

コミュニケーション

8
2025

暑い日は、
涼しいセンターで充実時間を

施設内の涼スポット案内は2・3ページへ



保塚図書館キャラクター
Dr. ホツカ



保塚地域学習センター
キャラクター
ほつかちょう

クールシェアしよう！

保塚センターは、みんなの **涼** オアシス



うだるような暑さが続いていますね。保塚センターは誰もが快適に過ごせる涼しい施設がそろっています。暑い日こそ気軽に立ち寄って、読書に、勉強に、交流に、心地よいひとときを満喫してください。

1階 住区センター(悠々館・児童館)

悠々館は、**60歳以上**の方向けに趣味や健康づくりの活動を行っている憩いの場です。一緒に体を動かして夏バテ知らずの毎日を通しましょう。エアコンの効いた快適な空間でおしゃべりやバンパープールを楽しめますよ。

児童館では、**18歳まで**の子どもたちが読書やボードゲーム、卓球などで楽しく過ごせます。夏休み期間中は工作イベントを行います。詳しくは7ページをご覧ください。

悠々館



児童館



2階 保塚図書館 あなたの「読みたい」がここにある

およそ6万冊の本・雑誌を誰でも自由にご覧いただけます(※)。暑さを忘れてお気に入りの1冊に没頭する至福の時間を過ごしませんか。

夏休みの宿題や調べものにも最適で、読書・学習のための閲覧席は中学生以上用29席・子ども用15席を用意しています。

幅広いジャンルの蔵書の中から、きっとあなたの心を潤す1冊が見つかるはず。涼しい図書館で、新しい知識や物語との出会いをお楽しみください。おはなし会などのイベントも毎週実施中です。詳しくは8・9ページをご覧ください。

一般閲覧席(中学生以上)



キッズコーナー



※図書館資料を借りる場合はあらかじめ貸出カードの登録が必要です。登録には条件があります。詳しくは足立区立図書館ホームページをご覧ください(03-3858-1553)。

2階 保塚地域学習センター

世代を超えたみんなの拠点

フリースペース

誰でも気軽に使える窓口前のエリアです。調べものや友人との勉強、軽い打ち合わせなどにご利用いただけます。図書館の本をここに持ち出すのもOK。目的に合わせて自由に使えるこの場所で、充実したひとときをお過ごしください。軽食可・マイボトル用ウォーターサーバーあり。

フリースペース(2階窓口前)



子どもの居場所

区内在住または在学の小学生を対象に、涼しく過ごし勉強・読書や飲食もできる場所として「学習室」を開放します。

7/22(火)～8/29(金)の月～金曜日
(土日祝・施設休館日8/12を除く)
午前9時～午後5時

※見守りスタッフが常駐しています。預かりではないため保育は行いません。

学習室



中・高生の居場所

区内在住または在学の中学生・高校生を対象に、涼しく過ごし勉強・読書や飲食もできる場所として「学習室」を開放します。

7/21(祝・月)～8/31(日)
(施設休館日8/12を除く)
午前9時～午後5時

※学習室に空きがある日・時間帯のみ開放。開催の有無は前日に保塚センターHPでお知らせ。



保塚センターHP

ほっかシネマひろば 8/3(日)

時間：午後1時30分～(81分) 白雪姫(1937年)
午後3時～(73分) ふしぎの国のアリス(1951年)
会場：レクリエーションホール

夏休みのシネマひろばは、アニメ特集！今年3月に実写化もされた『白雪姫』と、この夏原作が新たにアニメ映画になる『ふしぎの国のアリス』の2作品を上映します。涼しい学習センターで、夢と魔法の世界をお楽しみください。

※ともに入場無料(途中入場・退場可)
※日本語吹替上映



涼しいお部屋で！夏の講座案内は次ページへ▶▶▶

講座情報 (7/26(土)受付開始)

申込方法 **電話 03-3858-1502**〔午前 9 時～午後 8 時〕
窓口〔午前 9 時～午後 8 時〕
講座予約システム(インターネット)〔24 時間受付〕
<https://www.city.adachi.tokyo.jp/> から「講座予約システム」と検索
 ※インターネットのみ初日は午後 1 時受付開始
 ※一部の講座はインターネットでの受付をしていません。

