

# さくら草

10

Oct. 2023

No.312

## 新田稻荷神社 大祭

10/7 (土)

午後1時 宮出し 神輿・山車渡御  
夕方6時頃 夜店各種 奉納演芸・津軽三味線

10/8 (日)

午前9時 宮出し 神輿・山車渡御



新田稻荷神社 (新田 1-18-2)

## 「もしも」に備える防災対策

関連ページ 8-9

P2 秋のちよい講座

P3~5 講座情報

P6-7 図書館だより「ほんはともだち」

P8-9 防災特集

P10 施設情報

P11 新田わくわく♡水辺広場だより

P12 新田センターまでのアクセス

# 秋の



# 講座

新田センターでは12月まで「ちよいスポ」「ちよいカル」「ちよい読み」キャンペーンを実施しています。子育て世代のパパ・ママの皆さま、お気軽にご参加ください。



申し込み開始は9月26日（火）です。「ポッチャ」のみ当日受け付け。詳しくは3～5ページをご覧ください。

## パラスポーツ「ポッチャ」を体験しよう

10/8（日）  
午前10時～正午



パラリンピック競技種目にも指定されている「ポッチャ」のルールや競技方法を学びながら、実際にゲームをおこないます。

## 殺陣エクササイズ 武士の心得を学ぶ

10/22（日）  
午前10時30分～正午



刀の基本的な扱い方から、立ち回りや所作まで、日本の伝統文化殺陣の武心を指導します。

## 北区豊島エリア 昔話めぐり

10/29（日）  
午前9時30分～正午



北区豊島エリアの堀跡や神社をめぐります。語り部が訪れた地にまつわる昔話を伝え、観光ボランティアが解説します。

## 気楽にのびのびヨガ（3日制）

11/1（水）・8（水）・15（水）  
午後7時～8時



お勤めしている方でも参加しやすい夜間の時間帯でヨガを開催します。

## 新田わくわく水辺広場でメダカの放流と自然観察ウォーキング

11/3（祝）  
午前9時30分～正午



新田自然保護の会の案内で、新田わくわく水辺広場の自然散策とめだかの放流を行います。

## 気楽にすっきり朝ヨガ（2日制）

11/14（火）・28（火）  
午前10時30分～11時30分



午前中の清々しい時間帯に気楽にヨガを体験しましょう。

# 9月26日（火）より受け付け開始の講座

受け付け初日の午前9時～午後1時は、新田地域学習センターの窓口または電話でのみ受け付けいたします。

インターネットで申し込む場合は、9月26日（火）の午後1時からとなります。

○写真やイラストはサンプルまたはイメージです  
○開催日時順の掲載です

日時🕒 費用💰 対象👤 定員👥



マークのある講座は、新田センターで実施のちよいスポ・ちよいカル・ちよい読みプログラムです。

## 一般

### 向け講座

#### 12 パン教室 マロンクラウン

🕒 10/13（金）  
午前10時～午後1時  
💰 1,770円（教材費・保険料込）  
👤 16歳以上の方  
👥 8人



#### 4 上級救命講習

🕒 10/15（日）  
午前9時～午後5時  
💰 2,800円（教材費込）  
👤 16歳以上の方  
👥 10人



#### はつらつ教室

🕒 10/17（火）・24（火）  
午後1時30分～3時  
💰 無料  
👤 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足立区民の方  
👥 各20人  
○10/17は体操45分＋栄養講座45分、  
10/24は体操45分＋口腔衛生講座45分



#### 12 中級パン教室 メープルバターツOPP

🕒 10/19（木）  
午前10時～午後1時  
💰 2,265円（教材費・保険料込）  
👤 16歳以上でパン作りの経験がある方  
👥 8人



#### 殺陣エクササイズ 武士の心得を学ぶ

🕒 10/22（日）  
午前10時30分～正午  
💰 1,660円（中学生以下1,110円）  
👤 小学生以上の方  
（小学生は保護者同伴）  
👥 10人



**12** 季節の花で  
フラワーアレンジメントを  
楽しみましょう

🕒 10/23 (月)  
午後 1 時 30 分～3 時

💰 3,150 円 (教材費込)

👤 16 歳以上の方

👥 10 人



**12** パティシエが教える  
パンプキンティラミス

🕒 10/24 (火)  
午後 1 時 30 分～4 時

💰 3,390 円 (教材費込)

👤 16 歳以上の方

👥 8 人



**12** タイ料理  
鶏肉のグリーンカレーと  
春雨のサラダなど

🕒 10/27 (金)  
午前 10 時 30 分  
～午後 1 時 30 分

💰 1,870 円 (教材費込)

