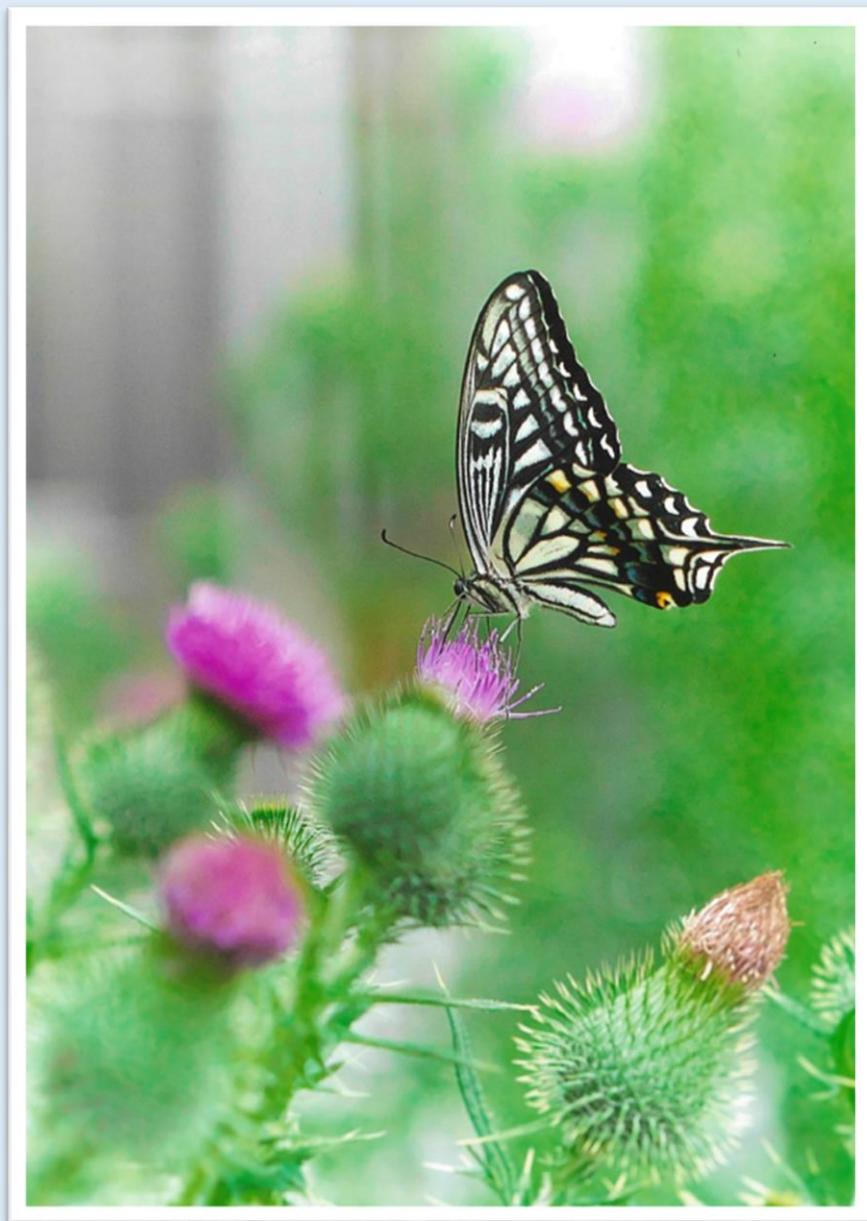


NO.449
2022/7月号

足立区東和地域学習センター/体育館/図書館

ミニコミ紙【TIME】

待夢



写真提供：東和登録団体 写真サークル東光会 金子様

7-8開催の文化系/運動系講座情報
健康コラム/講座報告
図書館からのおしらせ
東和住区センター7月の予定
ギャラリーシティ NEWS

7月スケジュール

文化系 講座・イベント

5/26～
申込受付中

7/3(日)

10時～11時30分

対象
区内在住・在勤・
在学の方

スポーツ栄養学(応用編)
パフォーマンスのための
食事と試合の勝ち方



競技出場や体重コントロールに興味がある方に競技力向上の食事についてご紹介します。試合の日の食事、減量と増量、体型維持、糖質制限やたんぱく質の話、ワークショップも行います。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
【参加費】500円
【定員】30人(先着順)
【講師】堀口 泰子氏
(栄養士・食泰子アスリートシニアインストラクター)

