

足立区東和地域学習センター・体育館・図書館

待夢

TAIMU

NO. 426
2020年
8月号

あたたかな風合いで心に癒しを パステルアート講座特集

東和×癒しのパステル
トウワタイムズ
8月募集開始講座・サロン・大会
ギャラクシティNEWS
8月住区センター予定

写真提供者：東光会 青山様



8月の図書館休館日は、17日(月)と31日(月)です。

今月の新刊本紹介



林 知行 著／技報堂出版

『目からウロコ』の木のはなし』
私たちが小さい頃から知っていて、身近なものの1つである木。ふと、よく考えてみると木について知っていることは、あまり多くないのではないのでしょうか。例えば、なぜ木は木材として利用することが出来るのでしょうか。また、木を伐ることは悪いことなのでしょうか。この本には木の性質をはじめ、実は嘘だった話・本当だった話について、様々な角度から挙げられています。木の年輪で方角が分かるという話
も実は…。

近年屋外のベンチ等で、木のような色や手触りを持ち、プラスチックのような硬さを持つ材質のものが使われるようになりました。こちらはプラスチックに木の粉を混ぜ込んで製造された「木材・プラスチック複合材」であり、「ウッド・プラスチック・コンポジット」略して W P C と呼ばれています。木材と比べて耐水性が高いことが特徴です。水を弾くプラスチックと、水を吸う木は丁度良く混ざることが難しく、現在でも性能向上が進められているそうです。

一見すると複雑な木の性質、これらが図や写真を交えて易しく説明されています。皆さんも目からウロコを落とすこと間違いなしです！

図書館員が調べてみました

このコーナーではレファレンスサービスを疑似再現し、
図書館員が気になったことを調べて紹介します。

世界の面白いフルーツ！



日に日に暑さが増してきた今日この頃。
長期の外出自粛期間があつた今年は暑さに慣れていない人が多く、加えてマスクの着用により、例年以上に熱中症に気を付ける必要があるそうです。皆さんも外出の際は、しっかりと熱中症対策をして出かけましよう。

今回は、そんな夏の暑さを涼しくしてくれるフルーツの話。フルーツといえば水分が多く、暑い日に冷やして食べると美味しいですね。最近ではライチやパッションフルーツのように、日本でもあまり馴染みがなかったフルーツが、ドリンクやスイーツを通して広く浸透してきました。しかし世界には、日本で知られていない面白い特徴を持ったフルーツがまだまだたくさんあるようです。

暑さに負けず、世界の面白いフルーツについて調べてみましょう！

【調査結果】

今回調べたフルーツの中で、特に面白かったもの2種類を紹介します。

焼き芋の味がする「カニステル」

フルーツなのに焼き芋の味がするという不思議なフルーツ。その独特な風味を活かしてアイスクリームやカスタードクリームに加工されることがあるそうです。

味覚を変える「ミラクルフルーツ」

食べた人の味覚を変えてしまうという嘘みたいなホントのフルーツ。ミラクルフルーツを食べた後にすっぱいものを食べるとなぜか甘く感じるそうです。その謎を解くヒントは糖タンパク質にあるようです。

今回紹介したのはこの2種類だけですが、他にも面白いフルーツがたくさんあることがわかりました。気になった人は調べてみてくださいね！

『ずかんフルーツ』

米本仁巳／著 技術評論社
『熱帯くだもの図鑑』
海洋博覧会記念公園管理財団

／制作・監修

東和×癒しのパステル

「女性のためのパステルアート」



おうち時間が長くなった昨今、ストレスや疲れは溜まっていますか。心の疲れは目に見えづらいものです。今回はこの時勢の疲れを癒し、リラックスできるような講座をご紹介します。

「女性のためのパステルアート」は幅広い年代の方が参加する、原則毎月第2火曜日の午後開催の講座です。パステル（英語：Pastel）とは、乾燥させた顔料を粉末状にし、粘着剤で固めたクレヨンのような画材です。この言葉は元々ラテン語 Pastas（パスタ、練り粉、練りもの）からきたといわれています。パステルもまた、パスタのように粉からできたペーストを固めたものなのです。「女性のためのパステルアート」では、パステルを削って再び粉末状にし、指でのばして描きます。では、その魅力を2点挙げていきます。

