

# コミュニケーション

## ほつか 色あそびコラボ展 2023

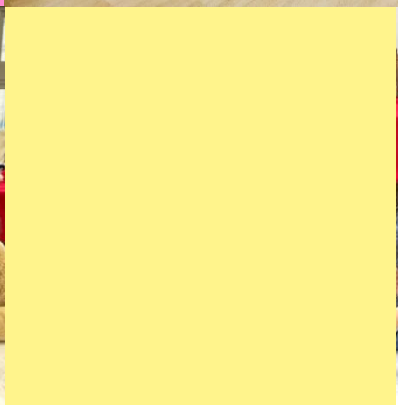
# 12

2023

12/23(土)▶27(水)

※写真は昨年度の様子

保塚地域学習センター  
キャラクター  
ほつかちよう



保塚図書館  
キャラクター  
Dr.ホツカ



アートでつながる街づくり

# ほっか色あそびコラボ展 2023

12/23(土)～27(水) 午前9時～午後5時(最終日は午後1時まで)

プシ・コラボ展 12/8(金)・9(土) 午前11時～午後4時(9日は午後3時まで)

※会場によって開催日時が異なりますのでご注意ください。

## 4会場でアート&ワークショップを開催!

今年で5回目を迎える地域みんなのアートワーク「ほっか色あそびコラボ展」。会場も期間も増え、多彩な作品に出会えるようになりました。個人で、仲間で、施設で作った作品展示のほか、ワークショップあり、移動販売ありのみんなで楽しめるアートイベントです。お誘いあわせのうえ、ぜひ会場に足をお運びください。

※詳しい内容は学習センター等に設置しているチラシをご覧ください。



### 1 六町ミュージアム・フローラ

(六町 2-5-35 2階ホール)

12/8(金) 午前11時～午後4時

12/9(土) 午前11時～午後3時

地域の方や子どもの絵画、工芸などの作品を展示します。



### 2 保塚地域学習センター(保塚町 7-16)

12/23(土)～27(水)

午前9時～午後5時(27日は午後1時まで)

・展示 12/23(土)～27(水)

・ワークショップ 12/23(土)～26(火)

※内容・時間はチラシ等をご覧ください

・移動販売 12/24(日)午前11時～午後3時

地域の方々の作品展示やものづくりを体験できるワークショップ、移動販売車もやってきます。



※写真は昨年度の様子

※イベントの日時・内容は、状況によって急遽中止、変更になる場合があります。ご了承をお願いいたします。

※お問い合わせは、保塚地域学習センター(03-3858-1502)へ

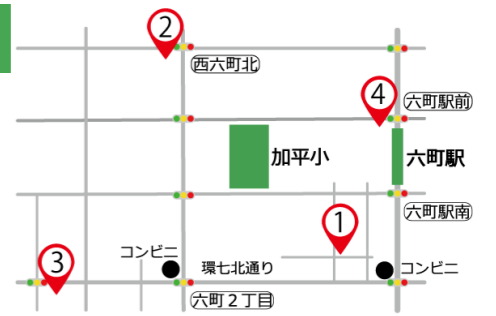
主催：ほっか色あそびコラボ展実行委員会

(一社)あだち子ども支援ネット/NPO 法人スマイル・エイジングパートナー/NPO 法人みなづき会 保木間作業所/メディス足立/足立区社会福祉協議会/足立区地域包括支援センターツ家/保塚地域学習センター

協力：足立成和信用金庫/六町駅前商店会 resk



色あそびコラボ展会場



### 3 NPO 法人スマイル・エイジングパートナー かどっこカフェ(一ツ家 2-4-3)

12/23(土)～25(月)

午前10時～午後3時(25日は午後1時まで)

・展示 12/23(土)～25(月)

・ゲームコーナー 12/23(土)・24(日)

中学生や地域の方の作品展示の他、子どものゲームコーナー(プレゼント付き)もあります。



### 4 六町駅前安全安心ステーション ろくまる(六町 4-1 1階ホール・3階防犯相談室)

12/23(土)～27(水)