👤 16 歳以上の方

👥 12 人



**4** 認知症サポーター養成講座

🕒 10/28 (土)  
午前 10 時～11 時 30 分

💰 無料

👤 16 歳以上の方

👥 15 人



**3** 気楽にのびのびヨガ  
<3 日制>

🕒 11/1 (水)・8 (水)・  
15 (水)  
午後 7 時～8 時

💰 1,845 円 (保険料込)

👤 16 歳以上の女性

👥 15 人



**3** 元気いきいき体操  
<7 日制>

🕒 11/2～12/21 毎週木曜日  
(11/23 を除く)  
午後 1 時 30 分～3 時

💰 3,920 円 (保険料込)

👤 おおむね 60 歳以上の方

👥 25 人



**3** 簡単瞑想法  
集中力をアップする  
マインドフルネス

🕒 11/3 (祝)  
午後 5 時 30 分～6 時 30 分

💰 880 円

👤 16 歳以上の方

👥 12 人



**3** 気楽にすっきり朝ヨガ  
<2 日制>

🕒 11/14 (火)・28 (火)  
午前 10 時 30 分～11 時 30 分

💰 1,230 円 (保険料込)

👤 16 歳以上の女性

👥 15 人



## こども 親子 向け講座

**4** 北区豊島エリア昔話めぐり

🕒 10/29 (日)  
午前 9 時 30 分～正午

💰 200 円  
(保険料込、交通費は実費)

👤 小学生と保護者

👥 10 組



**3** 新田わくわく水辺広場で  
メダカの放流と  
自然観察ウォーキング

🕒 11/3 (祝)  
午前 9 時 30 分～正午

💰 100 円 (保険料込)

👤 小学生と保護者

👥 10 組



## 当日受け付けの 講座

事前申し込みは  
必要ありません。  
当日窓口にお越し  
ください。

**4** 囲碁・将棋サロン

🕒 10/2～30 毎週日・月曜日  
(10/1 を除く)

🕒 午前 10 時～午後 4 時

💰 無料

👤 どなたでも

👥 各 12 人

📅 ○日曜日はブックトークあり



**4** あそびのひろば

🕒 10/7 (土)・8 (日)・  
9 (祝)  
午前 9 時～午後 5 時

💰 無料

👤 どなたでも

👥 各 20 人



**3** パラスポーツ「ボッチャ」  
を体験しよう

🕒 10/8 (日)  
午前 10 時～正午

💰 無料

👤 どなたでも  
(小学 3 年生以下は保護者同伴)

👥 12 人



パラリンピック競技種目にも  
指定されている「ボッチャ」  
の体験会です。気軽にご  
参加ください。

**3** はじいて遊ぼう  
おはじきサッカー体験会

🕒 10/15 (日)  
午後 2 時～3 時

💰 無料

👤 どなたでも

👥 12 人



**10** 人権DVD上映会

🕒 10/20 (金)  
①午前 10 時～  
②午後 2 時～  
③午後 6 時～

💰 無料

👤 どなたでも

👥 各 20 人



**3** 新田うたごえひろば

🕒 10/21 (土)  
午後 1 時～3 時

💰 300 円

👤 どなたでも

👥 30 人



**12** 新田おもちゃの病院

🕒 10/28 (土)  
午後 1 時～3 時 30 分

💰 無料  
(別途修理費がかかる場合あり)

