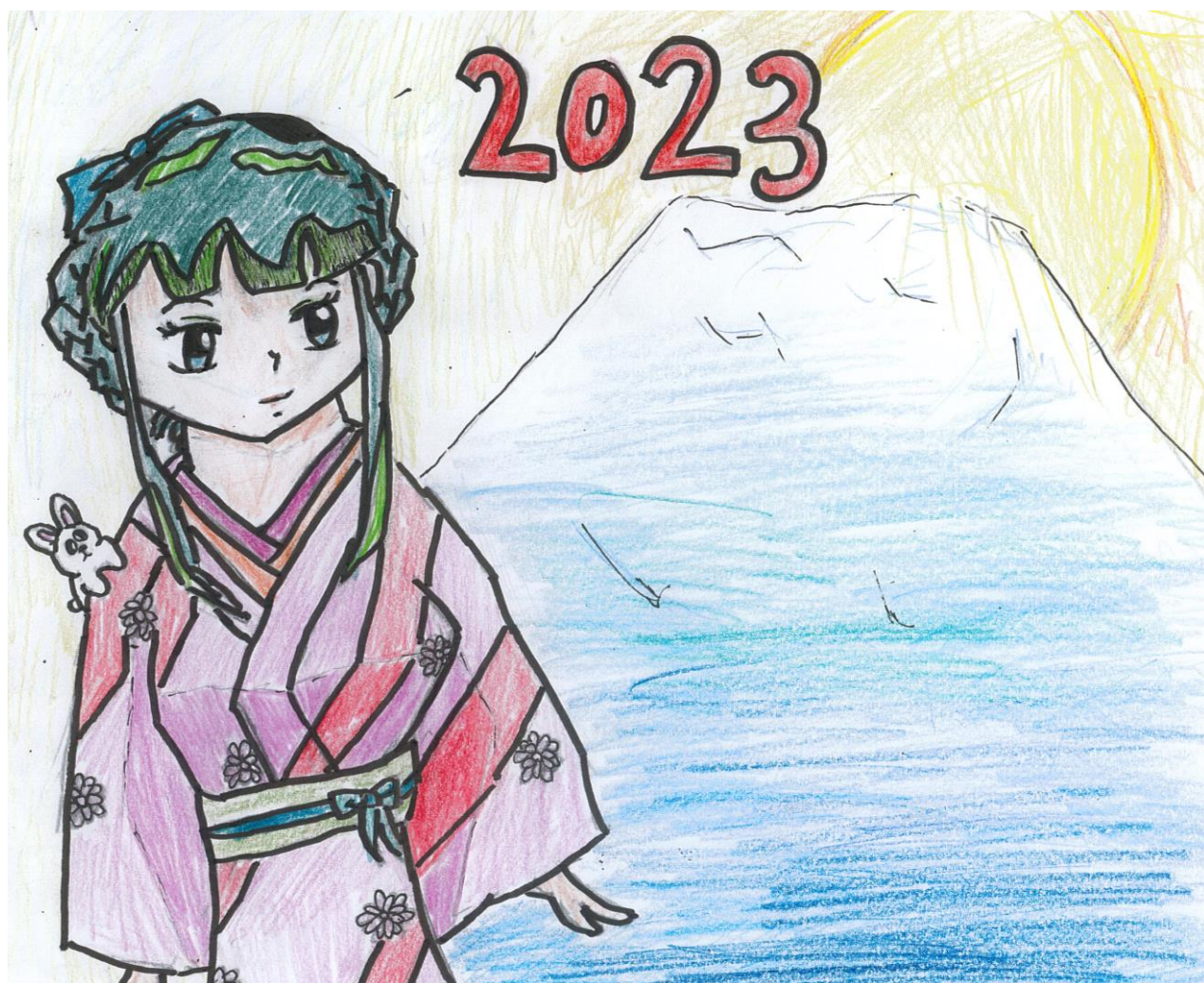


REST

2023
1 月号



地域情報 関連ページ2

佐野名店探訪

今月は 満田 千恵理 さん（11 さい）の作品
2 階窓口まで賞品を取りにきてね

【レストの表紙絵を募集しています】

本紙では、主に就学前～小・中学生の子どもから毎号表紙にのせるすてきな絵を募集しています。

—応募方法—

佐野センターの窓口で応募用紙を受け取り、かいた絵に色をぬって、窓口においてあるポストに入れてください。
表紙絵に選ばれると、もれなく佐野センター内に掲示されます。当選者には賞品をさしあげます。

