

よいしよ

-地域の心地よい居場しよ-

2023

9

No.329



「伊興写真サロン」ボランティア 清水正信さん 撮影
タイトル:「コスモスと青空」(2021年9月18日 荒川土手)

「伊興写真サロン」の詳細は3ページをご覧ください

私もこんな素敵な
写真が撮れるように
なれるかしら？




伊興地域学習センター
ゆるキャラ いごもさん



特集：子どもとちよいつと思い出作り！

おすすめフォトイベント

子どもと  っと思い出作り！

おすすめフォトイベント

親子でつくろう～スクラップブック～



日時：9月9日（土）
午後2時～2時30分
対象：4歳～小学生の子どもと保護者
定員：5組
申込：9月1日（金）より図書館の窓口または
電話（03-3857-8501）にて先着順



ちよいノートとセットのぬり絵

ちよいノートの
活用方法

- ・やりたいことリスト
- ・お勉強ノート
- ・日記帳
- etc.

ちよいノートとインスタントカメラを使ってスクラップブックを作ります。ちよいノートは参加者全員にプレゼント♪お子様との大切な思い出を素敵にデコレーションしましょう！

一眼カメラに
ステップアップ！

一眼カメラで 子どもをパシャリ！ カメラ&編集テクニック講座 ～スマホもOK～（2日制）

日時：9月24日（日） 午後1時30分～午後3時
10月1日（日） 午後1時～午後3時30分
対象：就学前の子どもと保護者
定員：5組
申込：8月26日（土）より先着順
※一日目は室内で撮影練習
二日目は公園で撮影会&画像加工テクニックの座学
※雨天時はスケジュール全体を延期、もしくは中止

サロンで
レベルアップ！

秋と言えば、読書にもスポーツにも文化活動にも最適な季節です。伊興センターではたくさんの講座やイベントを用意しております♪
中でも今回は、秋にちなんだ特別なちよいカル講座をピックアップしてご紹介します！



クラフトバンド工作 & スマホで子ども撮影テク



日時：9月10日（日） 午前10時～正午
対象：4歳～小学生と保護者
費用：500円
定員：24組
申込：当日10分前より先着順

子どもはかわいいクラフトバンド工作、保護者は撮影テクを学ぶわよ。撮影した写真を使ってスクラップブックを作っても素敵ね♪私のパーツも登場するわよ！

伊興写真サロン



日時：9月3日（日）、10月1日（日）
午前10時～正午
対象：16歳以上 定員：15名
申込：9月分は受付中、10月分は
8月26日（土）より先着順
撮影した写真をデータやプリントで見せ合って、情報交換や交流を楽しみます。

スポーツカーニバル 2023

10月9日（祝・月）
午前10時～午後3時

9月12日（火）より申込み開始

■親子でわんぱく体操

時間：午前10時～11時
対象：3歳～小学生と保護者
定員：20組
マットでくるりん！とび箱ジャンプ！みんなでダッシュ！親子で全身運動を楽しみませんか？

■大人の簡単体力測定

時間：午前11時～正午
対象：おおむね30歳以上
定員：20名
握力測定、長座体前屈、立ち幅跳びの計測等、大人になると機会がなくなる体力測定を『大人のために』開催します！

■親子ラクロス体験

時間：午後1時～2時
対象：小学生と保護者
定員：15組
ラケットを使ってボールを投げて、キャッチ、ゴールにシュート！親子で一緒にラクロスをプレイしてみませんか？



■親子バルシューレ体験

時間：午後2時～3時
対象：3歳～小学生と保護者
定員：20組
ドイツで生まれたボール遊び「バルシューレ」。いろいろなボールを使って体を動かしましょう。

講座案内

8月26日(土) 午前9時から
受付開始となる講座の一覧です。
窓口・電話にて先着順で受け付けます。

インターネット予約は
同日午後1時より右の
二次元コードから受付開始です。



- (橙色) : 大人向け (16歳以上の方)
- (水色) : 子ども・親子向け
- (緑色) : シニア向け
- (桃色) : どなたでも (就学前の子どもは保護者同伴)

