

よいしよ

-地域の心地よい居場しよ-

2024

5

No.337



「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:「大空に泳ぐ」
(2016年4月19日 山梨県北杜市・長沢鯉のぼり祭)

「伊興写真サロン」の詳細は4ページをご覧ください。

新生活に向けて
みんなで消費者力を
きたえましょ!



伊興地域学習センター
ゆるキャラ いこもさん

特集 (2~3ページ) : 5月は「消費者月間」です!

きたえよう 消費者力

きたえよう



しょうひしゃりよく 消費者力

5月は消費者月間です。4月から新生活が始まり、新しく商品を買ったり契約をしたりする方も多いのではないのでしょうか。「消費者力」を鍛えて、お金のトラブルから身を守りましょう！今回はチェックリストや事例で、具体的な対策をご紹介します。



「消費者力」の基礎！3つのちから

気付く力

「今だけの限定品！」
「特別無料期間！」
などの強い言葉に流されない！
まずは批判的な目を持って
違和感に気付く
ことが大切です。

断る力

違和感に気付いたら、
「興味がありません」
「お断りします」
と、**きっぱり断る！**
言葉と態度ではっきり
意思表示する必要があります。

相談する力

少しでも不安なことがあれば
すぐに結論を出さず、
家族や知人に相談を！
ひとりで解決できないときは、
消費者センターの窓口に
相談してみましょう。



消費者力チェック



- ポイントや特典が付くとお得に感じる
- 値段の高さと品質は比例すると思う
- 説明書や契約書はあまりよく読まない
- 好きなタレントがCMしている商品をよく買う
- どんな相手の話も最後まで聞くべきだ
- その場の空気や相手の表情に影響を受けやすい
- 一目惚れで購入を決めて後悔することがある
- お願い事をされると断れない
- 自分の判断に絶対的な自信がある
- 新商品や新美容法などはとにかく試してみたい

チェックが多いほど要注意！！

購入や契約をする前に

- ① 自分にとって本当に必要なものか
- ② 正しい説明を受けているか
- ③ 疲れて判断力が鈍っていないか

など、立ち止まって考えることでトラブルを防ぐことができます。サービスの仕組みを理解し、適切に情報を収集、判断して、目指せ「消費者力」アップ！



身近に潜む消費問題

近年、わたしたち消費者を取り巻く取引やサービスの種類が増え、それらによるトラブルも増加しています。よくある事例を2つ紹介します。

電気契約切り替えトラブル

〇×電力です。いつもお世話になってます！
今の電気代、高いと思いませんか？契約を
変更すれば**電気代が安くなりますよ！**
検針票を見せてください！



悪徳業者

契約中の**大手電力会社**を名乗っていたので、
不審に思わず家に入れてしまった。
検針票を見せただけなのに
知らない小売電気事業者との
契約に切り替わっていた。その事業者と
契約するつもりはないので**解約したい！**



消費者

契約について勧誘があったときは、
事業者名を確認しましょう。
切り替え検討の意思がないときは、
検針票を見せないようにしましょう！
訪問販売や電話で勧誘を受けた
契約は**クーリング・オフ***できる
場合があります。



相談員

訪問買い取りトラブル

不要品を高く買い取ります！
引き出しに眠っている
アクセサリも
鑑定するので見せてください！

不要品を買い取ると言って
訪問してきた業者が、
売るつもりのないアクセサリまで
無理矢理買って行ってしまった！
「売るまで帰らない」と言われて怖かった。
大切な物だから**返してほしい！**