7/6(水)

10時～11時30分

7/21(木)

13時30分～15時

対象
16歳以上の方

歌声ひろばドレミファーレ
(毎月第1水曜日/第3木曜日)



昭和の歌を中心に、歌集の中から講師がピックアップした曲などをピアノに合わせて歌います。

【会場】東和地域学習センター
(7/6)レクリエーションホール、(7/21)和室
【参加費】500円
【定員】(7/6) 30人、(7/21) 15人 ※いずれも先着順
【講師】今井 美代子氏
【持ち物】(7/6) スリッパ

7/11(月)

7/25(月)

10時30分～11時30分

対象
満6カ月～2歳までの
子どもと保護者

おててでお話 ベビーサイン
ー絵本も工作も！ー

ベビーサインを楽しく学ぶ全2回。ベビーサインだけでなく、本の読み聞かせや工作も行います。



【会場】東和地域学習センター 和室
【参加費】1,000円(材料費含む)
【定員】8組(先着順)
【講師】大西 友子氏
(ベビーサイン協会認定リーダー講師)
【服装】汚れてもいい服装でご参加ください

7/13(水)

13時～16時

※受付は、
15時30分まで

申込みは不要です。直接会場にお越しください。

おもちゃの病院

壊れてしまった大切なおもちゃをトイ・ドクターが無料で修繕します。

【会場】東和地域学習センター 第2学習室
【参加費】原則無料(部品代をいただく場合があります)
【講師】あだちトイ・ドクターズ



7/14(初級編)

7/21(中級編)

いずれも木曜日

13時30分～15時30分

対象
16歳以上の女性の方

女性のためのパステルアート

パステルチョークを使用し指でぼやかして絵を描きます。初級編は、初めての方向け。中級編は、パステルチョークに慣れてきた方向け。



【会場】東和地域学習センター 第3学習室
【参加費】各回800円
【定員】12人
【講師】木下 志津子氏
(日本パステルホープアート協会講師)

7/18(月)

A.10時～11時30分
B.13時～14時30分

対象
A.年少以下
B.年中～小学3年生

つみき3,000個でつみきタウンを作ろう

つみきタワーや街をつくらう。自分のイメージをつみきで形にしてみよう。

【会場】東和地域学習センター
レクリエーションホール
【参加費】お子さま1人につき500円
【定員】各回10名(先着順)
【講師】日置(ひおき)ひとみ氏
(つみきと造形Neiro主宰)
【持ち物】体操帽をお持ちください
※未就学児はお子さまは、必ず保護者様ご同伴でご参加ください。



7/25(月)

14時～16時

対象
小学校4年生～高校生
(保護者同伴可)

夏休みデッサン教室
かわいい動物を描こう！

かわいい動物のデッサンを描こう！デッサンの基本が学べます。



【会場】東和地域学習センター 第3学習室
【参加費】800円
【定員】8人(先着順)
【講師】木村 美紗氏
(美術教室 Hibi主宰)
【持ち物】動物の写真
(犬・猫の場合、顔が大きめに写っているもの)

7/30(土)

14時～16時

対象
小学生と保護者

親子で作ろう！夏にぴったりの灯ろう

親子で力を合わせて灯ろうをつくろう！オリジナルのすてきな灯ろうで部屋をかざろう！

【会場】東和地域学習センター
第1学習室
【参加費】800円(お子さま一人につき)
【定員】12組(先着順)
【講師】大久保 美里氏
(芸術による教育の会 講師)
【持ち物】持ち帰り用袋、水分補給用の飲み物



7/31(日)

10時～11時30分

対象
小学生と保護者

キッズ・マネー・スクール in 東和

電子マネーやクレジットカードなどの目に見えないお金だからこそ、正しい知識を親子で身に付けよう！

【会場】東和地域学習センター 第3学習室
【参加費】500円
【定員】8組(先着順)
※子ども1名まで追加可(+250円)
【講師】西方 拓氏
(キッズ・マネー・スクール認定講師)