開催時間は下記参照

・展示 23・24日	午前9時～午後3時
25・26日	午後1時～午後2時30分
27日	午前9時～午後1時

・ワークショップ 25日 午後1時～2時30分

地元の園児の作品展示とワークショップを行います。



※写真は昨年度の様子

## 六町ミュージアム・フローラ情報



コラボ展期間中、六町ミュージアム・フローラ1階展示室では、「春を待つ雪景色展」を開催しています。横山大観や伊東深水の日本画を始め、藤田嗣治・棟方志功などの春を感じさせる作品が並びます。ミュージアムツアーも開催しますので、ご来館をお待ちしております。

### 春を待つ雪景色展

開催日：2023.12/1(金)～2024.1/31(水) (休館日：日・月、12/24～1/15)

開催時間：午前11時～午後5時(入館は午後4時30分まで)

入館料：大人300円、学生・生徒200円、中学生以下無料(小学生以下保護者同伴)

### 学芸員と観る日本の美 冬のミュージアムツアー

日時：12/9(土)午後2時～3時

対象：16歳以上の方 定員：10名 費用：入館料250円のみ

※詳しくは保塚地域学習センターまでお問い合わせください(次のページ参照)。

# 講座情報 (11/26 (日) 受付開始)

申込方法 電話 03-3858-1502〔午前9時～午後8時〕

窓口〔午前9時～午後8時〕

講座予約システム(インターネット)〔24時間受付〕

https://www.city.adachi.tokyo.jp/ から「講座予約システム」と検索

※講座予約システムのみ初日は午後1時受付開始

※一部の講座はインターネットでの受付をしていません

## 親子・子ども向け

### 赤ちゃんの音あそび



【日時】12/19(火)  
午前10時～10時40分  
【対象】首がすわった3カ月～  
1歳未満の子どもと保護者  
【料金】700円

### 親子でドレミファリトミック



【日時】12/19(火)  
午前11時～11時40分  
【対象】1・2・3歳の子どもと保護者  
【料金】700円

### 乗ってわくわく 親子でできるバランスボール体操



【日時】1/14(日)  
午前10時30分～11時30分  
【対象】2～4歳の子どもと保護者  
【料金】600円

### じっくり太極拳(12日制)A・B



【日時】1/12～3/29の毎週金曜日  
A 午前9時10分～10時30分  
B 午前10時45分～午後0時15分  
【対象】A 初心者でおおむね40歳以上の方  
B 経験者でおおむね40歳以上の方  
【料金】6,720円

### 発音と単語から学ぼう ゼロから やり直す英会話(5日制)



【日時】1/12～3/22の第2・4金曜日  
(2/23を除く)  
午後7時15分～8時45分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】7,450円

### 三味線講座 中級編 (5日制)



【日時】1/13～3/9の第2・4土曜日  
午後7時15分～8時30分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】7,500円

## 大人向け

### 学芸員と観る日本の美 冬のミュージアムツアー



【日時】12/9(土)  
午後2時～3時  
【対象】16歳以上の方  
【料金】250円  
※会場は六町ミュージアム・フローラ

### 夜のゆったり初級ピラティス



【日時】12/13(水)  
午後7時30分～8時30分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】740円

### はつらつ教室



【日時】12/14(木)・28(木)  
午後1時30分～3時  
【対象】65歳以上の足立区民で、要介護  
要支援の認定を受けていない方  
【料金】無料

### 三味線講座 初級編(5日制)



【日時】1/20～3/16の第1・3土曜日  
午後7時15分～8時30分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】7,500円

### 楽しくゆるトレ教室



【日時】1/22(月)  
午後1時30分～2時30分  
【対象】おおむね50歳以上の方  
【料金】550円

### 太極拳からステップアップ 太極剣(つるぎ)クラス(5日制)



【日時】1/23・30、2/27、3/12・26  
いずれも火曜日  
午前10時～11時30分  
【対象】おおむね40歳以上の方  
【料金】3,050円

## 当日受付

### お肌しっとり ミツロウクリーム作り



【日時】12/18(月)  
午前10時30分～正午  
【対象】16歳以上の方  
【料金】2,190円

### ひめトレ@エクササイズ 骨盤アプローチで引き締め姿勢改善



【日時】1/10(水)  
午前10時30分～11時30分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】550円

### 一日頑張ったカラダを癒やす 夜のぐっすりヨガ



【日時】1/11(木)  
午後7時30分～8時30分  
【対象】16歳以上の方  
【料金】850円

### みんなの囲碁・ 将棋ひろば



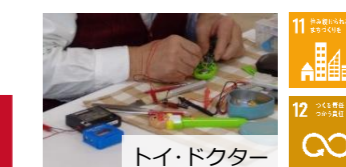
【日時】12/2(土)・16(土)  
午後1時30分～3時  
【対象】おおむね小学生以上の方  
【料金】無料  
※12/9に図書館入口で「囲碁体験会」を行います