👤 どなたでも

👥 20 人

📅 ○入院の場合、お渡しは後日になります



人にやさしい  
 身近な図書館

新田コミュニティ図書館スローガン

今月のおすすめ

**ハロウィンおはなし会**



ハロウィンに関する絵本の読み語り・紹介の後にリサイクルできる材料で作ったお菓子を選んで、オリジナルのお菓子バッグを作ろう！

🕒 10/28 (土) 午後 2 時 ~ 2 時 30 分

👤 幼児～小学生と保護者

👥 5 組

📍 新田地域学習センター 教養室

お申し込みは不要です。直接、会場にお越しください。



上の写真左側のお菓子バッグを作ります。自分で作ったバッグに写真右側の好きなお菓子を選んで詰められます。

**秋・冬のブックラリー2023**

今回のブックラリーは、「しんたくんとおかしやさんのおてつだい」です。しんたくんたちは、お友達のお菓子屋さんのお手伝いをするようになったみたいです。

本を1冊借りると、スタンプを1つ押してもらえます。12個貯めて、プレゼントを手に入れましょう♪

ブックラリーは10/16(月)から始まります。しんたくんたちがお菓子屋さんでどんなことをするのかは、始まってからの楽しみ。ぜひ挑戦してみてくださいね！



しんたくん

**10月の催しもの**

おやおはなし会+  
 簡単な体操



ミニおはなし会

10/18 (水) 毎月第3水曜日  
 午前10時30分～11時

毎週土曜日  
 午後2時～2時30分

👤 3歳までの子どもと  
 保護者

👤 幼児～小学生  
 児童コーナー

📍 新田地域学習センター  
 レクホール

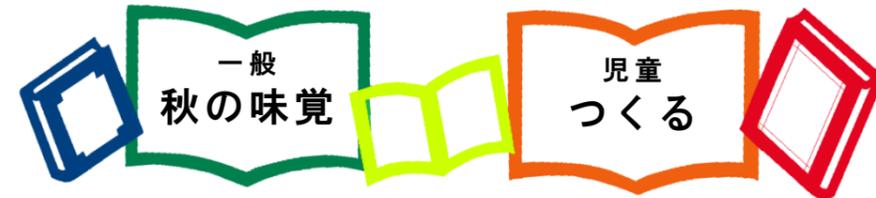
**10月の休館日**

特別整理期間等  
 10日(火)～15日(日)  
 月末休館日  
 31日(火)



**今月の特集棚**

月替わりのテーマで特集展示を行っています。ぜひ毎月チェックしてくださいね。

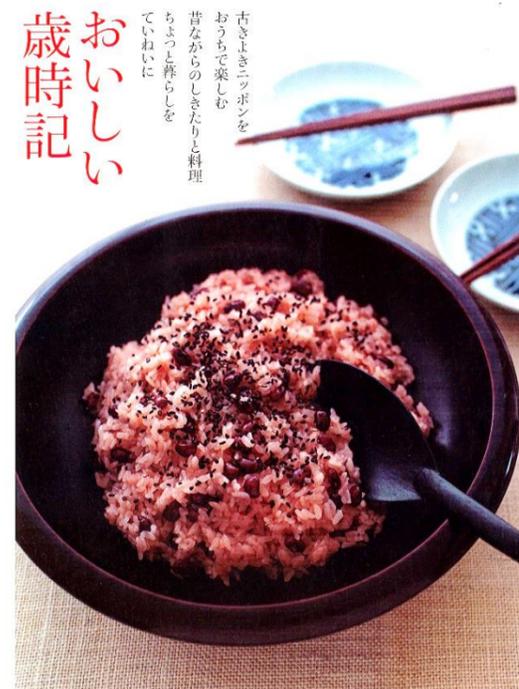


**本のさんぽみち**

第12回「行事食の本」

「ちょっと読んでみようかな？」おさんぽ気分轻轻松松に読める♪司書が選ぶおすすめ本の紹介コーナーです。

ジャンルタグ: 食 文化 レシピ 家庭



おいしい  
 歳時記

古きよきニッポンを  
 おうちで楽しむ  
 昔ながらのしきたりと料理  
 ちよつと暮らしを  
 ていねいに

『おいしい歳時記』  
 オレンジページ  
 2014年出版

【オレンジページ 紹介文】

昔ながらの行事食を、オレンジページならではの作りやすいレシピでお届けします。月ごとの行事やしきたり、その由来や成り立ちもあわせて紹介。

【一般担当より】

忙しい日々を過ごしていると、時間が急速に流れていくように感じられます。時には日本の行事やしきたりにふれて昔ながらの料理やお菓子を作り味わうことで、日本の風情を感じる、ゆったりとしたひとときをお過ごしになってみてくださいね。

これからの季節には、いも煮やバター焼きいもを作って、家族みんなで食べるのもいいわね♪



しんたくんのお母さん「みかんさん」

キリトリ

**こどものクイズ**

★9月号のこたえ「②ニンニク」  
 ☆今月号のこたえは11月号をみてね♪

もんだい 『おもをどうぞ!』柴野民三/原作 を読んでみよう!

うさぎさんが たぬきさんから もらった おいもは、  
 いくつ だったかな?

- ① 9つ
- ② 6つ
- ③ 4つ

みぎのしかくのなかに こたえをかいてカウンターまでもってきてね。せいかいのスタンプを3つためて、プレゼントをもらおう!