消費者

突然の訪問業者は
安易に**家に入らず、**
きっぱり断りましょう。
クーリング・オフ*期間内は
物品の引き渡しを拒否
することができます。



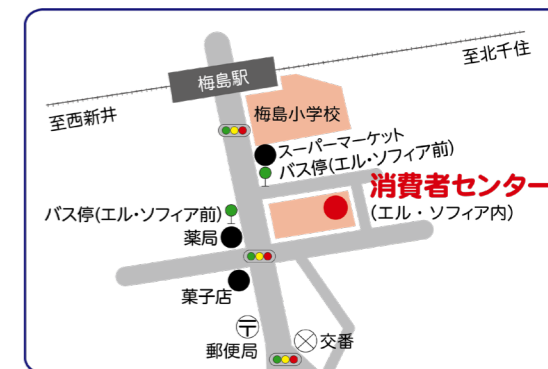
相談員

*クーリング・オフは、一度申し込みや契約を結んでしまった場合でも、一定の期間内であれば無条件で撤回や契約解除ができる制度です。

困った時は**消費者センター**に
ご相談ください！



【住所】足立区梅田7-33-1（エル・ソフィア2階）
【アクセス方法】東武スカイツリーライン「梅島駅」下車徒歩3分
【開館時間】
月曜日～金曜日（祝日、年末年始を除く）午前8時30分～午後5時
消費生活相談の受付時間は午前9時～午後4時45分
【相談専用電話】03-3880-5380
※消費生活相談をご希望の方は、電話、来所またはオンライン（Web会議サービスを利用）をご利用ください。



講座案内

4月26日(金)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。



大人向け(16歳以上の方)
子ども・親子向け
シニア向け
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」



当日受付
持

日時: 5月1日・8日・15日・22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910円

週末に整える 疲れリセットヨガ



日時: 5月10日・24日
いずれも金曜日
午後7時～8時
定員: 各8名 費用: 1回710円

日曜日にリフレッシュ 「ズンバ」エクササイズ



当日受付
持

日時: 5月12日・19日・26日
いずれも日曜日
午後1時～2時
定員: 各40名 費用: 1回910円

深い呼吸で無理なく楽しむ リラクソヨガ



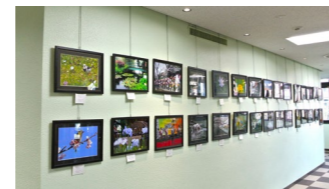
日時: 5月26日(日)
午前10時～11時
定員: 8名 費用: 710円

伊興写真サロン



日時: 6月2日(日)
午前10時～正午
定員: 15名 費用: 無料

サロンの参加者やボランティアの皆さんが撮った写真を2階「みんなのギャラリー」で展示中! 毎月入れ替わるので、センターにお越しの際はぜひお立ち寄りください。



ナイト・エクササイズ お腹ダイエット①②(2日制)



日時: ①: 6月4日・18日
②: 7月2日・30日
いずれも火曜日
午後7時30分～8時45分
定員: 各20名 費用: 各1,600円

ストレッチや筋膜リリースで体をほぐしたあと、ダンベルを使ってお腹を中心に鍛えていきます。全身リズムエクササイズを通して美しいカラダを目指しましょう。

にしいこう子どもひろば



日時: 5月9日(木)
午後3時30分～5時30分
対象: 18歳以下の子ども
定員: 10名 費用: 無料

親子でリラックス ベビーマッサージ



日時: 5月21日(火)、6月6日(木)
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

親子deラクロスにチャレンジ



日時: 5月25日(土)
午後6時30分～8時
対象: 小学生と保護者
定員: 8組
費用: 1,200円(小学生のみ: 600円)

クッション性のある安全なボールを使用して、基本的な動きを学び、簡単なゲームを行います。注目が集まるスポーツを親子で体験しませんか? 小学生のみの参加もお待ちしております。

ちびっこ体操(6日制)



日時: 6月4日～7月9日
毎週火曜日
午後3時30分～4時30分
対象: 4歳～就学前の子ども
定員: 40名 費用: 2,820円

こども体操(6日制)



日時: 6月4日～7月9日
毎週火曜日
午前4時40分～5時40分
対象: 小学生
定員: 45名 費用: 2,820円

親子で手作りランチ カレー味のおいしい夏野菜太巻き



日時: 6月8日(土)
午前10時30分～正午
対象: 5歳～小学生と保護者
定員: 8組 費用: 1,480円

はつらつ教室

B: 運動90分
C: 栄養学45分
+ 運動45分



日時: B: 5月2日(木)
C: 5月16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

ゆる～りお気楽元気体操



日時: 5月27日(月)
午後1時30分～3時
対象: おおむね65歳以上
定員: 20名 費用: 470円

おしゃべり歌声体操



日時: 5月28日、6月11日
いずれも火曜日
午後1時15分～2時45分
対象: 60歳以上の方
定員: 各20名 費用: 1回550円

中高年から楽しむ ゆったり簡単ボサノバダンス



日時: 6月4日(火)
午後1時30分～2時30分
対象: 40歳以上の方
定員: 30名 費用: 600円

ボサノバの音楽に乗って無理なく体を動かす健康体操です。簡単なステップで踊るように工夫しているのでどなたでも気軽に参加できます。癒やされる音楽で、心身ともにリフレッシュしましょう。