### 見守り学習室



【日時】12/17(日)  
午前10時30分～正午  
【対象】小学生  
(中学生・高校生も可)  
【料金】無料

### 保塚おもちゃの病院



【日時】12/18(月)  
午後1時～3時30分  
【対象】どなたでも  
【料金】無料  
(場合により一部負担あり)

### 人権DVD上映会



【日時】12/20(水)  
午前10時～午後6時  
1時間毎に上映  
(各回とも内容は同じです)  
【対象】どなたでも  
【料金】無料

／ クリスマスも ／ 年末年始も ／

# 図書館でほっこり 冬 支度



今年もあっという間に年末ですね。クリスマスに年賀状と、慌ただしい年の瀬。そんな季節のイベントを楽しむヒントを図書館で発見！ クリスマスの飾りやケーキの作り方、年賀状の書き方

などを見直してみたら、今年はなんだかひと味違う冬になりそう…!? 紹介した本はすべて図書館で借りられます。暖かくしてお越しください。年末恒例「本の福袋イベント」もお見逃しなく😊

## クリスマスを楽しむ!

今年のクリスマス飾りはモザイクアートを作りませんか？ 余った箱や紙を刻んで、ツリーや雪だるまの形に切った台紙に貼って作ります。色の組み合わせを考えながら作ると楽しいですよ。さらに、ケーキは食パンで簡単手作り！ 食パンとクリームを重ねていちごを飾るだけなので、小さいお子さんにもピッタリです。クリスマスの準備はもうバッチリですね。



モザイクアートは12月1日から図書館に展示します。

- 参考にした本 ●  
『家政婦 mako の魔法の時短テクで簡単すぎるハレの日ごはん』  
mako 著 / エムディエヌコーポレーション  
『ミシンなしでかんたん! かわいい手芸 秋・冬』 C・R・K design 著 / 理論社

## 冷えに負けず温かく!

温かいものを食べても、お風呂に入っても、なかなか解消されない体の冷え。体を温めてくれる食材のパワーを取り入れて、健康的によい年を迎えましょう。

- 参考にした本 ●  
『おいしくカラダが温まる作りおきのしょうがレシピ』  
大庭英子 著  
成美堂出版



生春巻きのつけだれにおろししょうがを加えておいしさも栄養もアップ。

## 本の福袋 12月18日スタート!

年末年始におすすめの本を詰め合わせた福袋を貸出します。貸出カードをお持ちの方ならどなたでも借りられます。新刊コーナー横に展示している引換札を窓口にお持ちください。



過去の展示の様子です。

今年の福袋には年賀状作りに役立つ!? おまけのプレゼントつきです♪

冬の言葉をたくさん使ってみました!



## 年賀状を書く!

年賀状を出す人は年々少なくなっているようですが、やはりもらうとうれしいもの。手書きで作る方もパソコンやスマートフォンで作る方も、言葉の本をひらいて、まごころが伝わるメッセージを考えてみませんか。

- 参考にした本 ●  
『季節の言葉 4 冬の言葉』 青山由紀 監修 / 金の星社



## 12月のほつかとしょかんのイベント

- おはなし会 (4歳~小学生向け)  
12月3日 [日] 午後3時~  
12月17日 [日] 午後3時~  
冬を感じられるプログラムをお楽しみに!
- パパ・ママの運動あそび体験会 (就学前のお子様がいる保護者向け)  
12月16日 [土] ①午前11時~ ②午前11時30分~  
親子で楽しく身体を動かしましょう。
- あかちゃんおはなし会 (0~3歳向け)  
12月27日 [水] ①午前10時30分~ ②午前11時~  
事前申込制・12月2日から電話・窓口で申込受付開始  
定員各回9組。親子で憩いのひとときを過ごしませんか?
- 冬の工作会 (4歳~小学生向け)  
12月10日 [日] 午後3時~  
事前申込制・11月23日から電話・窓口で申込受付中  
定員15名。作った作品は持ち帰ることができます。  
工作会の前後に親子の運動あそびも行います♪
- スペシャルおはなし会 (4歳~小学生向け)  
12月24日 [日] 午後3時~  
英語おはなし会+スペシャルおはなし会です!  
おはなしを楽しむうちにABCと仲良くなれるよ♪