10月号クイズのこたえ

「もしも」  
に備える

# 防災対策

今年が関東大震災発生から 100 年となります。また、毎年 10 月 13 日は国際防災デーです。近年は台風や豪雨、地震など自然災害が多く発生しています。「もしも」の時に備えて日頃から災害への備えをしておきましょう。

## 足立区災害ポータルサイト & 防災アプリ

- ・避難所の開設混雑状況をリアルタイムで知ることができる。
  - ・非常時の情報をプッシュ通知でお知らせ
  - ・GPS 機能により、地図で現在位置、避難所の位置などを確認できる。
  - ・各種ハザードマップや防災マップ搭載。
- 下記 URL または右の二次元コードからご覧いただけます  
<https://bosai.city.adachi.tokyo.jp/>



このアイコンが目印！



※画像はイメージです



iPhone



Android

## あだち防災マップ & ガイド

地震時の避難行動の流れや避難所でのルール、避難場所や避難所などを記した地図など、地震への備えに役立つ様々な情報を掲載。  
○足立区ホームページからご覧いただけます  
[あだち防災マップ&ガイド](#)で検索



## 足立区洪水・内水・高潮ハザードマップ

大雨で河川が氾濫した場合などの水害リスクや避難に関する情報をまとめており、日頃の備えや水害時の避難の際に活用されることを目的としている。  
○足立区ホームページからご覧いただけます  
[足立区 ハザードマップ](#)で検索



## 家庭での災害対策～ローリングストック～



パックご飯、即席麺、レトルト食品、缶詰、水など、保存できる食品を多めに買う



古いものから順に使っていく



使った分は補充する  
ストックの量が3日分を下回る前に食品を買い足す

いざという時に備え、食料や飲料水は最低3日分、できれば7日分以上の備蓄をしましょう。食料は特別な保存食を備蓄する必要はありません。日常使う食品を多めに用意して、使いまわしながらいざという時のために備える方法を「ローリングストック」といいます。

### 各自、3日分の水・食料を備えましょう

☆ 1人3日分の例 ☆

主食・主菜 副菜をそろえましょう！

☆ シリアルも便利！

主食：おにぎり、お粥、缶パン、缶うどん

主菜：レトルトカレー、缶水餃子、缶水餃子

副菜：野菜スープ、トマト缶、乾燥野菜、カットわかめ、カップスープ

水9ℓ

菓子・果物：ポッキー、7-11、お菓子



## 新田センターの防災関連講座

### 4 上級救命講習

- 10/15 (日)
- 午前 9 時～午後 5 時
- 2,800 円 (教材費)
- 16 歳以上の方
- 10 人



### 4 災害ボランティア養成講座 災害時の食の備え (調理・試食あり)

- 11/14 (火)
- 午前 10 時 30 分～午後 0 時 30 分
- 300 円 (教材費込)
- どなたでも
- 16 人

○10/26 (木) より受け付け開始

# 施設情報

日時 対象 定員 場所

## 地域包括支援センター新田

### ひだまりカフェ

**10/21 (土)**  
午後 2 時～3 時  
 地域包括支援センター新田

- もの忘れが気になる方や介護されているご家族を対象に、脳トレや軽いストレッチを行います
- 飲み物はご持参ください
- マスク着用にてご参加ください
- コロナ感染状況によって中止になる場合があります



新田 3-4-10 新田三丁目バス停前  
■お問い合わせ  
電話 03-3927-7288 FAX 03-3927-7289



地域包括支援センター（ホウカツ）は、65 歳からの健康や介護に関するさまざまな相談を受け付ける窓口です。早めの相談、早めの対応で、住みなれた地域で元気に過ごす時間を長くすることができます。相談窓口だけではなく、地域を回り、ご自宅へも伺いますので、悩みの大きさに関わらずご相談ください。

## 新田住区センター

■お問い合わせ  
電話・FAX 03-3912-3421

### 児童館からのお知らせ

#### ハロウィン工作

#### 「ポンポンモンスター」

**10/21 (土)～10/31 (火)**  
平日 下校後～午後 4 時 30 分  
土曜日 午前 10 時 30 分～11 時 30 分  
午後 1 時 30 分～4 時 30 分

小学生以上の方

○材料がなくなり次第終了です

### 悠々館からのお知らせ

#### 手や指を動かす簡単な体操

#### 脳トレ体験

**10/30 (月) 午前 10 時～11 時 30 分**

60 歳以上の方

20 人

大広間

○10/2 (月)～10/28 (土) まで窓口で受け付けいたします  
(窓口:休館日を除く午前 9 時から午後 5 時まで)  
定員になり次第締め切ります

## 新田地域学習センター



### 新田センター 10月の予定

休館日 10月10日(火)  
利用者懇談会 10月25日(水)

### デジタルサイネージに注目!

新田センター2階に設置しているデジタルサイネージにて、新田センターの講座情報や区からのお知らせなどを配信しています。月に1度更新していますので、ご来館の際はご注目ください。



新田センターマスコット  
でんちゃん

# 新田わくわく♡水辺広場だより Vol.53

新田自然保護の会による、新田わくわく♡水辺広場の紹介記事です。広場の様子や、周辺で観察することができる動植物についてご紹介します。



こちらからパノラマ動画が見られます

8月31日の水辺広場

ムクドリの水浴び動画  
最後の瞬間が見所!



