

足立区東和地域学習センター・体育館・図書館

待夢

TAIMU

NO. 428
2020 年
10 月号

人気の料理教室より

レシピが届きました！

東和×チアダンス
10月の記念日カレンダー
自宅で楽しむ 東和の料理教室
秋を楽しむ 秋の芸術・文化講座
トウワタイムズ
10月募集開始講座・サロン・大会
ギャラクシティNEWS
10月住区センター予定

写真提供者：東光会 会員様

10月の記念日カレンダー

1日(木) コーヒーの日	16日(金) 世界食糧デー
2日(金) 豆腐の日	17日(土) 貯蓄の日
3日(土) 登山の日	18日(日) 統計の日
4日(日) 陶器の日	19日(月) イクメンの日
5日(月) 時刻表の日	20日(火) リサイクルの日
6日(火) 国際協力の日	21日(水) あかりの日
7日(水) スポーツの日	22日(木) パラシュートの日
8日(木) 木の日	23日(金) 津軽弁の日
9日(金) 道具の日	24日(土) 国連の日
10日(土) 転倒予防の日	25日(日) リクエストの日
11日(日) ウィンクの日	26日(月) 柿の日
12日(月) コロンブスの日	27日(火) 読書の日
13日(火) サツマイモの日	28日(水) 速記の日
14日(水) 鉄道の日	29日(木) 国産とり肉の日
15日(木) きのこの日	30日(金) 香りの記念日
	31日(土) ハロウィン

PickUp!!



10月21日 「あかりの日」

1879年のこの日、アメリカの発明家エジソン(1847-1931)が、日本産の竹繊維を炭化させたフィラメントを真空で包んで、白熱電球を完成させました。このフィラメントを採用するまでに、エジソンはクロム、鋼鉄、金、ホウ素など数十もの物質を試したと言われています。今日の電球はタングステンと呼ばれる金属製のフィラメントを窒素とアルゴンが混ざった気体で包んでいる点で、エジソンの電球とは異なります。しかし、この大発明によって電気の時代は新たな幕開けを迎えることになりました。

参考：『記念日の本 「今日はなんの日？」 ビジネスにつきあいに生かせる“行動ごよみ”』

生活情報研究会／著 ごま書房

『記念日・祝日の事典』 加藤迪男／編 東京堂出版

『オックスフォード 科学の肖像 エジソン』

ジーン・アデア／著 オーウェン・ギンガリッチ／編 近藤隆文／訳 大月書店

「一般社団法人 日本記念日協会」公式 HP <https://www.kinenbi.gr.jp/> (2020年9月1日)

東和×チアダンス



この講座では、チアダンスの基礎を中心に指導しています。子ども達が笑顔で楽しいと感じ、健全に身体を動かせることを目的としています。また、自分以外の人を大切にできる気持ち、自ら協調性を考えて行動できるよう見守っています。

子ども達の笑顔とダンスにより、たくさん元気をもらってきました。コロナ禍で大変な時期ですが、子ども達のパワーで、ご家庭や学校、地域の方々に「CHEER UP」の精神で、元気づけるよう、みんなと頑張っています。

現在、東和地域学習センターでは「はじめてのチアダンス」、「キラキラなポンポンで楽しくチアダンス A・B」で年齢とレベルに合わせて開催しています。はじめてのコースはチアダンスに初めて触れる方向けに、腕の動きやボーリングの基礎を学びます。Aコースは基礎が身に付いた方向けに、ラインダンスなど少しレベルアップしたダンスに挑戦します。Bコースは小学3年生までを対象とし、体力育成、柔軟にもより力を入れていきます。