## 社会医療法人慈生会 等潤病院

9月に等潤病院の敷地内に新しくオープンをした「等潤メディカルプラザ」はご存知ですか？  
今回は、等潤メディカルプラザのフロアについて詳しく説明をします。



公式キャラクター  
ドクトルまーしい

こんにちは。社会医療法人慈生会等潤病院理事長・院長の伊藤雅史です。9月号では、私の慈生会16年の歩みを紹介しました。理念の「トータルヘルスケア」を閃いたのは着任3か月、これは元祖と自負しています。

さて、9月に等潤メディカルプラザがオープンしました。等潤病院の高度最新の医療を強化し、在宅医療から介護、健康増進までをシームレスに提供する医療介護の複合施設です。それぞれ特徴をご紹介します。



↑ 等潤メディカルプラザを車検場通りよりのぞむ

### 介護・住宅系 フロアガイド『等潤メディカルプラザ』

医療介護のサービスを継ぎ目なくシームレスに繋ぐ“慈生会の輪”を進化させる等潤メディカルプラザ。今月は、複合施設であるプラザのなかから、在宅医療、介護・住居サービスの機能をご案内します。施設の利用方法などの詳細は、患者サポートセンターにお問合せいただくか、ホームページをご覧ください。来月は、急性期医療・健康増進サービスをご案内します。等潤メディカルプラザ HP



#### 【1F】わくわく倶楽部等潤(デイサービス/介護)

健康維持を目的とし、学校式アクティビティをはじめ、本格シミュレーションゴルフやキッチンを備えた多機能空間で筋力維持や認知症予防に繋がります。



#### 【1F】いきいき倶楽部等潤(デイケア/介護)

身体機能向上を目指す運動に特化し、最新鋭マシンやレッドコードのある広々とした空間で、個々の状態に適したリハビリメニューを行います。



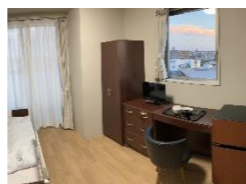
#### 【1F】等潤メディケア診療所(在宅医療)

通院が困難な利用者さまのお宅に医師が定期的に訪問して診療を行います。等潤病院と連携し、必要時受診や入院対応が可能です。



#### 【ホーム階/4F】やすらぎホーム常楽(有料老人ホーム/介護)

木質調デザインの居室には備え付けの家具家電があります。基本的な生活援助だけでなく、緊急時は隣接する等潤病院で対応します。プラザに併設する訪問介護や通所介護サービスを利用して快適に過ごすことができます。



# 12月 地域イベント情報

※催しの詳細や施設休館日は直接お問い合わせください。

## 児童館のお知らせ

平野児童館 03-3884-7765

●お正月飾り工作(児童部共催) ※小学生対象  
地域の方と一緒に作る特別な工作です。

【日時】16日(土)

①午後1時30分~2時30分

②午後2時30分~3時30分

【申込】事前受付。電話での受付は行いません。  
※申込期間は12/1(金)~実施前日まで。  
※受付時間は午前10時~午後5時まで。  
※人数制限あり。

保塚児童館 03-3858-1876

●①ピッコロらんど クリスマスパティー  
※0歳~就学前のお子様対象

サンタさんがやって来るよ。みんなでレッツパーティー!

●②クリスマス会 ※小学生以上対象

ゲームやお楽しみ抽選会もあります。

【日時】20日(水)

①午前10時30分~11時30分

②午後3時~4時

【申込】当日、直接お越しください。

花保児童館 03-3884-1229

●クリスマス会

※小中高生対象 就学前のお子様は保護者同伴

パネルシアターを楽しんで、ダンスパフォーマンスとみんながパフォーマーのハンドベル...プレゼントを運ぶサンタさんが花保児童館にやってきます!