【申込み方法】

①講座予約システム

②東和地域学習センター受付窓口 ③電話/03-3628-6201

※先着順の為、すでに申込みが終了している場合がございます。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の為、スケジュール等が中止・延期・変更になる場合がございます。
最新情報は、当センターホームページでご覧いただくかお電話でお問い合わせください。

スポーツ系 講座・イベント

【対象について】

◆16歳以上/緑 ◆親子向け/ピンク ◆子ども向け/青

7/1.8.15.22(金)

19時～20時

対象
16歳以上の方

金曜夜のZUMBA(ズンバ)

ラテン音楽を中心にして、世界中の音楽で行われるダンスプログラム

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
【参加費】各500円
【定員】20人(先着順)
【講師】吉村 麻美香 IR



7/2.9.16.23(土)

11時～12時

対象
16歳以上の方

歌うボイスエクササイズ

～ 楽しく歌を歌いながら体幹を鍛えていき、健康になっていく～

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
【参加費】2,400円 全4回シリーズ
【定員】20人(先着順)
【講師】日本ボイスエクササイズ協会 マスタートレーナー



7/4.11.25(月)

10時30分～12時

※7/18休館日を除く

対象
16歳以上の方

ヘルシーエクササイズ

音楽に合わせてエアロビクス、筋トレ、クールダウンを行い、しっかりと体を動かす体力向上エクササイズです。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
【参加費】1,800円 全3回シリーズ
【定員】25人(先着順)
【講師】青木 享子 IR



7/28(木)

10時～11時30分

対象
65歳以上の方

はつらつ教室 A

運動・口腔・栄養機能向上を目的にした介護予防教室です。
今回は、有酸素運動がメインの運動90分となります。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
【参加費】無料 ※介護保険の要介護・要支援の認定を受けていない方
【定員】20人(先着順)
【講師】神谷 秀行 IR (健康運動指導士)





6/26~
申込受付開始

8月スケジュール

文化系 講座・イベント

【対象の色表記】 ◆16歳以上/緑 ◆親子向け/ピンク ◆子ども向け/青

【申込み方法】

- ①講座予約システム ②東和地域学習センター受付窓口
- ③電話/03-3628-6201

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の為、スケジュール等が中止・延期・変更になる場合がございます。最新情報は、当センターホームページでご覧いただくかお電話でお問い合わせください。「スポーツ系 講座・イベント」のスケジュールは、9月号でお知らせいたします。

8/3(水)

- A. 11時~12時
- B. 13時~14時30分

シナリオを書こう！ 面白い物語の作り方

物語作りが好きなきみに、面白く書けるコツを伝授します。アツと驚く物語や小説、作文が書けるようになるかも！

【会場】東和地域学習センター 第3学習室
 【参加費】500円
 【定員】各10人(先着順)
 【講師】シナリオ・センター



対象

- A. 小学1~3年生
- B. 小学4~6年生

8/6(水)

14時~15時30分

チョークアートでくじらのウェルカムボードを作ろう

夏にぴったりなウェルカムボードでおうちをかざりませんか？チョークアートは下絵があるのでぬりえ感覚で楽しめます。

【会場】東和地域学習センター 第3学習室
 【参加費】700円
 【定員】12人(先着順)
 【講師】玉井 知子氏 (Chico Life Art Factory主宰)



対象
小学生

8/7(日)

13時30分
~15時30分

Made in 東和を体験しよう！ 「畳にふれよう！」

畳の作り方を見学！ワークショップで「畳雑貨」をつくります。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
 【参加費】1,000円(材料費含む)
 【定員】15人(先着順)
 【講師】小川 崇氏 (東和小川畳店5代目 代表)
 【持ち物】筆記用具



対象

小学生以上の在住・在勤・在学の方
(小学1年~3年生以下は保護者同伴)

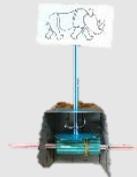
8/8(月)

10時~11時30分

夏休み工作 からくりメリーゴーラウンドをつくろう

工作を楽しむながら工学を学ぼう！講師陣が生徒さん2人つき、1人ついて丁寧に教えるので、工作が苦手なお子さんでも安心です。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
 【参加費】500円
 【定員】20人(先着順)
 【講師】東工大Science Techno