第17回

佐野名店探訪



オムそばたこ焼きセット 530円



皮から手作りのにくまん 150円



日替わりのケーキ 140~220円
(写真はチョコレートケーキ)

住宅街に佇む
リーズナブルなたこ焼き屋さん

寒くなってくると食べたくなるものといえば何と言ってもたこ焼きですが、佐野センターにほど近い「ベアーの家」では注文してから作る熱々のたこ焼きが食べられます。

お店の外から声を掛けると、窓からお母さんが顔を出します。気さくなお母さんとお話をしていると、たこ焼きもあつという間に焼きあがります。たこ焼き以外にも皮から手作りしている「にくまん」は注文が入ってから蒸し上げます。オムそばやおにぎり、手作りケーキ、えびせんでたこ焼きを挟んだ「たこサンド」などメニューもバラエティ豊かです。どこか懐かしい雰囲気と熱々のたこ焼きをぜひ味わってみてください。



たこ焼き **ベアーの家**

住所：足立区佐野 1-9-7
電話番号：03-3629-8537
営業時間：午前 11 時 30 分～午後 7 時 30 分
定休日：木曜日

当日気軽に立ち寄れる
サロン

地域の趣味仲間が集うひととき。
毎月、定期的開催しています。

今後の新型コロナウイルス感染症の状況によっては会場の変更、定員の制限、開催中止の可能性がございます。最新情報については事前にお問合わせください。

モルック体験会



土
日
祝

フィンランド発祥の投げきゲームをやってみよう。場所は佐野公園。現地集合・解散（雨天中止）

日時：1/7（土）～9（祝）
午後 1 時 30 分～3 時

料金：無料
定員：各 8 人程度
対象：どなたでも

おもちゃの病院



第3
金

運営ボランティア「あだちトイ・ドクターズ」が参加者から持ち込まれた玩具を修理します。

日時：1/20（金）
午後 1 時～4 時

料金：無料（材料費がかかる場合あり）
定員：特になし
対象：どなたでも

おしゃべりサロン



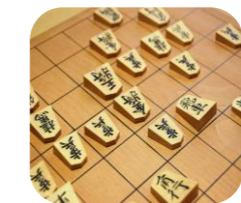
毎週
火
木

ちょっと一息つける憩いの場、気軽におしゃべりできる場としてフリースペースをご用意しています。

日時：1/5（木）～31（火）
（1/10を除く）

午後 1 時～4 時
料金：無料
定員：各 10 人程度
対象：どなたでも
（現在サロン内での飲食はおこなっていません）

囲碁・将棋ひろば



第1・2
日

囲碁・将棋に興味のある方から初級者～対局を求める方まで、運営ボランティアさんが手合わせします。

日時：1/8（日）1月は第2のみ
午前 9 時～正午

料金：無料
定員：10 人
対象：小学生以上の方

おはじきサッカー



第1・4
日

テーブル上でおこなう対人スポーツです。ルールや基礎技術を覚えて指ではじいて相手ゴールを目指そう。

日時：1/22（日）1月は第4のみ
午後 1 時 30 分～3 時

料金：無料
定員：8 人
対象：どなたでも

夜間個人学習室



毎週
火
金
木

勉強や読書にご利用いただける学習室を無料で開放しています。

日時：1/5～31（火）（木）（金）
（1/10を除く）

午後 5 時 30 分～9 時
料金：無料
定員：各 10 人程度
対象：高校生以上の方
（団体予約が入った場合使用できない日もあります）

子ども折り紙ひろば



第3
日

毎月季節に合わせた作品を用意しています。動物やお花など好きなものを自由に折ることもできます。

日時：1/15（日）
午後 1 時 30 分～3 時 30 分

料金：無料
定員：10 人
対象：小学生以下の方
（就学前の子どもは保護者同伴）

写真サロン



第4
土

カメラや写真好きの方が集まり作品の観賞会を中心に、撮影のコツなどを相談するサロンです。

日時：1/28（土）
午前 10 時～正午

料金：100 円
定員：10 人
対象：16 歳以上の方

事前申込の講座案内

4～5 ページに掲載の講座は

12/26 (月) 午前 9 時より受付開始 (一部を除く)

受付初日の午前 9 時～午後 1 時は佐野地域学習センター窓口、または電話 (03-3628-3273) で受付します。
インターネットは 12/26 の午後 1 時からです。