1点目は、パステルアートに上手い・下手は関係ない、ということ。穏やかで温かみのある色調のパステルをパウダー状に削り、心の動くままに指で画用紙にのせていくだけで出来上がります。この素材でユニークな技法のため、普段絵を描くことに抵抗があつても、誰にでも気軽に短時間で素敵な作品を完成させることができます。

2点目は、癒し効果です。パステルの持つ風合いが、優しさや温かみを感じさせ、ストレスで抑圧された心を徐々に解放させる効果があるそうです。作品を完成させる過程で自分自身が穏やかな気持ちになれます。また、作品を人にプレゼントすることで、優しさや励ましなど深い想いを伝えることもできます。

「女性のためのパステルアート」を通じて、多くのみなさまの心の疲れ軽減をお手伝いできれば幸いです。詳細はお問い合わせください。

参考文献 『アートスクール』シリーズ

パステル 用具と基礎知識

マイカル・ライト／著 夏川道子／訳

美術出版社

【現在募集中】 「女性のためのパステルアート」

日時：9月8日(火)
午後1時30分～3時

対象：16歳以上

料金：700円

講師：木下志津子氏

(パステル和(NAGOMI)アート
準インストラクター)

※当日受付不可

8月26日 募集開始講座一覧

《申込方法》…各講座に右記マークにて表示 電話受付はこちらまで ☎03-3628-6201
《受付時間》…午前9時～午後8時
(※インターネット申し込みは、24時間受付。
ただし、受付開始日は午後1時よりスタート。)



※新型コロナウイルスの感染防止対策のため、講座・サロンが中止となる場合がございます。ご了承ください。

ストレッチ&体操レニング (6日制)



身体を動かし、運動不足を解消しましょう。
日にち:9/16～10/21 毎(水)
時 間:午前10時30分～11時40分
対 象:16歳以上
参加費:3,600円

ZUMBA (ズンバ) 音楽にあわせてフィットネスダンス



音楽に合わせてフィットネスダンスを楽しみましょう。
日にち:10/2・16(金)
時 間:午後7時20分～8時20分
対 象:16歳以上
参加費:各810円

セルフセラピー 「オリジナルオイルでハンドケア」 「立ち仕事に効くフットケア」



オリジナルオイルを作り、セルフマッサージを行います。
日にち:①10/6 ②10/20(火)
時 間:午後7時～8時30分
対 象:16歳以上
参加費:各1,210円
①オリジナルオイルでハンドケア
②立ち仕事に効くフットケア

はつらつ教室D



介護予防運動と、口腔衛生学の講座を行います。
日にち:9/24(木)
時 間: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
参加費:無料

頭の健康 脳カッサロン



簡単なクイズで脳カッサをしましょう。
日にち:9/16(水)
時 間:午前10時～11時30分
対 象:おおむね50歳以上
参加費:150円

アロマクラフト



アロマを使用したものづくりを行います。
日にち:①10/14 ②10/28(水)
時 間:午前10時～11時30分
対 象:16歳以上
参加費:各1,210円
①クレイバック
②バスボム

シニアのための 最新筋力トレーニング(12日制)



自分の体重を使った筋力トレーニングで、いつまでも元気なシニアを目指します。
日にち:9/29～12/15 毎(火)
時 間:午前10時～正午
対 象:65歳以上で、医師から運動を制限されていない方
参加費:無料

ハサミで成形チーズ・スティック



ハサミを使ったパンの成形を学びましょう。
日にち:9/27(日)
時 間:午前10時～午後1時30分
対 象:中学生以上
参加費:1,810円

フルーツカッティング ～基本のオレンジ編～



オレンジを使ってフルーツカッティングの基礎を学びます。
日にち:10/16(金)
時 間:午後7時～8時30分
対 象:16歳以上
参加費:2,000円

8月 サロン・大会一覧

電話受付はこちらまで ☎03-3628-6201

《申込方法》…各講座に右記マークにて表示
《受付時間》…午前9時～午後8時
(※インターネット申し込みは、24時間受付。
ただし、受付開始日は午後1時よりスタート。)