子どものかわいく元気に踊る姿を見ることが出来ます。東和地域学習センターで楽しくチアダンスをしませんか？

【10月26日募集開始】

「はじめてのチアダンス」

日にち：令和2年11月10日～12月22日

時間：午後3時15分～3時45分

対象：3歳～6歳のはじめて参加の方

料金：3,220円

「キラキラなポンポンで楽しくチアダンス A・B」

日にち：令和2年12月1日～令和3年3月9日

発表会3月7日(日) ※1月5日、2月23日除く

【Aコース】

時間：午後4時～4時45分

対象：4歳～6歳かつ経験者

料金：8,580円

【Bコース】

時間：午後5時～5時45分

対象：小学1～3年生

※別途ポンポン無料貸出し、または購入(800円)

東和で楽しむ 秋の芸術・文化講座

今回は、秋にぴったりの東和センターの講座をご紹介します。

講座の詳細、申込方法などはp.9をご覧ください。

※感染症防止対策のため、講座が中止となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

アロマクラフト

対象：16歳以上

アロマオイルを使い、「サシェ」「バスボム」「アロマキャンドル」など、見た目もかわいらしいクラフトを行います。

10月に「クレイバック」「バスボム」

11月に「ヘアーミスト」「ハンドクリーム」を作ります。

1回ずつの申し込みなので、お気軽にどうぞ。



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」

対象：16歳以上

午後7時から大人のリラックスタイム。

仕事帰りや家事が一息ついた時間に、自分のためのリラックスタイムはいかがでしょう。マッサージを覚えたら、場所や時間を選ばず行えることが魅力です。



女性のためのパステルアート

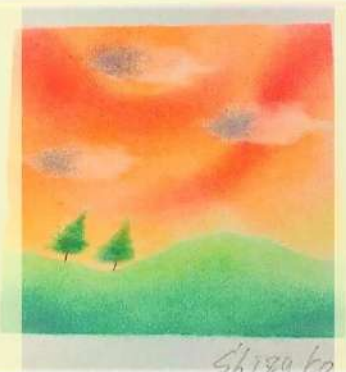
対象：16歳以上

特別な画材は使わず、粉にしたパステルを指で紙にのせていきます。

絵を描くことが得意ではなくても、

素敵な作品を気軽に完成させることができます。

また、優しくやわらかな風合いで、癒し効果もあります。



New!

彫刻アートシャインカービング教室

対象：11歳以上

新しく開講する講座です。

彫刻刀を使い、専用のシートを削ります。下絵の通りに彫っていくだけで、キラキラ輝くステンドグラスのような美しい作品ができます。



自宅で楽しむ 東和の料理教室

今年の12月まで、料理講座は全て中止が決定となりました。

そこで、開催予定だった料理講座のレシピを紹介します。

今回は「パンプキン・マロン・チーズケーキ」

チーズとラム酒でしっとりとした触感が楽しめます。

ハロウィンに合わせて、作って、飾って、ハッピーハロウィン！

レシピ提供：服部有里



材 料 (120 mm丸型 2台分)

〔生地〕

クリームチーズ・・・150g
かぼちゃ・・・正味 80g
ブラウンシュガー・・・35g
卵・・・1個
生クリーム・・・20g
ラム酒・・・小さじ 1
コーンスターチ・・・大さじ 1
〔型〕
耐熱性の紙製ケーキ型
(直径 120 mm×高さ 40 mm)

〔台〕

ビスケット・・・50g
バター・・・30g
(食塩不使用)
マロングラッセ・・・40g
〔飾り〕
くるみ・・・10g
アーモンド(ホール)・・・4粒
かぼちゃの種・・・16粒