対象
小学1~3年生

8/8(月)

12時30分~14時

夏休み工作 ゼンマイカーをつくろう

工作を楽しむながら工学を学ぼう！講師陣が生徒さん2人つき、1人ついて丁寧に教えるので、工作が苦手なお子さんでも安心です。

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
 【参加費】500円
 【定員】20人(先着順)
 【講師】東工大Science Techno



対象

小学4~6年生

8/10(水)

13時~16時

おもちゃの病院

壊れてしまった大切なおもちゃをトイ・ドクターが無料で修繕します。

※最終受付は、
15時30分まで

【会場】東和地域学習センター 第2学習室
 【参加費】原則無料(部品代をいただく場合があります)
 【講師】あだちトイ・ドクターズ



申込みは不要です。直接会場にお越しください。

8/11(初級編)

女性のためのパステルアート

8/18(中級編)

パステルチョークを使用し指でぼやかして絵を描きます。



いずれも木曜日

13時30分~15時30分

【会場】東和地域学習センター第3学習室
 【参加費】各回800円
 【定員】12人(先着順)
 【講師】木下 志津子氏 (日本パステルホープアート協会講師)

対象

16歳以上の女性の方

8/14(日)

A. 10時~11時
B. 13時~14時30分

からだも楽器に大へんしん 楽しくかんたんリズムひろば

テレビやYoutubeで活躍中の「フラワービート」のメンバーと、みんなが知っている曲に合わせてからだやモノを使ってオリジナルの音楽を作りましょう！

対象
A. 小学1~2年生
B. 小学3~6年生

【会場】東和地域学習センター 第1学習室
 【参加費】500円
 【定員】各10人(先着順)
 【講師】山本 晶子(フラワービート代表)
 【持ち物】動きやすい服装、飲み物



8/17(水)

10時~11時30分

頭健康 脳カツサロン

簡単なクイズやゲームに挑戦して頭の体操をします。

【会場】東和地域学習センター 第3学習室
 【参加費】150円
 【定員】15人(先着順)
 【講師】松下 孝夫氏

対象

おおむね50歳以上の方



8/21(日)

13時30分~15時30分

みんなで仲良く！ 「スターリマンと一緒に絵を描こう！」

夏休み企画！画家さんから「絵の描き方のコツ」をみんなと一緒に楽しく学ぼう！

【会場】東和地域学習センター レクリエーションホール
 【参加費】800円
 【定員】20人(先着順)
 【講師】はせがわ いさお氏 (画家) はせがわ 芳見氏 (一般社団法人スターリマンからの贈りもの・代表理事)



「MEGALOS」
カラダに効く
トピックス

今話題の「健康」「ダイエット」「美容」など
キレイと健康をお手伝いするコンテンツ



もっと詳しく知りたい方はこちら↓



誰でも簡単ダイエット！ 寝ながらできるエクササイズ

「ジムに行きたいけど、家事や子育てで忙しい」と体を動かしたくて、うずうずしている方は寝ながらできる簡単エクササイズがオススメです。

寝ながらエクササイズのメリット

- すぐに始められる
- 継続しやすい
- 睡眠の質が上がる
- スマホやTVを見ながらできる

(1)足パカダイエット

寝ながらダイエットで定番の足パカは、継続することによって憧れの美脚を目指したり、ウエストやお尻周りの下半身太りの改善も期待できます。

- 1.仰向けに寝転がり、両足をくっつけて真上に上げる
- 2.手は頭の後ろにおいて、お腹を見るように頭を上げる
- 3.足を45度ほど横に開いて、足の開閉を繰り返す

内ももの脂肪燃焼に効果的です。内ももに刺激が入っているかを意識して、足を曲げ過ぎないように気をつけましょう。

(2)ばたばた体操

健康的にも効果が高く、冷え性の改善やむくみ解消に効果的なトレーニング方法です。仕事終わりのむくみや疲労回復に最適で、血流が良くなり手足がポカポカと温かくなってくるのを感じます。