親子・子ども向け

楽しく書く 夏休み読書感想文
教室(2 日制)



【日時】8/15(金)・22(金)
午後 0 時 30 分～2 時
【対象】小学 3～6 年生の方
【料金】2,700 円

動いて楽しくリフレッシュ
産後ママのためのママビクス



【日時】8/16(土)
午前 10 時～11 時
【対象】首がすわった 3 カ月～2 歳未満
の子どもと母親
【料金】700 円

※当日受付・当日支払 OK です。

こども三味線体験
ちん・とん・しゃんと弾いてみよう



【日時】8/25(月)
午前 10 時～10 時 50 分
午前 11 時 10 分～正午
【対象】小学生の方
【料金】無料

赤ちゃんとドレミファリトミック



【日時】9/3(水)
午前 10 時～10 時 40 分
【対象】首がすわった 3 カ月～
1 歳 2 カ月の子どもと保護者
【料金】700 円

楽しく学ぼう
子ども英会話教室(8 日制)



【日時】9/5～10/31 の毎週金曜日
(10/10 を除く)
午後 3 時 30 分～4 時 15 分
【対象】3 歳～就学前の子ども
【料金】8,000 円

骨盤底筋ケアもできる
産後リフレッシュヨガ



【日時】9/18(木)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分
【対象】産後 1 カ月以降の女性
(同伴のお子様は「はいはい」を始める前まで)
【料金】950 円

※当日受付・当日支払 OK です。

大人向け

アロマで腸活! お腹のマッサージ
オイル作りとセルフケア法



【日時】8/27(水)
午後 1 時 30 分～3 時
【対象】16 歳以上の方
【料金】1,970 円

日常英会話入門
場面ごとに学ぶ基本フレーズ(5 日制)



【日時】8/29～10/17 の
第 1・3・5 金曜日
午後 7 時 15 分～8 時 45 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】7,450 円

楽しくゆるトレ教室



【日時】9/1(月)
午後 1 時 30 分～2 時 30 分
【対象】おおむね 50 歳以上の方
【料金】550 円

だれでもきっと上手くなる
水彩画サークル体験(2 日制)



【日時】9/3(水)・17(水)
午後 3 時～5 時
【対象】16 歳以上の方
【料金】無料

一日頑張ったカラダを癒やす
夜のぐっすりヨガ



【日時】9/4(木)・22(月)
午後 7 時 30 分～8 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】1 回 950 円

太極拳 (8 日制)
A:はじめて太極拳 24 式/B:じっくり太極拳 48 式



【日時】9/5～10/31 の毎週金曜日
(9/26 を除く)
A 午前 9 時 10 分～10 時 30 分
B 午前 10 時 45 分～午後 0 時 15 分
【対象】A 16 歳以上の初心者の方
B 16 歳以上の経験者の方
【料金】4,480 円

三味線講座 基礎編(5 日制)



【日時】9/6～10/18 の毎週土曜日
(9/27、10/11 を除く)
午後 5 時 45 分～7 時
【対象】16 歳以上の方
【料金】8,000 円

ひめトレ®エクササイズ
骨盤アプローチで引き締め姿勢改善



【日時】9/10(水)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】550 円

ナイト・エクササイズ
腰痛改善(6 日制)



【日時】9/10・24、10/8・22、
11/5・19 のいずれも水曜日
午後 7 時 30 分～8 時 45 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】4,800 円

当日受付

みんなの囲碁・将棋ひろば



【日時】8/2(土)・16(土)
午後 1 時 30 分～3 時
【対象】おおむね小学生以上の方
【料金】無料

※9 月の「はつらつ教室」は
お休みです。



夜のゆったり初級ピラティス



【日時】9/17(水)
午後 7 時 30 分～8 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】740 円

ふらっとカフェ



【日時】8/6(水)
午前 10 時 40 分～正午
【対象】どなたでも
【料金】無料

人権 DVD 上映会



【日時】8/10(日)
午前 10 時～午後 6 時
1 時間毎に上映
(各回とも内容は同じです)
【対象】どなたでも
【料金】無料

保塚おもちゃの病院



【日時】8/18(月)
午後 1 時～3 時 30 分
【対象】どなたでも
【料金】無料
(場合により部品や電池代など
の一部負担あり)