〔下準備〕

①材料は全て室温に戻しておく
②オーブンに予熱を入れる

〔焼き時間の目安〕

ガスオーブン
160度、25分前後
電気オーブン
170度、30分前後

作り方

〔台を作る〕

1.バターはボウルに入れ、湯せんにかけて溶かす。

2.ビスケットはビニール袋に入れ、めん棒などで叩いて細かく砕く。砕いたビスケットを、1で溶かしたバターの中に入れ、ゴムベラで均一になるまで混ぜる。

3.全体がしっとりとしたら、2等分にして型に入れる。ゴムベラでしっかり押さえ、型の底に敷き詰める。1.5 cm角にカットしたマロングラッセをのせる。

〔生地を作る〕

4.かぼちゃの種と皮を取り、3 mm厚のイチヨウ切りにする。

5.切ったかぼちゃを耐熱容器に入れ、ふんわりとラップをかけ、レンジで 500W、約 3 分加熱する。

6.加熱したかぼちゃを、熱いうちにボウルに移し、ブラウンシュガーを加え、ハンドミキサーを使ってすり潰す。

7.クリームチーズを加え、均一に混ぜる。ほぐした卵を加え、均一に混ぜる。

8.生クリーム、ラム酒をそれぞれ加え、都度混ぜる。コーンスターチを加え、低速で混ぜる。

9.生地を型に流し入れ、タテ半分にカットしたアーモンド、かぼちゃの種を飾る。

10.オーブンで焼いて完成



10月の図書館休館日は、
8日(木)～12日(月)、
19日(月)、30日(金)です。

皆さんは「数学」と聞いて何が浮かぶでしょうか。数式や図の数々：中には苦手意識のある人もいるかもしれません。この本は、そんな数学と関わってきた数学者たちに焦点を当てており、古代から近現代に至るまでの奮闘の数々が描かれています。数学者ではない人物や、記録の多くない人物についても取り上げられている幅広さです。

クリミア戦争での行動や看護師として有名なフローレンス・ナイチンゲールは、戦時中にとつていた大量のメモから死者数のデータを集め、「鶏のとさか」という名のグラフにして視覚化しました。そのためナイチンゲールは、統計分析とその表現方法についてのパイオニアと言われているそうです。

数という概念から始まり、様々な発見だけではなく志半ばで去った者まで、今に続く数学の世界に挑んできた者たちの物語が楽しめる1冊です。みなさんも今一度、数学の世界に触れてみませんか？

今月の新刊本紹介

『数学大図鑑 THE STORY』

アン・ルーニー／著 吉富節子／訳
ニュートンプレス



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。

図書館員が調べてみました

10月に入り、秋の深まりを感じる今日この頃。皆さんはいかがお過ごしですか？この時期、東和図書館のスタッフは少し忙しくなります。秋の読書週間に向けたイベント準備のほか、右ページでも触れている特別整理期間があるからです。整理期間中は本が棚に揃っているか確認したり、本棚を掃除したりと大忙し。私たちに10月は読書の秋であると同時に、本棚のお手入れをする季節でもあります。

さて、そんな本棚のお手入れですが、図書館に限らず家庭でも行いますよね。本の配置を変えたり、不要になった本を抜いたり…。そうした中で、お気に入りの本が日焼けや湿度で傷んでいるのを見つけてしまった、という悲しい経験をした人もいたのではないでしょうか。大切な本はいつまでも綺麗な状態で手元に置いておきたいですね。そこで、今回は本を長持ちさせる保管の仕方や取り扱い方法について調べてみました！

本を長持ちさせたい！



【調査結果】

本を綺麗な状態で保管するためには、本の取り扱いや保管する環境が重要です。

- ・本棚に本を詰めすぎない
- ・直射日光、湿度の高い部屋を避ける
- ・棚から本を取る時は本の背をしっかりと掴んで取る(本の上部に指を引っ掛けて取らない)

また、ページが外れたり、破れてしまったものについては修理を検討します。その際に注意するのは、セロハンテープのような本の劣化を招く道具を使わないこと。ページ外れや破れについては、でんぐん糊またはボンドを水で薄めたものを使います。強力な接着剤や粘着性の強いテープを使うと、強度の違いにより、修理していない部分と修理した部分の境目から壊れてしまいます。