### 新田わくわく♡水辺広場の特定外来生物

#### 特定外来生物とは

#### ミズヒマワリ



アメリカ原産。ちぎれた茎や葉から成長できる生命力がある。

#### ナガエツルノゲイトウ



南アメリカ原産、河川や水湿地に群生。

#### アレチウリ



北アメリカ原産、果実の棘が鋭く長いので危険。

明治時代以降に日本に入り込んだ外来生物の中で、農林水産業、人の生命・身体、生態系へ被害を及ぼすもの、または及ぼすおそれがあるものの中から、外来生物法に基づき指定された生物のこと。  
◎してはいけないこと  
飼育、運搬、保管、輸入、放出、譲渡  
→規制・罰則あり。

#### チョット痛い植物。注意

#### ママコノシリヌグイ

似たものにアキノウナギツカミ、ミゾソバ等。



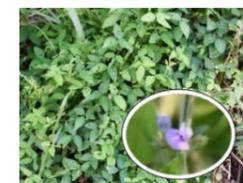
#### イシミカワ

大阪府の石見川村から名付けた、薬草。



#### チョット困った植物

#### ツルマメ



#### カナムグラ



#### クズ



他の植物に覆いかぶさるように繁茂してその植物をダメにしてしまうことがある。囲い部分は花。

#### トノサマバッタ



なぜ殿様になったのかは不明です。

#### 新田自然保護の会 会員募集中

毎月第1日曜日の午前10時から新田わくわく♡水辺広場のゴミ拾いを実施しています。

会員でなくてもいつでも参加お待ちしております。

■お問い合わせ 電話 03-3919-2912 (山田)

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。

## 新田センターまでのアクセス

### ●東京メトロ南北線

「王子神谷駅」より徒歩 10 分

### ●都バス

王 41 系統（王子駅前⇄新田一丁目）

王 55 系統（池袋駅東口⇄新田一丁目）

いずれも「環七新田 (△)」下車 5 分

### ●都バス

王 49 系統

（王子駅前⇄足立区役所・千住車庫前）

### ●国際興業バス

赤 26 系統（赤羽駅東口⇄舎人団地）

赤 27 系統（西新井駅⇄赤羽駅東口）

いずれも「環七新田 (○)」下車 3 分

### ●国際興業バス

赤 25 系統（赤羽駅東口⇄ハートアイランド循環）

「新田二丁目」下車 7 分

### ●都バス

王 45 系統（北千住駅前⇄王子駅前）

「新田三丁目」下車 8 分



※「環七新田 (△)」と「環七新田 (○)」は路線が異なりますので、ご利用の際はお気を付けてください



新田地域学習センター  
新田コミュニティ図書館 地域情報紙  
No.312

発行日 | 2023 年 9 月 25 日

発行 | 株式会社グランディオサービス

発行所 | 新田地域学習センター

〒123-0865 足立区新田 2-2-2

電話 | 03-3912-3931

FAX | 03-3912-1794

E-mail | shinden@grandio.co.jp

ホームページ | <https://grandio.co.jp/shinden/>

開館時間 | 窓口) 午前 9 時～午後 8 時

施設利用) 午前 9 時～午後 9 時 30 分

駐車場 | 9 台 (障がい者用駐車スペース 1 台)

併設施設と共用

### ■併設施設のご案内

新田区民事務所 03-3919-7126

新田住区センター 03-3912-3421

新田コミュニティ図書館 03-3912-1767

## 新田センターHP・Facebook で「さくら草」公開中！

パソコンだけでなく  
スマートフォンから  
もご覧いただけます

新田センターホームページおよび Facebook では、「さくら草」の最新号をご覧いただけます。ホームページではバックナンバーも公開中です。HP・各種 SNS は下記の二次元コードからアクセス。



Go For 90th→100th



知ると分かる。  
すると変わる。

SDGs MODEL ADACHI



「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