- 1.仰向けに寝転がる
- 2.両手足を真上に上げる
- 3.そのまま両手足を小刻みにぶらぶら揺らす

膝を曲げても大丈夫なので、出来るだけ手足が垂直になることを意識し、無理のない姿勢で実践しましょう。



2022年5月4日(水)に当センター主催講座「つみき3000個で花咲く街をつくろう」を開催されました。つみき3,000個を使い、くぐって遊べる円筒タワーを作ったり、家ではできない遊びを楽しむワークショップが行われました。

今回は、講座で寄せられるよくある質問について、講師の日置先生に回答いただきました。

「自由に創造する楽しさ」

講師

ひおき

日置ひとみ氏(つみきと造形Neiro主宰/現役保育士)



Q1. つみきが遊びとして優れている点は何でしょうか？

—つみきはとてもシンプルな形をしています。直方体のつみきは、バスになったり、電話になったり、パンになったり…幼児がまず見立て遊びを始めるためには、単純な形でなければいけません。たった一つのつみきを持った瞬間、子どもたちはいろんな思いをめぐらし、目を輝かせ、形にしています。想像力と創造力。

「つみき遊びの優れている点」は、子ども時代に育みたい力が、自然と身につくことだと思います。

Q2. 自分の子が他の子みたいに遊んでくれません。1人だけ背を向けたりしているのですが、発達障がいなどを疑った方がいいのでしょうか？

—何もしていないようで、周りの子の様子をじっと観察していたり自分なりの遊びを見つけようとしている子もいます。場所に馴染むまで時間がかかる子もいるでしょう。「つみき遊びをしない、好きではない」ということも悪いことではありません。その子には、まだ出会っていない「これが好き！夢中になれる！」という遊びがきっとあります。子どもの成長はスロープ状ではなく、階段状、と表現されることがあります。ある日突然、積み出したり、参加したり…思いがけない瞬間があるものです。周りと同じように遊べないことで、不安なお気持ちはよくわかります。まずはお子様の好きなことに参加して、ゆっくりと「今」を楽しんでみてください。



Q3. 「両親で参加したが、父親の方が子どもより夢中になってしまった。それで問題ないか」というご意見をお母さまから頂きました。

—お父さん(お母さん)が夢中になることはとても良いことです。子どもは親が楽しんでいる姿を見るのは嬉しいものです。逆に、ぼーっと見ていたり、「ほらやって」「こうやったらいいのに」と手ではなく口出しだけしてしまうよりずっといいですね。

私は大人向けのワークショップもよく行いますが「大人だって夢中になっていい」という事をみなさんによく伝えていきます。創造活動は、思いの外、疲れるものです。きっと夢中になったお父さんは、疲れたのではないのでしょうか。「夢中になるって楽しい」とか、「もうそろそろ終わりだよ」と言われた時の気持ちなど…活動を通じて、子どもってこんな気持ちなんだ、と保護者の方にも感じ取ってもらいたいですね。

Q4. つみきの活動を通して伝えたいことは何でしょうか？

—コロナの蔓延が人々の生活をガラリと変えました。子どもを育てる環境も教育も、今まで通りの考えが通用しないが増え、大人も子どもも、「どう生きるか」、という選択を、常にし続けています。自分なりの「選択」をするには、揺るがない「自己」がないとできません。実はつみき遊びは「選択」の連続です。「こんなのを作ってみたい」というぼんやりとしたゴール設定からスタートし、手を動かしていくうちに、目標がクリアになってきます。失敗と挑戦を繰り返し、徐々に形にしていく工程は、人生そのものです。

つみき遊びに正解はありません。あるのは「最適解」です。自分らしい、自分だけの選択をすることは、必ずしも「正解」ではないかもしれません。ですが、考え抜いたことはきっと「最適解」です。つみき遊びは、「最適解」を導き出す「創造力・夢中になる力・自分を信じる力」を育む活動だと思っています。

東和地域体育館の天井材一部落下による利用休止のお知らせ



6月3日の降雨により、東和地域体育館で天井材の一部が剥がれ落ちたため、当面の間、利用を休止させていただきます。ご利用者の皆さまには大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

