地白豚、牛もつ鍋は国産の生の牛小腸を使用しています。鍋からこぼれそうな大きい牛もつはクセがなく、特製かつお出汁が染み込んでおり、たまらないおいしさです。

営業時間 火~土・祝 17:00 ~ 22:00
日 12:00 ~ 17:00
定休日 月曜日
住所 中央本町 2-22-14
電話 03-3849-8171



牛もつ鍋 1,280円

⑤ 炭火焼鳥 さゆり

五反野駅から徒歩21分。梅島駅から19分。モダンでお洒落な焼き鳥屋さん。カウンター席もあるのでおひとり様でも安心！ 焼き鳥は、備長炭を使用し、生肉からじっくりと火入れをしています。ゆったりと寛ぎながらお酒や一品料理と共に、おいしい焼き鳥を味わいましょう。

営業時間 17:00 ~ 23:00
定休日 月曜日・隔週日曜日
住所 中央本町 4-13-13
電話 03-3886-1478



手前から せせり、ささみ、やげんなんこつ 各198円

⑥ 井舞

五反野駅から徒歩21分。梅島駅から18分。黄色い看板が目印の、焼肉丼・定食屋さんです。食材は国産のものを使用しており、全て手作りなので安心していただけます。A4・A5ランクの和牛をお手頃価格でご提供！うっとりするほどのやわらかいお肉をご堪能ください。

営業時間 月~土 11:30 ~ 14:30
18:00 ~ 21:00
定休日 日曜日
住所 中央本町 5-9-8
電話 080-5519-3449



カルビ丼 並 990円

※料金は取材時点(令和6年1月末)で確認した消費税込みの金額です。掲載のデータは変更になる場合があります。

今月の講座情報

3月26日(火)から事前申込が始まる講座の一覧です。
ぜひご参加&お申込ください。

俳句と短歌のサロン

日々の風景や想いを言葉にして詠みましょう。
おしゃべりをしながら楽しく参加できます。



日時：4/21 (日)
午後2時～4時
対象：どなたでも
定員：10人
料金：無料
場所：梅田図書館3階 大会議室
(梅田7-13-1)

プログラミングひろば「マイクロビットであそぼう」

micro:bit(マイクロビット)を使って、楽しく
プログラミングを学びましょう!!



日時：4/28 (日)
午後2時～4時
対象：小・中学生
定員：4人
料金：無料
場所：8Knot (足立3-33-3第2ビル3階)
現地集合・解散

インドカレー店 BINITA でお母さんが喜ぶナン作り

1日早い「母の日」にちなみ、インドカレー店でお母さんが喜ぶモチモチのナンを作り、自由にトッピングします。
また、お母さんに宛てたメッセージカードも作ります。



日時：5/11 (土)
午後2時55分～4時30分
対象：4歳～小学生の子どもと保護者
定員：6組 (1組3人まで)
料金：1組2人:1,700円、1組3人:2,550円
場所：BINITA 青井店 (青井3-5-26-102)
現地集合・解散



開催する講座はすべて現地集合・
現地解散です!
詳細の場所・住所をご確認の上
お申し込みください!

3月26日(火)から募集開始

申込方法：他館窓口・電話・インターネット

受付時間：電話 午前9時～午後6時 平日のみ

他館窓口・他館電話・インターネット 26日午後1時～

※他館窓口・他館電話は午後8時まで

インターネットは終日受付

問合せ：TEL 03-3852-1431

インターネットからの予約方法

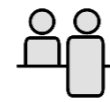
足立区ホームページ → 電子申請・各種予約を選択 → 生涯学習施設・スポーツ施設の講座予約システムを選択 → 「講座予約システム」のページ(外部サイトリンク)を選択 → ログイン画面が表示されます。※未登録の方もご予約できます。

講座の詳細については中央本町地域学習センターまでお問い合わせください。

改修工事中の講座申し込みの注意

- 主催館の中央本町地域学習センターは改修工事のため受付窓口がありません。他の足立区内総合受付窓口で受付が可能ですが、講座申し込み初日の26日は午後1時からの受付になりますのでご注意ください。
- 中央本町地域学習センターの電話番号から講座の申し込みができますが、改修工事中の電話受付は平日午前9時から午後6時となっております。

画像横のアイコンは、
可能な申込方法を表示しています。



窓口
(他館のみ)



電話



インターネット

やよい図書館おしらせページ

やよい INFORMATION



今月は大規模改修工事に入った中央本町センター・やよい図書館の様子をお伝えします。
工事は令和7年3月頃までを予定しています。裏表紙もぜひチェックしてください♪

休館前の建物の様子



2023.11.28

足場がたくさんあるね



やよい図書館
キャラクター
「ぺんさん」

休館して半年が経ちました。本の引っ越しを終えて工事が始まると、建物の周りには徐々に足場が組まれていきました。その後、少しずつ布で覆われていき、茶色いレンガの建物はすっぽり囲まれた状態に!

現在は、外壁補修や内部解体の工事が日々進められています。

開館後どんな風になるか楽しみです★

2023.12.1



建物の入り口のガラスがなくなってガラんとしてる!!