伊興おもちゃの病院



日時: 5月11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 ～Voice!!!人権の教室～



当日受付

日時: 5月19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: 5月26日(日)
午後2時～3時30分
定員: 20名 費用: 無料

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

自然療法で心をほぐす アロマでバスタイムケア

日時：5月26日(日)
午後2時～3時30分

対象：16歳以上の方
定員：12名
費用：2,500円
講師：常藤あや(看護師)、重野有香(自然療法士)



イメージ写真

五月病などを代表とする、新生活に係る心身の不調にアプローチする方法を、自然療法の観点から解説します。高品質な精油を使ったバスソルトを作成し、入浴方法による回復効果の違いも学びます。

ソムリエと楽しむ 初夏のイタリアワイン会

日時：6月8日(土)
午後6時30分～8時30分

対象：20歳以上の方
定員：8名
費用：3,500円
講師：常藤信一郎(J.S.A公認ワインソムリエ、調理師)



過去の講座の様子

ソムリエが選んだワインを飲み比べて、ワインの楽しみ方と基礎知識を学びます。調理師でもある講師が作った前菜をいただきながら、ワインと料理の相性についても学んでいただきます。

- <提供メニュー>
- ・冷製ガスパチョ
 - ・自家製鶏ハムのサルサヴェルデ
 - ・夏野菜のピクルス
 - ・オーガニックワイン
 - ・ズッキーニのフリッタータ
 - ・茄子のノルマ風パンネ
- ※アレルギー対応なし

子どもバレエサークル体験A・B(2日制)

日時：5月24日(金)、6月7日(金)
A：午後3時40分～4時40分
B：午後4時40分～5時40分

対象：A：4歳～小学1年生
B：小学2・3年生
定員：各10名
費用：各20円
講師：樋口桜(バレエサークル・リチェ指導者)



サークル活動中の様子

登録団体「バレエサークル・リチェ」さんのサークル体験イベントです。「柔軟体操・スキップ」、「手と足のポジション」、「バーレッスン・センターレッスン」、簡単な曲での練習など、バレエの基本を会員さんと一緒に体験できます。

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



イベント情報

図書館が行う今月の催しです。

乳幼児と保護者向け
幼児～小学生向け
大人向け(16歳以上の方)

おやこおはなし会



日時：5月9日(木)・23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。
絵本の読み語りやお家でも楽しむことができる手遊びなどを行ないます。

みんなでつくろう



毛糸で作る
帽子のストラップ!



日時：5月11日(土)
午後2時～2時30分
会場：2階「教養室」
定員：5名(同伴の保護者は含まない)
申込：5月1日(水)午前9時～
窓口・電話にて受付

英語おはなし会



日時：5月18日(土)
午後3時～3時30分

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。

おはなし会



日時：5月22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。

春のスペシャルおはなし会



日時：5月26日(日)
午前10時30分～11時15分

会場：3階「レクリエーションホール」
定員：50名
テーマは「きょうりゅう」。
昔の生き物や化石のおはなしを聞いた後、実際に化石を見てみましょう。

大人のためのおはなし会



日時：5月10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

『ファラオの密室』

白川尚史/著
宝島社/発行

紀元前 1300 年代後半、古代エジプト。死んでミイラになった神官のセティ。しかし、自身の身体にあるはずの心臓が欠けている！？冥界の審判を受けるため、欠けた心臓の捜索に奔走するも、残された期限は3日間。「自分はどして死んだのか」事件の真相を追う中で、次々と大きな謎に直面して...。2024年「このミステリーがすごい！」大賞受賞作をお楽しみください。

一般
図書

『話がうまい人の頭の中』

齋藤孝/著
リベラル社/発行

「うまく話せない」「話すのが苦手」こうした悩みを抱える方も多いのではないのでしょうか。本作では、コミュニケーション能力が高い人の頭の中にフォーカスを当て、会話上手になるコツを多数紹介しています。会社や学校など、日常生活の中で今すぐ使える会話術のバイブルです。著者が掲げる“ストレスゼロの会話術”で会話の楽しさを学んでみませんか？