おはじきサッカーを楽しもう



おはじきサッカーの基礎と練習試合を体験！
日にち:8/6・20(木)
時 間:午後3時～4時30分
対 象:どなたでも
参加費:無料

ビブリオバトル@ 東和ゲーム部！



ビブリオバトルやボードゲームを行います。
日にち:8/1(土)
時 間:午後4時15分～4時45分
対 象:どなたでも
(※バトラーとして参加される方は紹介する本を1冊お持ちください。)
参加費:無料

将棋サロン



気軽に対局を行える場に参加してみませんか？
日にち:8/1・15(土)
時 間:午後1時30分～3時30分
対 象:4歳以上
※4歳～小学校低学年の子どもは保護者同伴
参加費:200円(※4歳～中学生無料)
140円(70歳以上の方、障がい者手帳をお持ちの方)

おもちゃの病院



壊れたおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。
日にち:8/12(水)
時 間:午後1時～4時
対 象:どなたでも
参加費:原則無料
(部品代を頂く場合があります。)

なつメロ広場



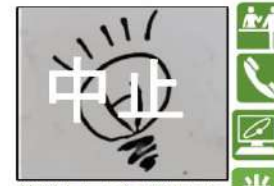
なつかしの昭和歌謡・童謡を歌い、地域の方と交流しましょう。
日にち:8/20(木)
時 間:午後2時～4時
対 象:どなたでも
参加費:500円

東和将棋大会



様々な年齢層による大会で腕試しをしませんか？
日にち:8/9(日)[第107回大会]
時 間:午前10時～午後4時
(※参加希望の方は、当日会場にて午前9時30分～10時の間に、お申込みください。)
対 象:中学生以上
参加費:500円

頭の健康 脳カッサロン



簡単なクイズで脳カッサをしましょう。
日にち:8/19(水)
時 間:午前10時～11時30分
対 象:おおむね50歳以上
参加費:150円

東和住区センター 8月の予定

Tel : 03-3628-6206

※新型コロナウイルスの感染防止対策のため、開館制限しております。
また、以下のイベントは中止・変更となる場合があります。ご了承ください。

悠々館

開館時間

午前9時～11時30分
正午～午後2時30分

休館日

毎週日曜日、8/10（月・祝）

転倒予防体操

8/7・14・21・28（金）
午前9時10分～10時
先着28名まで

東和 de ラジオ・ダーツ

8/12・26（水）
午前9時10分～10時
先着28名まで

児童館

「児童館子育てサロン」と「ランドセルで児童館」はご利用できます。

～東和児童館子育てサロン（定員制・予約制）～

★利用期間★ 7/1（水）～8/6（木）までの平日
※一般来館が可能になった時点で予約はキャンセルされます。

★利用時間★ 午前10時～午後1時
※午前10時から午後1時まででしたら、途中からの利用や途中で帰ることは可能です。
※一度退館したら再入館はできません。

★持ち物★ ・水分補給ができるもの
・おむつ交換が必要なお子さんは、バスタオル

詳細につきましては、
児童館までお問い合わせください。



ギャラクシティ
GALAXCITY

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

ギャラぽんの ぬりえひろば

ギャラクシティのキャラクター「ギャラぽん」が
ぬりえになったよ！
塗ったぬりえは「#おうちでギャラクシティ」をつけて、
ギャラクシティのSNSに投稿すると、ホームページや
ギャラクシティ内に展示されるかも!? お楽しみに！
※詳細は専用ページをご確認ください。

ギャラクシティの
キャラクター
ギャラぽんが
スタンプになったよ！
みんなのトークを
もりあげるよ！

ギャラクシティを冒険しよう！
VR
ハイズラリー
Virtual Reality Quiz Rally
ギャラクシティ
新型コロナウイルスの影響で休館・休園している施設をボラン
ティア活動で支援する一般社団法人 VR 革新機構の協力で、無人
の施設を5G対応3D+VRで無料公開します。©VR 革新機構

ぬりえを
ダウンロードして
おうちで楽しもう！

ぬりえはここから
ダウンロードしてね

プレゼント
キャンペーン
8月31日(月)まで
開催中！

スタンプ発売中！

テンおげ

ミダランロード

ゆる〜いギャラぽん

電脳快獣ギャラぽん

LINE

QRコード

QRコード

QRコード

QRコード

【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 Mail info@galaxcity.jp
最新情報・詳細はWEBへ！
掲載内容は変更になる可能性があります。
あらかじめご了承ください。