楽しく踊ってストレス解消！ 夜の「ズンバ」



日時: 9月6日・13日・20日
いずれも水曜日
午後7時30分～8時30分
定員: 各40名 費用: 1回810円

日曜日にリフレッシュ 「ズンバ」エクササイズ



日時: 9月10日(日)・17日(日)
午後1時～2時
定員: 各40名 費用: 1回810円

新米講師チャレンジ講座 「日本舞踊で舞いトレ」



日時: 9月15日(金)、10月6日(金)
午前10時～11時15分
定員: 各8名 費用: 1回500円

新米講師チャレンジ相談会



日時: 9月17日(日)
午前10時～10時45分
午前11時～11時45分
定員: 各2名 費用: 無料

深い呼吸で無理なく楽しむ リラックスヨガ (ブックトーク付き)



日時: 9月24日(日)
午前10時～11時10分
定員: 12名 費用: 710円 (託児あり 1,210円)

週末に整える 疲れリセットヨガ



日時: 9月29日(金)
午後7時～8時
定員: 8名 費用: 710円

帯結びが楽になる 簡単クリップ着付け (8日制)

日時: 10月3日～12月5日
毎週火曜日
(10月17日、11月21日を除く)
午前10時30分～正午
対象: 16歳以上の女性
定員: 5名 費用: 4,900円

着付けができるようになったら...と思ったことはありませんか? 本講座では、クリップを使った帯結びの技法を学びます。通常のよりも楽に着物が着られます。全8回でじっくり習得しましょう。



前回の講座の様子

楽しくのびのび ストレッチボール (5日制)



日時: 10月5日～12月7日
第1・3木曜日
午後1時15分～2時15分
定員: 20名 費用: 2,800円

はじめての太極拳 (11日制)



日時: 10月10日～12月19日
毎週火曜日
午前9時15分～10時30分
定員: 20名 費用: 4,950円

続けて健康! 太極拳 (11日制)



日時: 10月10日～12月19日
毎週火曜日
午前10時45分～正午
定員: 20名 費用: 4,950円

美しい姿勢をつくる 大人の美バレエ初級 (7日制)



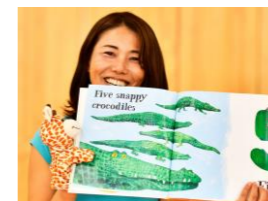
日時: 10月13日～12月1日
毎週金曜日 (11月3日を除く)
午後7時30分～8時45分
対象: 16歳以上の女性
定員: 10名 費用: 4,900円

i 伊興センターでは講師としてデビューしたい新米先生を応援しています。「新米講師チャレンジ講座」は、そんな講師を起用した講座です。

掲載している内容は、予告なく変更・中止になる場合があります。お申し込み時に最新情報をお確かめください。

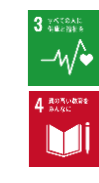
持 このマークが付いている講座は当日申込みで持ち物があります
・運動できる服装 ・室内シューズ
・蓋付きの飲み物 ・汗拭きタオル

新米講師チャレンジ講座 「親子で英語リズム体操」



日時: 9月11日(月)・25日(月)
午前10時～10時45分
対象: 1歳6カ月～3歳の子どもと保護者
定員: 5組 費用: 820円

にしいこう子どもひろば



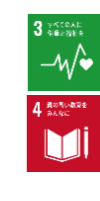
日時: 9月14日(木)
午後3時30分～5時30分
対象: 18歳以下の子ども
(就学前の子どもは保護者同伴)
定員: 10名 費用: 100円