児童
図書

『やってみた！研究 イグノーベル賞』

五十嵐杏南/著
東京書店/発行

みなさんは「イグノーベル賞」をご存知ですか？ノーベル賞のパロディとして創設された「人々を笑わせ、考えさせる研究に授与される賞」のことです。この本では、過去に受賞した75本の研究を紹介しています。ユニークでとても深〜い研究の沼へ足を踏み入れてみませんか？

5月の一般図書特集

季節やイベントに合わせて、図書館職員が選んだ特集コーナーです。下記POPが目印！

「子育て」

設置場所：1階地域学習センター窓口横



子育てに役立つ本を
特集します。

ストレス解消法について
の本を特集します。

「ストレス解消法」

設置場所：地下1階図書館カウンター前



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！

特集コーナー紹介！【芥川賞編】

○芥川賞ってなに？

明治に生まれ、大正から昭和初期に活動した作家「芥川龍之介」を記念して創設された文学賞です。昭和10年に始まり、選考委員によって年2回受賞作が発表されます。対象となる作品は、文章の美しさや表現方法の多彩さに重きをおき、純粋な芸術性を追求しようとするいわゆる純文学作品で、主に無名、もしくは新進作家に授与されます。



出典：国立国会図書館
「近代日本人の肖像」
(<https://www.ndl.go.jp/portrait/>)

伊興図書館では
右の緑のラベルを貼って
特集コーナーを
設けているよ！



実際の本棚の様子↓



受賞作品の紹介！

過去に受賞した作品の中から職員のおススメの本をご紹介します。

第155回（2016年上半期）受賞作

『コンビニ人間』



村田沙耶香/著
文藝春秋/発行

古倉恵子、36歳、独身。18年間続けているコンビニのアルバイトこそ天職であると考えているが、婚活目的で入ってきた新入りの男に、日常を乱されてしまう。

第161回（2019年上半期）受賞作

『むらさきのスカートの女』



今村夏子/著
朝日新聞出版/発行

この街には「むらさきのスカートの女」と呼ばれている人物がいる。私はその人物と仲良くなりたいと思い、同じ職場で働くように誘導して、接触を試みるも....

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: 5月3・4・5・6・12・19・20・26日

悠々館☆住区 de 団らん

日時: 5月15日(水)
午後4時~5時
内容: 楽しいゲームをします。申込みの受付期間は4月25日(木)から5月8日(水)までです。

児童館☆こどもの日工作

日程: 5月11日(土)
①午前10時45分~11時30分
②午後2時30分~3時15分
定員: 各10名
内容: 写真立てを作ります。

東伊興住区センター

(東伊興1-5-22)
TEL: 03-3899-8531
休館: 5月3・4・5・6・12・19・20・26日

悠々館☆令和6年度の教室開始

内容: 民舞・麻雀・健康体操・絵手紙・カラオケ・花道フラダンス・歌声・民謡・気功・ぬり絵・陶芸・ダーツ等の教室が開始します。定員に達していない教室は現在も募集しています。

児童館☆ハンドメイド「母の日プレゼント」

日時: 5月11日(土)
①午後2時~3時
②午後3時~4時
定員: 各10名
内容: 写真立てとメッセージカードを作ります。

東伊興生活館

(東伊興3-23-6)
TEL: 03-3897-2225
休館: 5月3・4・5・6・12・13・19・26日

児童館☆工作「えあわせパズル」

日時: 5月15日(水)
午後2時~4時
定員: 20名
内容: 同じマークを4枚そろえるカードを作ります。5月1日(水)から申込みを開始します。

児童館☆ベビィタイム ベビィマッサージ

日時: 5月17日(金)
午前10時30分~11時30分
対象: 乳幼児と保護者
内容: 山本先生と一緒に赤ちゃんをマッサージします。バスタオルをお持ちください。