講座、サロンの参加に際してのお願い

- 発熱のある方、体調がすぐれない方は参加を控えてください。
- 参加の際はマスクを着用し、手洗いや手指の消毒をおこなってください。
- 感染状況によっては会場変更、定員制限、開催中止の可能性があります。

一般 シニア向け



そして 10 年後の私へ ネット時代の手紙の書き方(2 日制)



1 回目で書き方を学習。講師が用意したテーマで 2 回目までに書いてきてもらいアドバイスを受けます。

日時: **1/11 (水)・18 (水)**
午前 10 時～正午

料金: 900 円
定員: 10 人
対象: 16 歳以上の方
講師: 新井妙子 (学校図書館司書)

クラスを選べる ウクレレ教室(5 日制)



コードを覚えたい、弾いたことはあるけど上達したい方が段階に応じてウクレレの楽しみ方を学べる教室です。

日時: **1/14～3/11 第 2・4 (土)**
初級 午後 3 時 30 分～5 時
入門 午後 6 時～7 時 30 分

料金: 2,750 円 定員: 各 12 人
対象: 初級 G7 のコードが弾ける方
入門 C のコードが弾ける方

気軽に簡単 指でございパステルアート



パステルを指につけ、型を用いて描きます。同じ見本でも配置や色、指圧で個性的な作品ができあがります。

日時: **1/17 (火)**
午後 1 時～3 時

料金: 700 円
定員: 10 人
対象: 16 歳以上の方

身体と頭のやさしい体操



ゆったりとした無理のない動きのストレッチや有酸素運動、筋トレや脳トレゲームなども取り入れます。

日時: **1/18 (水)**
午前 10 時～11 時 30 分

料金: 400 円
定員: 16 人
対象: おおむね 65 歳以上の方

基本を身につける 大人のボールペン字(3 日制)



自分の字のクセを知り、読みやすく、美しい字を書くコツを、主に名前や住所を中心に練習します。

日時: **1/20～2/3 毎週 (金)**
午後 1 時 30 分～2 時 40 分

料金: 1,980 円
定員: 20 人
対象: 16 歳以上の方

生配信の映像で楽しむ バーチャル英会話



海外のナビゲーターと会話したり映像を楽しんだり Zoom を通して旅行を疑似体験する英会話レッスンです。

日時: **1/21 (土)**
午前 10 時 30 分～正午

料金: 300 円
定員: 会場 10 人 オンライン 10 人
対象: どなたでも

「おひなさま」 ハンドメイドサロン



ハンドメイドを通じた交流の場です。毎月 1 つの作品を完成させます。月ごとに作品の題材は変わります。

日時: **1/24 (火)**
午前 10 時～午後 1 時

料金: 500 円
定員: 20 人
対象: 16 歳以上の方

元気いきいき体操 (8 日制)



ボールやマットを使った運動やリズム体操で、運動経験のない方でも無理なく体力づくりができます。

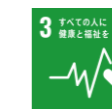
日時: **2/3～3/24 毎週 (金)**
A 午前 11 時～午後 0 時 30 分
B 午後 1 時 30 分～3 時

料金: 3,520 円
定員: A 25 人 B 40 人
対象: おおむね 60 歳以上の方

子ども 親子向け



心も身体も健やかに！ 姿勢改善体幹ストレッチ(2 日制)



凝り固まった筋肉をゆっくり丁寧にストレッチすることで歪みを改善。疲れにくい身体を作っていきます。

日時: **2/2 (木)・16 (木)**
午後 1 時 30 分～2 時 30 分

料金: 1,000 円
定員: 16 人
対象: 16 歳以上の女性

誰でも手軽に楽しめる スポーツ健康吹矢(2 日制)



的をめがけて矢を放ち得点を競うゲームです。技術上達にくわえ、腹式呼吸で健康維持・増進をはかります。

日時: **2/2 (木)・16 (木)**
午後 3 時 30 分～5 時

料金: 1,100 円
定員: 12 人
対象: 16 歳以上の方
(現在、道具の貸出はおこなっておりません)