本の修理は軽微であれば、自宅でもできるのですが、詳しく知りたいと思った方は次の資料を参考に実践してみたいかがでしょうか。

『図書館のための簡単な本の修理』
高岡容子／原案・監修 少年写真新聞社
『みんなの図書館』二〇一四年二月号

特集 本の修復 はじめの一步

眞野節雄／著 図書館問題研究会／編集
教育史料出版会

トウワタイムズ

特別整理期間
10/8(木)から
10/12(月)まで

在庫本のバーコード
読み込み
特別整理期間で
行う業務のうち、
メインになるのが
この作業。
ポッドと呼ばれる
機器を片手に、
本のバーコードを
1冊ずつ読み込んで
いきます。

特別整理期間のあいだ、
図書館ではどんなお仕事
してるのかな？
ちょっとだけ覗いてみよう！

東和図書館マスコットキャラクター

ぺった



本棚の掃除

バーコードの読み込みが終わったら
本棚の掃除です。本を一段ずつ棚から
出し、棚板を綺麗に拭いていきます。

へえ～
知らなかった！

その他

古い本の撤去
行方不明本の搜索
など閉館中だからこそ
集中的にできることも。

「足立区の魅力を伝える 展示を実施します！」

昨年より、千住や足立区の魅力を伝える展示を秋に実施しています。今年はその第2段！ということで、足立区が紹介されている本の展示を行います。色々な視点から語られる足立区の魅力をお楽しみください。シティープロモーション課設置のパネルもありますので、ぜひ図書館に来館の際はお立ち寄りください！



上の写真は昨年の展示です

10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
《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。)

電話受付はこちらまで ☎03-3628-6201

窓口 電話 インターネット 当日

※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。

はじめてのチアダンス (7 日制)



ポンポンを使ったチアダンスの初心者クラスです。
日にち:11/10～12/22 毎(火)
時 間:午後3時15分～3時45分
対 象:3～6 歳の初めて参加する方
参加費:3,220 円

キラキラなポンポン 楽しくチアダンス A・B(13 日制)



ポンポンを使ったチアダンスを体験しましょう。
日にち:12/1～3/9 毎(火)
(1/5、2/23 除く)
発表会 3/7(日)
時 間:(A)午後4時～4時45分
(B)午後5時～5時45分
対 象:(A)4～6 歳の子どもかつ経験者
(B)小学1～3 年生
参加費:各 8,580 円

はつらつ教室 A



イスに座ったままできる筋トレや脳トレをして楽しみましょう。
日にち:11/26(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

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:10/1・15(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:10/3(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:10/3・17(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)

ヘルシーエクササイズ(4 日制)



ストレッチやリズム体操中心の運動講座です。
日にち:11/30～12/21 毎(月)
時 間:午前10時30分～正午
対 象:16 歳以上
参加費:2,400 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:12/4・18(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

女性のためのパステルアート



粉末状にしたパステルを指で伸ばし、やわらかな風合いの絵を作成しましょう。
日にち:11/10(火)
時 間:午後1時30分～3時
対 象:16 歳以上
参加費:700 円

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:10/14(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。)

なつめ広場



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:10/8(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:10/18(日)[第109 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、お申込みください。)
対 象:中学生以上
参加費:500 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:①12/1 ②12/15(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

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:①12/9 ②12/23(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グリセリンソープ
②クリスマスキャンドル

彫刻アート シャインカービング教室



彫刻刀で専用のシートを削り、キラキラ輝くアート作品を作ります。
日にち:12/13 (日)
時 間:午後1時～3時
対 象:11 歳以上
参加費:2,110 円

頭の健康 脳カッサロン



簡単なクイズで脳カッをしましょう。
日にち:10/21、11/18(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



ギャラクシティ
G A L A X C I T Y

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

現在募集中のおすすめ講座

東和歴史教室
～戦国武将・黒田官兵衛の魅力～
(2日制)



1 日目は豊臣秀吉の天下統一まで、
2 日目は関ヶ原の戦いから晩年までを
取り上げます。
日にち:11/13・11/20 毎(金)
時 間:午後3時～4時30分
対 象:16歳以上
参加費:1,000円