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。

交通案内

【バス】

(東武バス) 綾瀬駅⇔東和住区センター

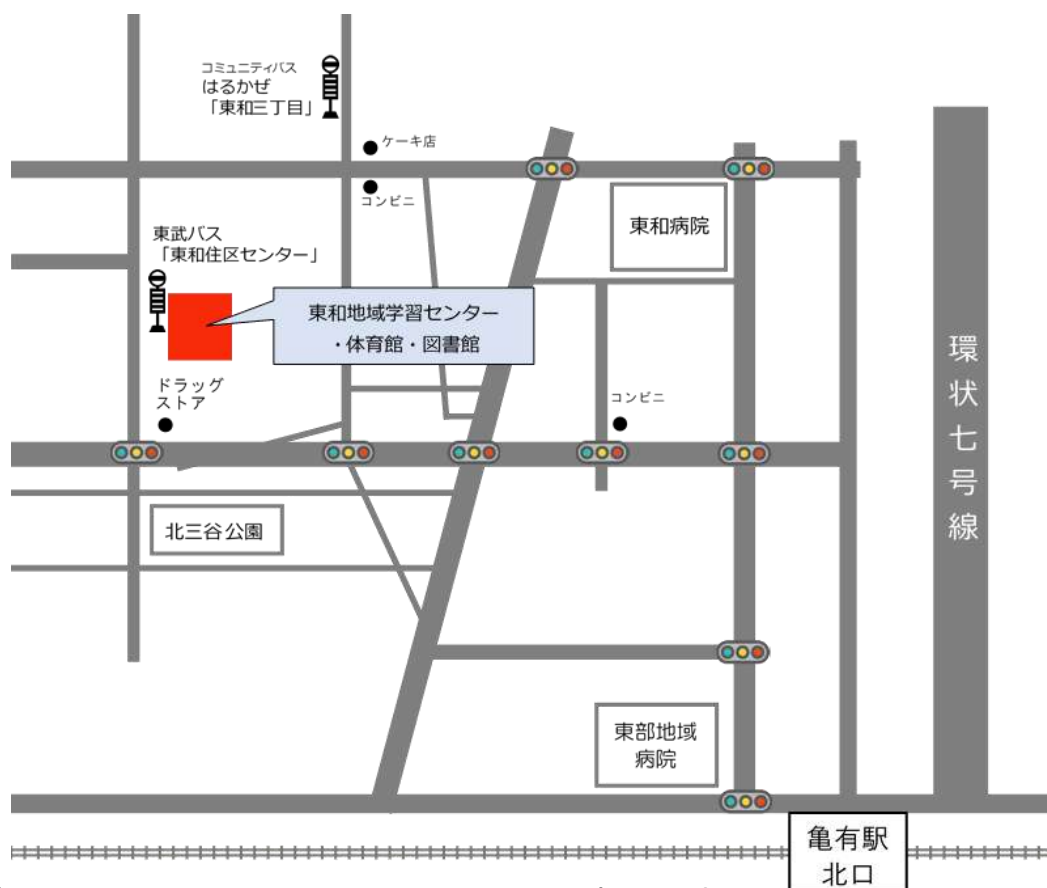
「東和住区センター」下車 徒歩 0 分

(足立コミュニティバスはるかぜ) 綾瀬駅⇔亀有駅

「東和三丁目」下車 徒歩 3 分

【徒歩】

JR 常磐線「亀有駅」より徒歩 17 分



足立区東和地域学習センター・体育館・図書館『待夢』 8月号 (Vol.426)

発行/足立区東和地域学習センター・体育館・図書館

発行所/〒120-0003 東京都足立区東和 3-12-9

休館日/(センター) 8/17 (月)、(図書館) 8/17 (月)・31日 (月)

東和地域学習センター・体育館☎:03-3628-6201 東和図書館☎:03-3628-6203]

メールアドレス:towalcc-ys@bb.wakwak.com

責任・指定管理者/ヤオキン・ASCC 共同事業体

東和センター



各SNS
リンク



HP



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 足立区