衣食住に役立つ カラーコーディネート講座

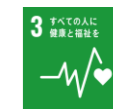


顔を明るく見せる、快適に過ごすインテリアなどカラーコーディネートを取り入れる方法を解説します。

日時: **2/4 (土)**
午後 1 時 30 分～3 時

料金: 500 円
定員: 20 人
対象: 16 歳以上の方

C 運動+栄養学 D 運動+口腔学 はつらつ教室

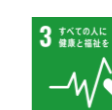


初めての方は 1/15 (日) より、2 回目以降の方は 1/26 (木) より受付開始です。

日時: **2/8 (水)・22 (水)**
午前 10 時～11 時 30 分

料金: 無料 定員: 各 25 人
対象: 足立区内在住の 65 歳以上で要介護・要支援の認定を受けていない方

ゆるめてほっこり 親子でふれあいストレッチ

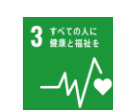


毎月 1 回のベビーマッサージやヨガを取り入れた親子でおこなうストレッチ教室です。ママ友作りにも。

日時: **1/20 (金)**
午前 10 時 30 分～11 時 30 分

料金: 650 円
定員: 8 組
対象: 2 カ月～2 歳未満の子どもと母親

産後ママのための ママフィットネス with ベビー



毎月 1 回、産後の体力の低下や体形の崩れを解消する脂肪燃焼に効果的なエクササイズをおこないます。

日時: **1/23 (月)**
午前 10 時～11 時

料金: 650 円
定員: 10 組
対象: 2 カ月～2 歳未満の子どもと母親

センター情報

—佐野センター人気講座の魅力に迫る—

みその
香りに
誘われて



みそ講座の誕生秘話

みそは栄養価が高く、保存がきき、家庭でも様々なアレンジができます。意外と手軽に作れるので「ワイワイと協力しながら受講者同士が気さくに学べるのでは」ということで2016年にみそ講座がスタート。発酵食品会社のベテラン講師にお願いするかたちで始まり、最近では佐野センターの冬の風物詩として定着しています。

通常は蒸した豆を使うところ、この講座ではすり大豆を使い、自分だけのみそが楽しめるのが人気の秘訣。風味豊かなみそができる評判です。今年度の講座はすでに終了しましたが、来年度も引き続き開催予定です。

みそ四方山話



日本四大みそ!?

上記の三つを指して三大みそと呼ぶそうです(諸説あります)。八丁は愛知県。仙台は宮城県ですね。このほかにも長野県の“信州みそ”が有名ですが、信州みそは白みそに含まれるそうです。とはいえ受講者の方々にどこのみそがお好みですかとお聞きすると、皆さま口を揃えておっしゃるのは……「わが家の手作りみそがやっぱり一番!!」

How to みそづくり

講座の内容をちょっとだけご紹介。仕込みが完了したら約6か月寝かせます。ちょうど3か月目に天地返しをするのがポイントです。

- ① たらいに麴(こうじ)、さまし湯を静かに入れてかき回す。
- ② 温らせた麴にすり大豆を入れ、ダマの無いように混ぜ合わせる。
- ③ ②の材料を団子状にして、仕込み容器に底からすき間なく押しつけながら詰め込む。
- ④ 表面を平らにして軽く振り塩をし、ラップを張りつけ、ふたをする。



うさのさんの クロスワードパズル



さのっこのみんな、あけましておめでとう。みんなは元旦(がんたん)と元日(がんじつ)のちがいがわかるかな? 元旦は1月1日の朝のことだけを指すんだってさ。さあ、今月もだれが一番早くクロスワードパズルをとけるかちょうせんだ!

① A			③
④		②	
		⑤	B
⑥ C			

【タテのもんだい】

- ① 2023年の干支(えと)はうさぎ。英語で〇〇ット。
- ② 1月9日は何の祝日? 〇〇〇んの日。大人になればわかるよ。
- ③ みんなは初もうでにどこに出かけるかな?

【ヨコのもんだい】

- ④ 手紙を書く紙をこう呼びます。便箋。読める?
- ⑤ 〇〇っぱり。〇〇悪(わる)。食い〇〇がはる。
- ⑥ サッカーW杯などの一位のこと。優勝者。チャンピオン。

正解は次回のクイズコーナーで発表します。

12月号の正解者の中から

(上岡 璃子)さん(3年生)に
賞品をさしあげます2階までとりにきてね♪

今月号のクイズのこたえがわかった人は
1月15日までにレストのポストに入れてください。

12月号のこたえ

「A. じ」「B. ゆ」「C. う」

キリトリ



1月号

クロスワードのこたえ



ふりがな

お名前

年生

ここに記入された個人情報はクイズ以外には使用いたしません

わが家の本棚

佐野図書館

新春 特別企画

第一弾

佐野BOOK (ブック) 通帳

(お一人様1冊まで)
期間: 12/18 (日) ~なくなり次第終了
定員: 先着 100人 対象: 中学生以上の方

▼佐野図書館謹製、読書通帳をプレゼント! 日々の読書記録にお使いいただけます。
小学生以下のお子様には『あだち読書通帳』をお配りしています。



第二弾 福BOOK



気になるタイトルをお選びください。
どんな中身なのかは貸出をしてみてもお楽しみ!