<利用休止期間>

令和4年6月3日(金曜日)から当面の間

※今後、詳細の調査を行います。6月9日現在、7月末までの利用休止を決定しています。調査結果によって、8月以降も休止となる可能性があります。休止期間が判明し次第、当センターのホームページ、足立区のホームページでお知らせいたします。

サークル紹介

東和地域学習センターで令和4年度に結成しました、新規サークル(団体)です。皆さま宜しくお願い致します。



アイアイ英語リズム体操



↑五感をたっぷり刺激するベビーちゃんレッスン

↑歩けるお子様は、身体の使い方を、遊びながら学びます

●サークルについて教えてください！

2020年7月に、親子の触れ合い音楽遊び(リトミック)として始まり、2022年4月からは、乳幼児期にしっかりと身体づくりを行うための【体操】と、【英語】も加えた活動をしています。

●アピールポイントは？

お座りの出来るベビーちゃんからご参加いただけます。乳幼児期は聴覚・触覚が優れているので、音楽を使った遊びで【聴く力】【集中力】を育てます。

歩けるお子様は、遊びながらしっかりと【体幹】を養い、怪我をしにくく、様々なスポーツが楽しめる身体づくりを行います。

●サークル情報

活動日：第2・4木曜日

時間/対象：10:00～：お座り～よちよち歩き

11:00～：よちよち歩き～3歳

連絡先(メールアドレス) / aiai@growraise.jp 【吉田】

体験希望の方は、2,000円/2回セット
メールアドレスへご連絡ください

皆さまへ一言

親子が一緒にたっぷり触れ合いながら、楽しめるサークルです！ぜひ一度遊びにきてください！



東和チアダンス enernity☆



↑ 幼児クラス



↑ 小学生 基礎クラス

●サークルについて教えてください！

2014年に開催された講座をきっかけに、2022年4月よりサークルとして、幼稚園生から小学校6年生までが活動しています。

身体の向上・チアダンスの習得・チアスピリットを学びながら、地域活動への参加も積極的に行っています。

●アピールポイントは？

チアダンスは、全身運動です。音楽に合わせてポンポンをつかって楽しく身体を動かしたりします。基礎からしっかり習得でき、笑顔・あいさつ・感謝の心も大事にしています。地域東和を応援しています！

●サークル情報 ※詳細については、1F受付へお問い合わせください

活動日：毎週火曜日

時間：(幼児)15時30分～16時30分

(小学生/基礎クラス)16時30分～17時30分

(小学生/経験者クラス)17時30分～18時30分

※経験クラス者については、現在募集は行っていません



皆さまへ一言

こんにちは！東和チアダンスenernity☆です！楽しく仲間と協力しあい元気に活動しています！よろしくお祈りします。

東和図書館おしらせ

足立区立東和図書館 ☎ 3628-6203

* 各企画は新型コロナウイルスの影響により、中止になる場合がございます。

【対象について】◆16歳以上/緑 ◆親子向け/ピンク ◆子ども向け/青

おはなしかい

7/7.21(木)

11:00~11:30



あかちゃん

おはなしかい

【対象】0~2歳とその保護者

【定員】先着 各15組

(事前申込制)

7/17(土)

11:00~11:30

おはなしと
ボールストレッチ

【対象】3~7歳とその保護者

【定員】先着 4組

(事前申込制)

7/24(日)

11:00~11:30

おはなしかい

【対象】小学生まで

【定員】なし

(当日直接会場へ)

みんなの心を
ひとつにする仕事!

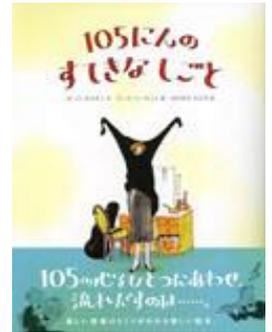
金曜日の夕方、ある人たちは仕事へ行く準備を始めます。

まずはお風呂。お風呂に入ったら次は着替えです。

ドレスを着たり、ブラウスを着たり、シャツを着て蝶ネクタイをします。アクセサリを着ける人もいますが、ブレスレットをする人はいません。着替えが終わったら、かばんを持って仕事をす