レッツエンジョイ ファミリー体操



日時: 9月17日(日)
午前10時～11時
対象: 2・3歳の子どもと保護者
定員: 10組 費用: 800円

親子でリラックス ベビーマッサージ



日時: 10月5日(木)・17日(火)
午前10時30分～11時45分
対象: 2カ月～1歳未満の子どもと保護者
定員: 各6組 費用: 1回1,100円

はつらつ教室 B: 運動90分 C: 運動45分 +栄養学45分



日時: B: 9月7日(木)・C: 21日(木)
午前10時～11時30分
対象: 区内在住の65歳以上で介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方
定員: 各30名 費用: 無料

気軽にできる元気体操



日時: 9月25日(月)
午後1時30分～3時
対象: おおむね65歳以上の方
定員: 20名 費用: 470円

おしゃべり歌声体操



日時: 9月26日(火)、
10月10日(火)
午後1時15分～2時45分
対象: 50歳以上の方
定員: 各20名 費用: 1回550円

いきいき体操 (11日制)



日時: 10月4日～12月20日
毎週水曜日 (12月13日を除く)
午後1時30分～3時
対象: おおむね60歳以上の方
定員: 55名 費用: 5,170円

伊興おもちゃの病院



日時: 9月9日(土)
午後1時～4時
(受付は午後3時30分まで)
定員: 15名 費用: 無料

人権啓発DVD上映会



日時: 9月17日(日)
1) 午前11時～ 2) 午後2時～
3) 午後7時～
定員: 各5名 費用: 無料

楽しい折り紙ひろば



日時: 9月24日(日)
午後2時～3時30分
定員: 20名 費用: 無料

オススメ講座

認知症サポーター養成講座

日時：9月16日(土)
午前10時～11時30分
定員：10名
費用：無料
対象：16歳以上の方
講師：室井晶子
(小規模多機能居宅介護「ほほえみのいえ」
主任介護支援専門員)



皆さんは「オレンジリング」をご存じですか？認知症の方やその家族を温かく見守る認知症サポーターの印です。65歳以上の5人に1人になるといわれている「認知症」、正しい知識と理解を深めましょう。



イメージ写真

ボディメイクフィットネス (1日制)

日時：10月4日～12月13日
毎週水曜日
午前10時～11時30分
定員：55名
費用：5,170円
対象：16歳以上の方
講師：荒木美絵子
(ビーシャイニングジム代表)



スポーツの秋、楽しく汗をかきませんか？ストレッチやリズム体操などで楽しく体を動かしつつ、筋トレの要素もあるので、全身の体づくりにつながります。



イメージ写真

おしゃべり読書カフェ

日時：10月4日(水)
午前10時30分～正午
定員：8名
費用：300円
対象：16歳以上の方
講師：内藤香代子
(自家焙煎コーヒー豆 はにわ屋)



図書館職員が毎月変わるテーマでおすすめ本を紹介し、参加者もテーマに沿った自分の好きな本を紹介します。10月のテーマは「映画」です。コーヒー豆挽き売り店「はにわ屋」さんのコーヒーを飲みながら、楽しくおしゃべりしませんか？



昨年度開催時の様子

大人のためのフルートとピアノのコンサート

日時：10月12日(木)
午前11時～11時40分
定員：50名
費用：300円
対象：中学生以上
講師：寶田史(フルート奏者)、
鳥居幸恵(ピアノ奏者)



クラシック曲を含め、誰もが一度は聴いたことのある有名な楽曲を中心に演奏します。普段あまり耳にしないフルートとピアノの音色を生で聞ける機会です。ぜひお越しください。



昨年度開催時の様子

図書館だより

TEL：03-3857-8501 (午前9時～午後8時)

伊興図書館へ
いこう！

伊興図書館
マスコットキャラクター
いこうもり



- (緑色)：乳幼児と保護者向け
- (青色)：幼児～小学生向け
- (橙色)：大人向け (16歳以上の方)

イベント情報

図書館が行う今月の催しです。

図書館でぷち体操



日時：9月7日(木)
午前11時40分～正午
会場：1階「児童コーナー 絵本の場所」
定員：3組(当日10分前から整理券を配布)
乳幼児と一緒にできる簡単な体操を講師の先生と行います。