※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。

西新井住区センター (西新井1-4-17)
TEL: 03-3854-1527
休館: 5月3・4・5・6・12・19・26・27日

悠々館☆住区 de 団らん

日時: 5月24日(金)
午後2時~午後3時30分
内容: 茶話会の他、合唱やカラオケを通して参加者同士での団らんを楽しみます。

児童館☆工作「かざぐるまをつくろう！」

日時: ①5月28日(火)
②5月29日(水)
午後2時30分~3時30分
内容: クリアファイルを使ってオリジナルの風車を作ります。材料が無くなり次第終了となります。

西伊興住区センター

(西伊興1-12-12)
TEL: 03-3896-7362
休館: 5月3・4・5・6・12・13・19・26日

悠々館☆栄養講座<食べてフレイル予防>

日時: 5月24日(金)
午前10時30分~11時45分
内容: 簡単で、バランス良い、美味しいレシピをデモンストレーションでご紹介します。当日会場にて受付を行います。試食はありません。

児童館☆ベビィダンス

日時: 5月16日(木)
午前11時~11時45分
対象: 乳幼児と保護者
内容: 抱っこ紐でお子さんを抱っこしながら、音楽に合わせてステップを楽しみます。

栗原北住区センター

(栗原4-19-15)
TEL: 03-3899-8761
休館: 5月3・4・5・6・12・13・19・26日

児童館☆気功の集い

日時: 5月16日(木)
午後1時30分~2時30分
内容: 楽しく気功を学びます。

児童館☆ファーストシューズのおはなし

日時: 5月24日(金)
午前10時30分~11時30分
対象: 0歳児と保護者
内容: 理学療法士の春日井翔子さんがファーストシューズのお話しをします。事前予約制です。

※イベントの詳細は各センターにお問い合わせください。
※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。

クイズdeよいしょ

Q1

イギリスじんがかいだんでころびました。でも「いたい」とはいいませんでした。なぜでしょう？
(まきさん)

Q2

あたらしいカンを1000こ のせてはしるのりものは なんだ？
(ヒロヤさん)

Q3

おかあさんが わになるとせいかくが かわるよ。どんなせいかくになる？
(えいみんさん)



・どうこうように クイズをかいて ポストに いれてね。
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 5がつ31にちまでに けいひんを とりきてね。

(22.44) 22.44 'E0 '444444 '20 '544444444444 '10 2222

西新井消防署より

STOP! 子どもの事故

子どもが窓やベランダから落ちる事故が繰り返し起きています。
高所からの転落・墜落は、生命に危険を及ぼす可能性が高いです。



窓やベランダからの転落を防ぐために...

- ① ベランダを子どもの遊び場にしないようにしましょう。
- ② エアコンの室外機、植木鉢を置く場所にも注意しましょう。
- ③ ベランダへの出入口の窓などには、鍵を二重に設ける等の措置を講じましょう。
- ④ 定期的に手すりにガタつきや腐食などがないか、確認しましょう。

こんな転落事故も起きています。

ベッドから落ちる

柵を上まで上げておきましょう。



自転車の補助イスから落ちる

子どもを乗せたまま、その場を離れないようにしましょう。



抱っこひもから落ちる

前にかがむときは、子どもを手で支え、降ろすときは低い姿勢で行いましょう。



西新井消防署 TEL: 03-3853-0119
大師前出張所 TEL: 03-3886-0119
上沼田出張所 TEL: 03-3855-0119
本木出張所 TEL: 03-3889-0119
舎人出張所 TEL: 03-3856-0119

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

※本数が少ないため事前にご確認ください。

★徒歩でお越しの場合

東武スカイツリーライン

「竹ノ塚駅」西口より、徒歩16分

日暮里・舎人ライナー

「谷在家駅」東口より、徒歩19分

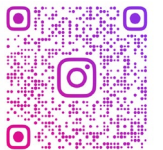
あだち御朱印ラリー

実施期間：開催中～9月15日まで

※休館日を除く

受付時間：午前9時～午後8時

オリジナルの御朱印帳を購入し、足立区内の魅力的なスポットを巡って、飲食やお買い物しながらお店オリジナルの御朱印集めが楽しめるイベントです。伊興センターでも実施中です。



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：5月20日(月)・6月17日(月)

図書館休館日：5月31日(金)・6月28日(金)

「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



いこさん

よいしょ 2024年5月号/No.337

2024年4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