る場所へ。そして、夜の8時30分。105人の心をついに合わせたすてきな仕事が始まります。

今月の
気になる本



『105にんのすてきなしごと』

カーラ・カスキン/文
マーク・シーモント/絵

なかがわちひろ/訳
あすなろ書房

休館日

7/19日(火)

7/29日(金)

3~4か月児健診中止により、 絵本を受け取れなかった方に 絵本をお渡しします

【対象】 令和4年1月21日(金曜日) 令和4年3月21日(月曜日)までの間に
区内保健センター等で3~4か月児健康診査を受診予定だった方

【期間】 令和4年8月30日(火曜日)まで(予定)

【内容】 区内の図書館にて絵本をお渡しします。健康診査の通知に同封されているアンケート用紙をご記入のうえ、お近くの図書館にご持参ください。

※ご事情により、ご来館が難しい方には郵送にてお送りします。詳しくはホームページをご確認ください。



← 詳細や期間の変更などは
こちらから確認できます。

☎ お問い合わせ

足立区立図書館 読書活動推進係
TEL: 03-5813-3745

工作できちゃう

カモセット

図書館のお仕事をした時にでた廃材をセットにして配布します。
もしかしたら、このセットとお家にあるものでなにかすてきなものが作れちゃうかも！！
何が入っているのかは開けてからの楽しみ。
セットの準備が出来次第、今後定期的に配布予定です。

もらうには…
借りたい本と一緒に

カモセット引換券

をカウンターに出してください。

【対象】小学生まで
限定30セット(なくなり次第終了)

【配布予定日】7月22日(金)



たとえば、こんなセットから
カモ が、できました。

ゲームで体感する

SDGs

ゲームを楽しみながら、「SDGsとは何か?」「なぜ必要なのか?」を一緒に考えていきましょう。



講師:寺島義智

2030SDGs公認ファシリテーター。
企業やコミュニティが抱える課題や問題に対して、ワークショップを活用し
解決へのサポートを行っている。



* 他会場の様子

令和4年7月30日(土)

午前9時30分から午前12時

* 長時間のイベントになります

場所:東和地域学習センター3階 第3学習室

対象:小学4年生以上の児童とその保護者8組 16名程度

7月1日(金)から東和図書館カウンター、または電話にて受付

* コロナウィルス感染症の拡大状況により、中止となる場合があります。
* 当日、会場内でスタッフが撮影し、SNSや図書館報等に掲載する場合があります。
ご了承下さい。

東和住区センター 7月の予定

悠々館

※お問い合わせ先 代表 03(3628) 6206

開館時間：9:00～11:30 13:00～15:30

休館日：毎週日曜日, 7/18 (月)

◇転倒予防体操

日にち: 7/1, 8, 15, 22, 29(金)

時間: 9:10-10:00

◇熱中症対策事業 ダーツ練習会

日にち: 7/5(火), 29(金)

時間: 13:30-15:00

涼みながらダーツしませんか。初心者大歓迎

◇フレイル予防事業 栄養講座開催

日にち: 7/8(金)

時間: 10:00-11:00

いつまでも健康でいるために生活の質を向上しましょう

◇東和ハンドベル健康クラブ

日にち: 7/11(月)

時間: 10:00-12:00

◇東和 de ラジオ & ダーツ

日にち: 7/12, 26(火)

時間: 9:10-11:30

◇住区 de 団らん

日にち: 7/25(月)

時間: 14:00-15:00(予定)

●新型コロナウイルス拡散防止のため、予定が変更になる場合があります。

児童館

開館時間: 10:00～18:00 (平日) 9:00～18:00(土曜日、長期休み)

休館日: 毎週日曜日, 7/18(月)

◇児童館子育てサロン

(定員制)

対象: 0歳から就学前までのお子さんとその保護者

◇親子ヨガ

(定員制・予約制)

日にち: 7/14(木)

時間: 10:30-11:30

対象: 0歳児とおむね首が据わった月齢

◇ママといっしょに

(定員制・予約制)

日にち: 7/7(木)

時間: 10:30-11:30

対象: 未就学児

●詳細につきましては、児童館までお問い合わせください。

●新型コロナウイルス拡散防止のため、予定が変更になる場合があります。



ギャラクシティ

GALAXY CITY

NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

こども未来創造館



ストリートピアノは
誰でも大歓迎!