セルフセラピー
「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:11/17(火)
時 間:午後7時～8時30分
対 象:16歳以上
参加費:1,210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:①11/11②11/25(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ヘアミスト
②ハンドクリーム

東和住区センター 10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

転倒予防体操
10/2・9・16・23・30(金)
午前9時10分～9時50分
先着28名

東和 de ラジオ・ダーツ
10/14・28(水)
午前9時10分～10時
先着28名

児童館

開館時間
平日 午前10時～午後6時
土曜 午前9時～午後6時

休館日
毎週日曜日
※一般利用は臨時閉館中です。

児童館子育てサロン
(定員制・予約制)
未就学児対象

どうようあそび
(定員制・予約制)
毎週土曜日
小学生以上対象

※詳細につきましては、児童館までお問い合わせください。
※ランドセルで児童館は、ご利用できます。



理科が好きな人も、苦手な人も集まって、みんなで楽しく学びましょう!

理科実験教室

エジソン電球を作ろう

身近な材料を使って、エジソンが実用化に成功した
白熱電球「エジソン電球」を作ります。シャープペンシル
の芯を使って光らせることに挑戦してみよう。

2020年
10月21日(水)
9月20日(日)より
受付開始

講師: 鈴木 隆 (足立区立栗島小学校 学習支援員)

【場所】ものづくりガレージ
【時間】午後5時～午後6時
【対象】小学生 (小学3年生以下は保護者同伴)
【定員】各10名
【料金】無料

フーメランを作ろう

紙を使ってフーメランを作ります。
フーメランをとばして戻ってくる謎にせまりましょう。

2020年
11月4日(水)
10月4日(日)より
受付開始

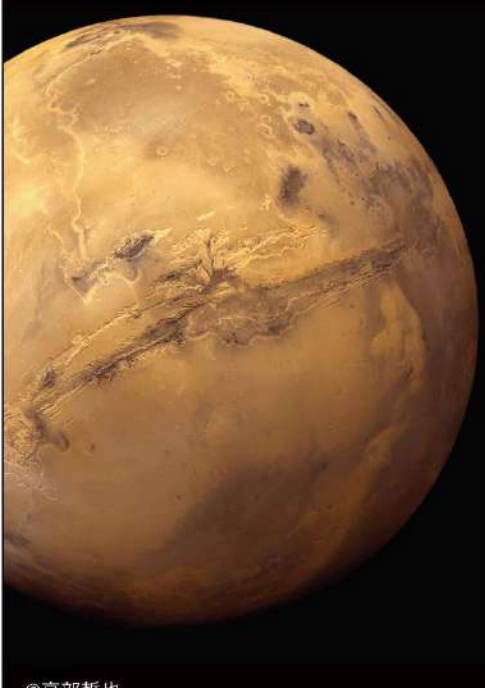
講師: 下村 庸三 (元高等学校地学科教諭)

【申込】事前申込制
電話/1階図書受付カウンター (受付開始日は電話受付のみ)
午前9時～午後8時 (休館日をのぞく)
※1回のお申込で1家族まで受け付けることができます (お友達のお申込はできません)。
※保護者の方にお申し込みください。
※定員に達し次第受付を終了します。

天文講演会「火星の話」

まるちたいけんドーム解説員で、「月惑星研究会」の会員でもある
田部一志氏による、今年準大接近する火星についての講演会です。
人々がどうして火星に惹きつけられてきたか、人類の文明にどの
ような影響を与えてきたか、お話いたします。

2020年10月17日(土) 午後6時～午後7時 (開場午後5時45分)




講師: 田部一志 (まるちたいけんドーム解説員)

【場所】まるちたいけんドーム (プラネタリウム)
【対象】小学生以上 (小・中学生は保護者同伴)
【定員】50名 車いす1席 ※残席の使用は不可
【料金】無料
【申込】当日整理券
※当日午前9時より1階総合受付にて整理券を配布(お1人様5枚まで)