おやこおはなし会



日時：9月14日(木)
午前10時30分～10時50分
会場：2階「教養室」 定員：8組
0～3歳の乳幼児と保護者が対象です。
絵本の読み語りやパネルシアター、お家でも楽しむことができる手遊びなどを行います。

おやこおはなし会+ストレッチ



日時：9月28日(木)
午前10時30分～11時
会場：3階「レクリエーションホール」
定員：10組
0～3歳の乳幼児と保護者が対象です。
絵本の読み語りや、お家でも楽しむことができる手遊び、簡単なストレッチを行います。



おはなし会



日時：9月13日(水)・27日(水)
午後3時30分～4時
会場：1階「児童コーナー 絵本の場所」
絵本や紙芝居などの読み語りをを行います。
季節の絵本や科学絵本など、幅広い作品をお楽しみください。

英語おはなし会



日時：9月16日(土)
午後3時30分～4時
会場：1階「児童コーナー 絵本の場所」
英語絵本の読み語りやパネルシアターなどを行います。
初めて英語に触れる子も英語に馴染みのある子も、みんなで言葉のリズムに合わせて遊びましょう。

大人のためのおはなし会



日時：9月1日(金)
午後2時～3時30分
会場：2階「第2学習室」 定員：10名
大人向けの朗読や紙芝居、絵本などの読み語りを聞くおはなし会です。
プログラムはFacebookまたは館内チラシをご覧ください。



職員の新刊だよ

伊興図書館の職員が、新しく所蔵した本の中から特に面白かった本を紹介するコーナーです。



一般
図書

『一人暮らし 自分の時間を楽しむ。』

曾野綾子／著
興陽館／発行

この本の冒頭で、作者はこう述べている。「1人暮らしの年寄りのよさは、緊張にある。誰も助けてくれない」と。世間で、認知症や老々介護など数多の問題が浮き彫りになる一方で、“自分時間を楽しむ=疾病予防”と言わんばかりに、はつらつと1人暮らしを満喫する作者の痛快なエッセイ作品です。

一般
図書

『5A73』

詠坂雄二／著・文
光文社／発行

関連性不明の4件の不審死の共通項は身体に残された「罪」の幽霊文字。刑事たちは文字の解読に難航するが、その最中、5人目の死者が出て…。この謎が解けた時、最後に浮かび上がってくる真相とは？数々のメディアで特集され大反響となっている本作。ぜひチェックしてみてください。



一般
図書

『成瀬は天下を取りに行く』

宮島未奈／著・文
新潮社／発行

島崎みゆきは、成瀬と同じマンションに住む自称凡人。成瀬を見守るのが己の務めと考え、幼稚園に通う頃から成瀬あかり史の大部分を傍で見てきた。そして中2の夏、成瀬がまた変なことを言い出した。「島崎、わたしはこの夏を西武に捧げようと思う」かつてない最高の主人公！あなたも成瀬あかり史の証人になりませんか？

今月のおすすめ

今月イチオシの図書館イベントです。

親子でハロウィンお絵かきおはなし会

日時：10月8日（日）
午前10時～11時30分

対象：4歳～小学生と保護者

費用：無料

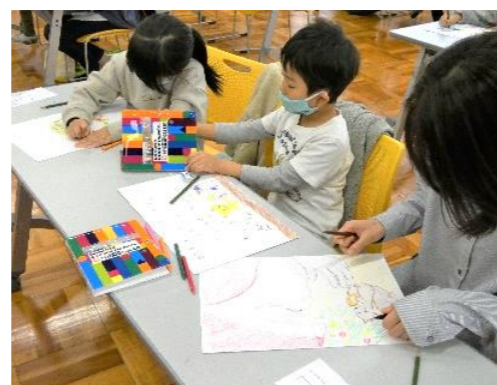
定員：10組

会場：3階「レクリエーションホール」

申込：8月26日（土）より先着順で受付開始

伊興地域学習センター窓口・電話は午前9時から、インターネットは午後1時から。

ハロウィンにぴったりの絵本の読み語りを聞いて、気に入った場面やその後の話を想像して親子で一緒に絵を描こう！完成した作品は2階「伊興みんなのギャラリー」に展示します。