期間: 12/20 (火) ~1/30 (月)
対象: どなたでも

第三弾 ハッピーおみくじ



3冊以上の貸出につき1回、佐野図書館オリジナルのおみくじにチャレンジできます。

期間: 1/4 (水) ~1/30 (月)
対象: どなたでも

※自動貸出機をご利用の方もカウンターまでお声がけいただければおみくじを引けます。

おすすめ!

むかしあそびで しのびの心得を学ぼう

ニンジャになろう

折り紙、福笑いなどを通じて忍者のセンスを学ぼう。全ての修行を達成した者には免許皆伝の書を授ける!

日時: 1/15 (日)
午後 1 時 30 分~3 時
会場: 2 階レクホール
定員: 20 人
対象: 幼児~小学生
申込: 12/25 より佐野図書館にて



▲前回の同イベントの様子

1月のイベント



本年もよろしくお願いたします

佐野図書館休館日

12/29 (木) ~1/3 (火)
1/10 (火)・31 (火)

ブックポストのご利用について

12/28 (水) 午後 5 時~
1/4 (水) 午前 9 時のあいだはご利用ができません。

お申込み・お問合わせ

03-3628-3275
イベントは特に記載のないものはすべて当日受付です。

魔法のお正月おはなし会



手品と正月のおはなしの読み語りです。参加者にうさのさんがとび出す不思議な折り紙をプレゼント!

日時: 1/4 (水)
午後 3 時 30 分~4 時

会場: 2 階レクホール
定員: 25 人
対象: どなたでも

NUMA

図書館員がハマった1冊

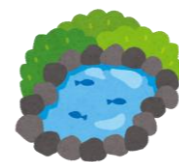
Books 第32回

あなたも読書の沼にハマりたくな〜る♪

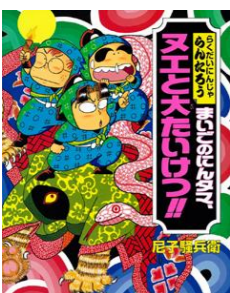
『らくだいにんじゃ らんたろう
まいごのにんたま、ヌエと大たいけつ!!』

尼子騷兵衛 作・絵 ポプラ社 1999年3月

日本人は忍者が大好きである。今や「Ninja (ニンジャ)」は世界中の人々に愛されている。なぜだろうか。人は得体の知れないもの、まさしく「ぬえ的な」と形容されるものに惹かれるからではないか。ゆえに忍者は様々な物語の中で魅力的に描かれるのだろう。私も「アニメ『忍たま乱太郎』」とともに小学校の図書室で読み耽ったのであった。



P9のおすすめイベントも見てみよう



赤ちゃんおはなし会「はぐ」



読み語りボランティア「ピノッキオ」さんがおはなしを聞かせてくれます。

日時: 1/11 (水)
午前 11 時~11 時 20 分

会場: 2 階学習室
定員: 6 組
対象: 乳幼児と保護者

エンジョイ! 朗トレ



朗読を通してトレーニング! 早口言葉やおなじみの文章を読んで脳を活性化させましょう。

日時: 1/15 (日) ※事前申込
午前 10 時 30 分~正午

会場: 2 階レクホール
定員: 6 人
対象: 中学生以上の方
申込: 12/25 より佐野図書館にて

おはなし会



読み語りボランティア「樫の実会」さんがおはなしを聞かせてくれます。

日時: 1/18 (水)
午後 3 時 30 分~4 時

会場: 2 階レクホール
定員: 25 人
対象: 幼児~小学生

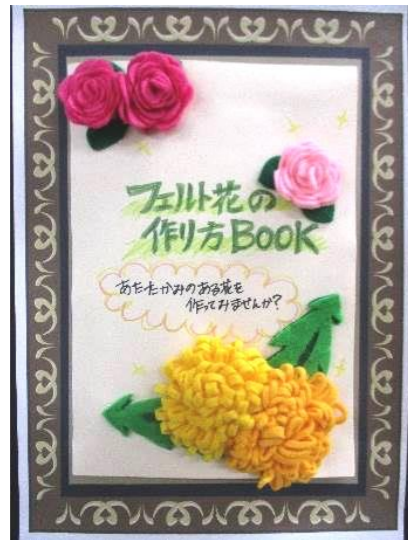
佐野ポップ美術館

—受賞作発表—

今年も「書評ポップで図書館を飾ろう」を開催いたしました。ご応募いただいた作品を10月1日～11月23日のあいだ、佐野図書館内の書架に展示し、期間中1人一日一票をお好きな作品に投票していただきました。さあ、それでは投票結果の発表です！