※新型コロナウイルス感染症予防対策として、足立区のガイドラインに則り、消毒・換気や定員削減等を実施しています。

【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・お申込み】Tel 03-5242-8161 Mail info@galaxcity.jp

最新情報・詳細はWEBへ! [Q ギャラクシティ](#) 検索

※ご来場の皆様には、新型コロナウイルス感染防止対策対応のご理解と
ご協力をお願い致します。
※今後の状況により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。
※イベントにつきまして、定員に達した際はご了承ください。



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

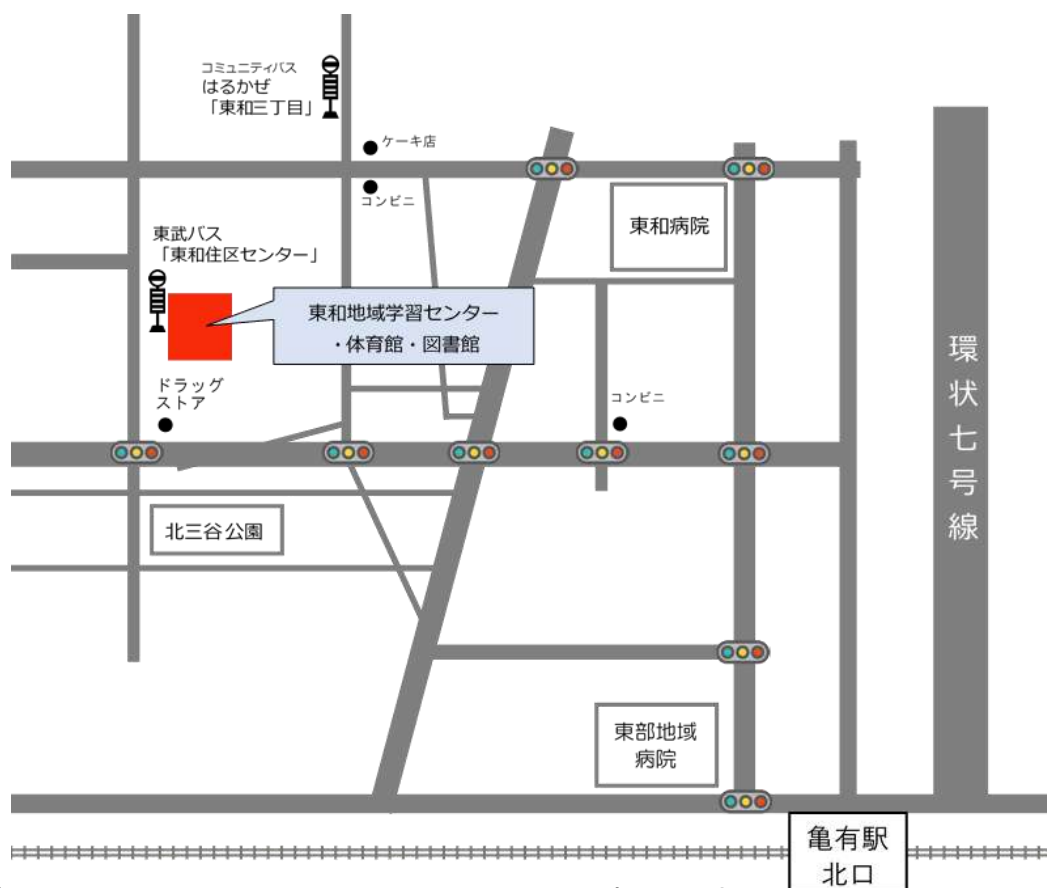
「東和住区センター」下車 徒歩 0 分

(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』 10月号 (Vol.428)

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) 10/19 (月)

(図書館) 特別整理期間：10/8 (木)～12 (月)、10/19 (月)・30日 (金)

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