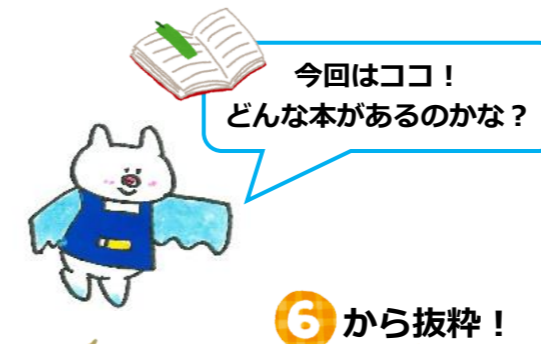
知っトク情報

知っている、伊興図書館をもっと便利に使える情報をお伝えします！

第5回

伊興図書館 本棚案内

読みたい本をすぐに探せるように、いこうもりが本棚を案内します。

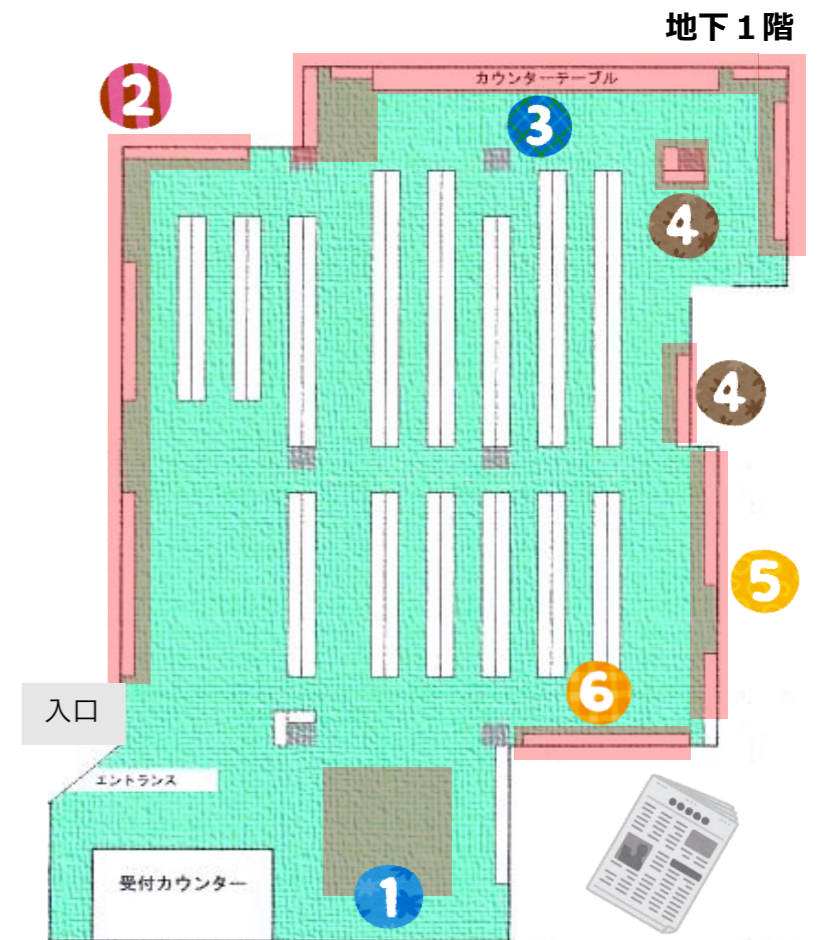


『かがみの孤城』
辻村深月／著・文
ポプラ社／発行



中学生の安西ころは、いじめが原因でふさぎ込んでしまう。不登校の日々が続く中、ある日突然部屋の鏡が光りだした。不思議に思って手を伸ばすと、鏡の中に吸い込まれてしまう。気が付くとそこは城の中。同年代の少年少女6人と、狼の面をした少女がいて！？昨年、映画化された感動作をぜひ！