ギャラクシティ ストリートピアノ

利用時間
拡大!

- 時間** 午前10時15分～午後4時
・1人(1組)5分以内(準備時間含む)・1組2人まで
※休館日を除く
- 場所** モール(西新井文化ホール前通路)
※未就学のお子さまが利用される場合は保護者同伴

西新井文化ホール

ニッポンの伝統文化に「出会い」「体験」し
多くの人の前で「発表」することで
子どもたちの新しい可能性を拓きます

NEW!!
こども胡弓
こども狂言
こども祭囃子

参加無料

足立区制90周年記念
あだちから子どもに伝えたいもの

7月開催!
大ひょうげん
やってみたい子どもたち、集まれ!

いっしょに舞台上に立つ子どもたちを
大募集!

日程 【講座】2022年7月25日(月)～7月29日(金)までの5日間
【発表会】2022年7月30日(土)

対象 小学生・中学生 料金 無料

申込 事前申込(先着順)

各演目の詳細は
ホームページを
見てね!!

まるちたいけんドーム

A new fulldome experience from the CALIFORNIA ACADEMY OF SCIENCES

絶賛
上映中

サンゴ礁を旅して
リーフ

海の惑星・地球
さあ、サンゴ礁の海を旅して、
海洋生態系の秘密をさぐりましょう!

2022年9月2日(金)まで 午後2時30分～午後3時

【料金】小中高生100円 大人500円 未就学児無料(座席を使用する場合は100円)
【定員】170人 車いす2席 ※機軸席の使用は不可

当日午前9時より1階総合受付にてチケットを販売(先着順)

©CALIFORNIA ACADEMY OF SCIENCES

足立区新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインに則り、感染予防対策を実施しております。

【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・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

最新情報・詳細はWEBへ! 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・公演について、定員終了・チケット完売の際はご了承ください。



公式ホームページ

◆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◆

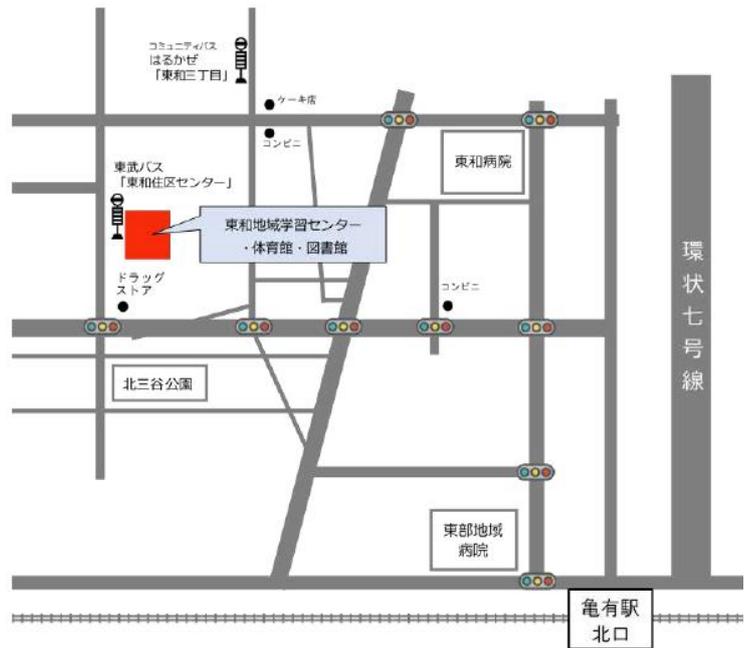
交通案内

【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/TIME』7月号
(Vol.449)

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
東和地域学習センター・体育館〔☎:03-3628-6201〕
東和図書館〔☎:03-3628-6203〕
URL: <https://adachi-towacenter.Tokyo/>

- ◆ 休館日 / 学習センター: 7/19(火)
- ◆ 休館日 / 図書館: 7/19(火), 7/29(金)

責任・指定管理者 / みんなでつくるあだちの未来共同事業体



東和センター



「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