【日時】22日(金)

午後2時~4時30分頃

【申込】当日、午後1時45分から窓口で受付開始。

南花畑児童館 03-3859-9868

●小学生クリスマス会 ※小学生対象

ゲームやビンゴで楽しめます。

【日時】23日(土)

午前10時~11時30分

【申込】窓口にて事前受付。電話での受付は行いません。

定員 30名(先着順)

※申込締切は実施前日まで。

定員になり次第締め切ります。

※緊急時に備えて「児童館利用票」の提出をお願いしています。ご協力ください。

## 生物園のお知らせ 03-3884-5577

▶HP



●ぬげがら展 ~1枚ぬいじやいました~

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】11月22日(水)~2024年3月17日(日)

【対象】どなたでも ※就学前のお子様は保護者同伴

【費用】無料(別途入園料)

【場所】1F 生きもの研究室



様々な生きものの脱皮について  
紹介します!



足立児童文化サークル  
「木の芽会」創作童話

## 「アルマジロのおばあさん」

文・絵 三井もとこ

のうさぎジニーは、がっこうのかえりみち、アルマジロのおばあさんのチェチェをみかけました。すっかり背中がまるまって、元気がなさそうです。

川の上の小さなはしをわたったとき、ビーバーのチャックのすがたがみえました。

「おーい、チャック。ねえ、アルマジロのチェチェをおぼえているだろう？ きょう、がっこうのかえりみちにみかけたんだ。ぜんぜん元気がなくてびっくりしたよ。あんなに元気がいい人だったのに」

すると、チャックがいました。

「おぼえているよ。チェチェの家にあそびにいったとき、キノコのスープをごちそうになった。おいしかったなあ。あれまた食べたいとおもっていたんだよ」

「ぼくもだよ。おいしかったよねえ。ミルクがはいつてトロツとしていて。あー、また食べたいなあ。うら山にいつてキノコをたくさん採ってきたら作ってくれるかなあ」



つぎの日、ジニーとチャックは、友だちをさそって大きなかごにいっぱいにキノコを採って、チェチェの家にむかいました。

チェチェは、たくさんのこどもたちがやってきたので、びっくりしました。みんな知っているかおのこどもたちです。

「キノコのスープを作ってください。ぼくたち、またチェチェのスープを食べたいんです」

「そうかい、そうかい。みんなわたしのスープをおぼえてくれたんだね。だけど、こしがいたくってねえ、大きななべをたなからおろせないんだよ」

という、みんなは、ぼくたちがつたうから、だいじょうぶ。といつてつたいはじめました。キノコとミルクのスープのいいかおりが、森じゅうにながれていきます。すると、チェチェが木のあなの家から大きなフライパンをもって出てきました。

ダ〜ン、ダ〜ン、ダ〜ン。

「さあ、さあ、チェチェのスープをのみたい人はだれでも、よつといで〜。おいしいスープができたよ〜」

アルマジロのおばあさんは、すっかりせなかをのぼして、元気にフライパンをたたいています。みんながスープをほおぼるようすを見て、ほんとにうれしそうでした。



こちらの用紙に記入、またはメールにて童話の感想をお待ちしております。  
用紙はキリトリ線で切り取ってセンター窓口にお渡しください。



保塚地域学習センター  
メールアドレス



※木の芽会の活動に興味のある方は、保塚地域学習センターまでお問い合わせください。

## 公共の交通機関

- つくばエクスプレス  
「六町駅」A3出口 徒歩 12分
- 東武伊勢崎線「竹ノ塚駅」東口より  
東武バス<綾 24・竹 17 系統>  
「花保小学校南」下車 徒歩 6分
- 東京メトロ千代田線「綾瀬駅」より  
東武バス<綾 24 系統>  
「都営住宅」下車 徒歩 8分

※当センターの駐車スペースは6台と大変少ないため、お越しの際には、公共の交通機関をご利用ください。  
地図上の **P** は近隣の有料駐車場です。



### 休館日

■保塚地域学習センター・図書館  
12月11日(月)  
12月29日(金)～1月3日(水)

12月28日と1月4日は【学習センター：受付午後5時まで】【図書館：午後5時閉館】です。

### 利用者懇談会

利用者懇談会とは？  
登録団体をメインとした施設利用者とセンターで、施設の利用などについて話し合う場です。

12月20日(水)



学習センター・  
図書館の  
耳寄り情報を  
発信しています。

▶HP



▶LINE



▶Instagram



▶Facebook



HOTSUKAGAKUSHU

各学習センターで、14センターすべての地域情報紙がご覧になれます。



Go For 90th → 100th



知ると分かる。  
すると変わる。

「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