#本屋大賞受賞 #いこうもりのおすすめ本



1 「雑誌」

現在、159種の雑誌を取り揃えています。
(児童向けの雑誌は1階です)

2 「文庫」

持ち運びやすい文庫サイズの本が並ぶ棚です。請求記号(数字)順・著者順で並びます。

3 「参考図書」

広辞苑、英和辞典などの学習や日常生活の手助けとなる本を集めています。

4 「白書・住宅地図」 「行政資料」

ゼンリン地図・読売新聞縮刷版や、足立区及び東京都の報告書等の政府刊行物が並びます。

5 「大型図書」

大型本を取り揃えた棚です。古地図や骨董品全集など歴史のある本も多く並びます。

6 「特色コーナー」

過去の文学賞や本屋大賞作品・書評に載った本・外国語図書等を置いています。

豆知識

* 雑誌の最新号は借りることができません。バックナンバーは貸出可能です。

住区センター情報

伊興住区センター (伊興5-22-13)
TEL: 03-3855-2707
休館: 9月3・10・11・17・18・23・24日

悠々館☆つくし会健康広場

「自分の身体を知ろう」
日時: 9月29日(金) 午後1時~3時
内容: 等潤病院の理学療法士を招いて、血管年齢測定とフレイル体操を行います。

児童館☆子どもの未来応援事業

「災害に備える」
日程: 9月9日(土)
①午後1時30分~2時30分
②午後2時45分~3時45分
対象: ①小学1・2年生 ②小学3年生~中学生
内容: 手作り防災グッズ「新聞紙で作るスリッパ」や非常食を作って食べてみましょう。

東伊興住区センター (東伊興1-5-22)
TEL: 03-3899-8531
休館: 9月3・10・17・18・23・24・25日

悠々館☆敬老演芸大会

日時: 9月16日(土) 午前10時~午後3時
内容: 民舞など各教室の出演者が、踊りやカラオケなどを披露します。どなたでも観覧いただけます。

児童館☆工作の日

「ペットボトル水族館を作ろう」
日時: ①9月20日(水)、②9月21日(木)
午後2時~4時
内容: ペットボトルにおもちゃの金魚と水を入れて水族館を作ります。

東伊興生活館

(東伊興3-23-6)
TEL: 03-3897-2225
休館: 9月3・10・11・17・18・23・24日

児童館☆ほっとタイム

日時: 9月1日(金) 午前10時30分~11時30分
対象: 乳幼児と保護者
内容: 赤ちゃんを囲んで、保護者同士で楽しくおしゃべりをします。

児童館☆工作「紙皿アーチェリー」

日時: ①9月13日(水)、②9月14日(木)
午後2時~4時
内容: 紙皿とストローでアーチェリーを作ります。

※悠々館イベントで対象者欄がないものは60歳以上の方、児童館イベントは小学生対象となります。

※費用欄がないものは無料となります。

※イベントの詳細は各センターにお問い合わせください。

西新井住区センター (西新井7-19-6)
TEL: 03-3854-1527
休館: 9月3・10・17・18・23・24・25日

悠々館☆防災訓練

日時: 9月4日(月) 午後4時~5時
内容: 館内にいる方全員で避難訓練をします。

児童館☆工作「スライム」

日時: ①9月19日(火)、②9月20日(水)
午後2時30分~3時30分
内容: 不思議で面白い「スライム」を作ります。

栗原北住区センター (栗原4-19-15)
TEL: 03-3899-8761
休館: 2023年9月~2024年3月まで

改修工事のため 2023年9月から
2024年3月(予定)まで休館となります。

西伊興住区センター (西伊興1-12-12)
TEL: 03-3896-7362
休館: 9月3・10・11・17・18・23・24日

悠々館☆住区 de 団らん

日時: 9月25日(月) 午後3時30分~5時
定員: 12名
内容: ゲームや工作、歌などを予定しています。何をするかは当日のお楽しみです。9月12日より先着順で受付を開始します。