2023.12.28



見慣れたレンガの建物が
見えなくなっちゃった～



やよい図書館キャラクター
「あおのすけ」

2024.1.9



今月の俳句と短歌

俳句と短歌のサロン参加者様より
いただいた今月の俳句と短歌を紹介します。

ふるさとの
匂いは確か
桜咲く (作者・花風)
よそゆきで
集うわらべの
喜々として
ひな飾りたる
室の花桃 (作者・登月)

お気軽にお申し込み
ご参加ください♪



講座開催報告

「インドカレー店 BINITA で バレンタインنانを作ろう」

2月10日(土)に、「本場インド料理 BINITA 青井店」で、ナン作り講座を開催しました! モチモチのナン生地を伸ばし、焼き上がったナンにホイップクリームやカラーチョコスプレーなどでデコレーション! バレンタインに合わせて甘さ増し増し♪ キュートでハッピーなナンが完成していましたよ~!



皆さん楽しくナン生地を伸ばし、焼き上がったボリュームたっぷりのナンに、自由にデコレーションしていました~♪ 次回のナン作り講座もお楽しみに!



足立区内他施設イベント情報

足立区生物園

ぬげがら展~1枚めいじやいました~

脱皮・ぬげがらをテーマとした展示です! 生きものたちが脱皮をする理由や、脱皮によってどんな変化をもたらすか、などを紹介します。

日時: 開催中~3/17(日)

対象: どなたでも※就学前の子どもは保護者同伴

料金: 無料 (別途入園料)

場所: 1階 生きもの研究室



↑様々な生きものの脱皮について紹介

その他イベントなど、
詳細は生物園 HP へ!→



〒121-0064 足立区保木間2丁目17-1 TEL: 03-3884-5577



ギャラクシティ NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

西新井文化ホール

おーけすとら・ぴとれ座が『機動戦士ガンダム』の音楽に挑む!

渡辺岳夫・松山祐士

交響詩 ガンダム

ストラヴィンスキー

組曲 火の鳥

指揮 池田開渡
Kaiko Ikeda Orchestre Du Theatre De Pitre



詳細はこちら

3月20日 水・祝 開演 午後2時
開場 午後1時
全席指定 3,500円 チケット販売中 ※未就学児入場不可

主催: ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂 企画制作: ビトレミュージックオフィス/おーけすとら・ぴとれ座

まるちたいけんドーム

まるちたいけんドーム
大人のための
プラネタリウム
第3金曜

生解説 & ピアノライブ
星とピアノ~Night Sky Lounge~
3月15日(金) 開演 午後7時30分
(開場 午後7時20分)

今月の
ゲスト

KATSU 山崎 拓未

【料金】大人 500円 高校生 100円 【対象】高校生以上
【定員】170人 ※車いす2席 杖貸席の使用は不可
【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)

こども未来創造館

初心者
でもOK

5月開始分募集します!

あたちこくらぶ
デジタルミュージック部

タブレット端末などの
デジタル機器をつかって
作曲に挑戦してみよう!

5月中旬~7月上旬頃 (予定)

毎週水曜夕方

対象: 小学3年生~中学3年生
講師: 小澤 正澄

目指せ音楽系、
人気YouTuber!

音符が
よめなくても
OK

無料

※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。



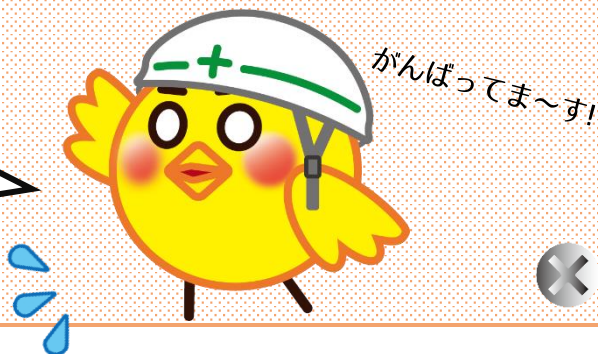
公式ホームページ

大規模改修工事のご案内

中央本町地域学習センター・やよい図書館は、令和5年9月1日から令和7年3月頃まで、大規模改修工事のために図書館・体育館・トレーニングルーム・学習室等、すべての施設を休館しています。

皆さまにはご不便おかけしますが、ご理解ご協力のほどお願い申し上げます。

5ページの「やよい INFORMATION」で、
工事中の建物の様子を詳しくご紹介して
います！ぜひチェックしてね～



オアシスはパソコンや
スマートフォンで読む
ことができます！



中央本町地域学習センターの
ホームページにアクセス！



下にスクロールすると
ミニコミのコーナーが
あります！



見やすい大きさに拡大
して見てね！

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。

足立区中央本町地域学習センター・体育館・やよい図書館

「オアシス」2024.3月号 vol. 425(毎月1日発行)

発行/中央本町地域学習センター・やよい図書館

発行所/〒121-0011

東京都足立区中央本町 3-15-1(現在工事中。仮事務所にて運営中)

中央本町地域学習センター

Tel : 03-3852-1431

Fax : 03-3852-1143

Mail : chuolcc-ys@zc.wakwak.com

やよい図書館

Tel : 03-3852-1433

※電話受付は午前9時～午後6時 平日のみ。

3/11(月)の電話受付は午後5時まで。

責任/ヤオキン商事株式会社

ここからアクセスできます！

中央本町地域学習センター
HP→



中央本町地域学習センター
SNS 情報はこちらから→