一般の部
最多得票作品



『フェルト花の作り方BOOK
小さな雑貨とアクセサリー』

作者：ヨッシーさん



児童の部
最多得票作品



『ふたごのプリンセスと
おしゃれまじよのスイーツ』

作者：ハムさん

年齢とわず、身近なフェルトを使ってあたたかみのある花を手軽に作ることができます。

かわいいさしえをじぶんなりにアレンジしてかいてみました。がんばりました♡



優秀作品
(4作品)



『くまの子ウーフ』

作者：おしりかじり虫さん



『5回で折れるかざれる！
あそべる！おりがみ』

作者：まひ☆さん



『物語二本松少年隊』

作者：朔太郎の友達さん



『キャンプでしたい100のこと』

作者：キャットおばさん

総評

佐野美術館長 (佐野図書館長) より

毎回、本に対する愛情あふれるポップが寄せられ感動しています。本を読んだ時の楽しさや感動を「他の人にも伝えたい！」という気持ちの現れがポップとなり、人と人を繋ぐ魔法のレターになっています。早速ポップで紹介された本を開いてみましょう。

佐野ユーモアマリキ

1月号

題字 川柳一茶

お題「記憶」

同窓会

記憶と違う

君は誰

【ぼっちゃん(五十代)】

まあお互い様だとは思いますが(笑)

記憶では

この先曲がれば

風の谷

【匿名希望(？代)】

「むむ、おめし、もしや風の谷のあの方では？」

子の背丈

柱のキズが

記憶する

【大谷田紘一(七十代)】

昨今の住宅事情ではなかなかそれも難しくなってきたね。

食べたこと

思い出せずに

又食べる

【風来仙人(八十代)】

忘れたふりして人の分まで食べる手ですね(笑)

記憶力

初恋の人

忘れない

【隅田のじじ(六十代)】

お相手の方も覚えておられるとよいのですが…

脳トシを

医者が勧める

年になり

【ハラちゃん(八十代)】

川柳を作るの面白い脳トシになりますよ。

片づけ物

記憶が記憶に

ありません

【よっちゃん(八十代)】

記憶も一緒に片づけちゃったんですね…

へそくりを

隠した本が

どこにやら

【ケンタウルス(三十代)】

今頃古本屋の百均棚とかに…

3月号掲載分お題『来』

※句中に「来」という語句を入れなくてもかまいません。

〆切：1月31日(火)

【投句方法】専用の応募用紙に必要事項をご記入いただき、佐野・塚塚・伊興・新田センターに設置してあります応募箱にお入れください。

メール投句用
QRコード



さのユーモア川柳師範
かわやなぎ いっさ
川柳 一茶先生



愛猫のこしろこ
五七五

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。

アクセス

JR 常磐線 亀有駅北口より

- 東武バス1番乗場
佐野・六ツ木循環「佐野公園」 下車1分
佐野・六ツ木循環「辰沼団地入口」下車3分
- 東武バス4番乗場
八潮駅南口行き「佐野センター前」下車2分

東京メトロ千代田線 綾瀬駅より

- 東武バス6番乗場
八潮駅北口行き(六ツ木都住経由)「辰沼団地入口」下車3分

つくばエクスプレス 八潮駅南口より

- 東武バス3番乗場
亀有駅北口行き「佐野センター前」下車2分



REST レスタ 1月号 No.353

佐野地域学習センター・体育館・図書館
地域情報紙

【発行日】2022年12月25日
【編集・発行】佐野地域学習センター
指定管理者
株式会社グランディオサービス
【発行所】〒121-0053 足立区佐野 2-43-5
Tel : 03-3628-3273
Fax : 03-5682-6981
E-mail : sano@grandio.co.jp
佐野図書館
Tel : 03-3628-3275

佐野センタースローガン

ひと・まち・ものをつなぎ、
新しい **学び** と多くの **出会い** を生み
だれもが主役 になれる佐野センター

佐野地域学習センター・図書館



佐野地域学習センター 検索

友だち
募集中



LINE でお得な情報をお届けします!

今月の休館日… 1/10 (火)

利用者懇談会… 1/25 (水)

図書館休館日… 1/10 (火)・31(火)



「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