児童館☆ベビーダンス

日時: 9月21日(木) 午前11時~11時45分
対象: 首が据わった乳幼児と保護者
内容: お子さんとのふれあい遊びや、保護者の骨盤・関節ストレッチを行います。その後、赤ちゃんを抱っこして心地良いリズムに合わせたステップを楽しみます。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、掲載している情報が変更、イベントが中止になる場合があります。お出かけ前にお電話等で最新情報をご確認ください。

クイズdeよいしょ

みんなが かんがえてくれた
オリジナルのクイズを のせています。

Q1
キリンは なんて
なくでしょう。
(まおぴーさん)



**クイズ
だいぼしゅう!**

Q2
おりひめと よばれる ほしは
なんでしょう。
(めいめいさん)



Q3
こうえんで かくれんぼをしています。
おには さんにんみつけ、そのあと
また さんにんみつけました。
かくれんぼしていたのは なんにん?
(つなちゃんさん)



・どうこうように クイズをかいて ポストに 入れてね。
よしと ポストは 1かいの カウンターの ちかくに あるよ。
・クイズが のったひとは 9がつ30にちまでに けいひんを とりきてね。

9月3日(水)~9月9日(土)

西新井消防署より

9月9日は
救急の日



9月3日~9月9日
救急医療週間



病院へ行く?救急車を呼ぶ?迷ったら...

#7119

☎電話で相談 東京消防庁救急相談センター
🌐ネットでガイド 東京都救急受診ガイド

こちらからも 23区 03-3212-2323
つながります 多摩地区 042-521-2323

東京消防庁救急相談センター 東京都医師会
東京都福祉保健局

急な病気やケガで

「今すぐ病院に行く?」「救急車を呼ぶ?」
など迷った際には

#7119 (東京消防庁救急相談センター)

に電話しましょう!

救急相談医療チーム(医師、看護師等の職員)が、
医療機関案内と救急相談に24時間・年中無休で
対応しています。

西新井消防署ホームページ

西新井消防署 検索



災害状況・救急・家具類の
転倒、落下防止対策など、
皆さまの「役立つ情報」を
随時更新しています。ぜひ、
ご活用ください。

センター周辺地図



【伊興センターへのアクセス】

★バスでお越しの場合

◇東武バス

東武スカイツリーライン「西新井駅」西口発

①西03「流通センター」行 乗車

②西04「竹の塚車庫」行 乗車

→「西新井消防署前」下車3分

◇足立コミュニティバス

東武スカイツリーライン「西新井駅」西口発

または 日暮里・舎人ライナー「見沼代親水公園駅」西口発

「はるかぜ3号(西新井・舎人線)」に乗車

→「伊興地域学習センター東」下車3分

※いずれも本数が少ないのでご確認のうえ
ご来館ください

★徒歩でお越しの場合

「竹ノ塚駅」西口より、徒歩15分

お友だちになってね



公式ホームページ

伊興 笑顔

検索



「笑顔のかけはし 伊興センター」

全館休館日：9月19日(火)・10月16日(月)

図書館休館日：9月29日(金)・10月31日(火)

「美しいまち」は「安全なまち」



よいしょ 2023年9月号/No.329

2023年8月25日 発行

編集：よいしょ編集部

発行：指定管理者

株式会社グランディオサービス

発行所：伊興地域学習センター

足立区伊興2-4-22

TEL：03-3857-6537

FAX：03-3853-0429

MAIL：ikou@grandio.co.jp

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