「ぷち」プログラム開催します！ ぷちスポ・ぷちカル・ぷち読みって？

子育てや仕事に追われるママ・パパに向けて、気軽に「運動・スポーツ」「芸術・カルチャー」「読書」を楽しめる機会が「ぷち」プログラムです。日々の生活がより彩り豊かになるよう、8月から12月を中心

にさまざまな体験プログラムをお届けします。今年も足立区の学習センターと図書館が手を組み、名称を改めてさらに充実した内容を提供いたします！どうぞご期待ください。

さまざまな場面でプログラムをお楽しみいただけます。予定している内容を一部ご紹介。

おはなし会の前後に



おはなし会と ヨガ体験

ヨガ体験の他にもおはなし会と組み合わせた体験会を予定しています。

図書館利用とともに



図書館で バランスボール体験

絵本コーナーでの体験会。こうしたプログラムを複数予定しています。

「ふれあいまつり」でも



三味線体験

9/27 のふれあいまつりでは、三味線演奏の鑑賞と、体験等も楽しむことができます。

※ふれあいまつりは
9/27・28 開催

出張プログラムもあります



バスボム作り体験

写真は昨年の足立区生物園での体験会の様子です。思いがけない楽しみを提供していきます。

Q. プログラム情報はどこでわかりますか？

本紙『コミュニケーション』や保塚センター館内で今後の予定表を配布します。また、LINE でも情報発信していくので、友だち登録をして配信をお待ちください。みなさまの友だち登録をお待ちしております。



Q. 参加には事前の申し込みが必要ですか？

プログラムへの参加は原則として当日受付です。ただし一部のプログラムは事前の申し込みが必要な場合があります。詳しくは本紙『コミュニケーション』やチラシ、ポスター、LINE での配信をご確認ください。



8月 地域イベント情報

※催しの詳細や施設休館日は直接お問い合わせください。

児童館のお知らせ

平野児童館 03-3884-7765

●なつやすみ工作 スポンジキーホルダー

スポンジキーホルダーを作ってみよう。

【日時】5日(火)・6日(水)
午後1時30分～3時30分
【対象】小学生の方
【申込】児童館にて当日受付



南花畑児童館 03-3859-9868

●小学生工作

スライムを作ります。

【日時】6日(水)・7日(木)
午後2時～3時30分
【対象】小学生～18歳の方
【申込】窓口にて当日受付、電話での受付は行いません。
※2日間のうちどちらか1日のみ参加できます。
※緊急時に備えて「児童館利用票」の提出をお願いしています。ご協力ください。

保塚児童館 03-3858-1876

●夏休み工作

(光るカラフル万華鏡・スピン UFO)

1日1個、作りたい工作を選んで作って遊んでね。

【日時】20日(水)・21日(木)
午前の部：午前10時30分～11時30分
午後の部：午後2時～4時
【対象】小学生～18歳の方
【申込】当日受付(受付時間は下記をご覧ください)
午前の部：午前10時15分～11時
午後の部：午後1時45分～3時30分

花保児童館 03-3884-1229

●ミニ夏まつり

かき氷にポップコーン…夏休みの楽しい思い出をプレゼント！ ※なくなり次第終了

【日時】29日(金)
午後2時～4時頃
【対象】小学生・中学生の方
【申込】当日午後1時45分から窓口で受付開始



生物園のお知らせ 03-3884-5577

▶HP



7/21(祝・月)～8/31(日)
の期間中 18歳までの方は
入園料無料!!

●チリメンジャコの中の生きものを探そう！

チリメンジャコに紛れる様々な生きものを探して観察してみよう。

【日時】8月17日(日)
①午前10時～10時30分 ②午前11時～11時30分
③午後1時～1時30分 ④午後2時～2時30分
⑤午後3時～3時30分 ⑥午後4時～4時30分

【対象】中学生以下の方
【定員】各回6名(先着)
【費用】無料
【申込】当日午前9時30分から受付にて参加券配布



どんな生きものが見つかるかな？

おうちでできる カンタン科学実験

おうちで本を片手に簡単な科学実験をしてみませんか？

「お家にある材料」でおもしろ科学の実験図鑑

セルゲイ・ウルバン/著 黒木章人/訳 原書房



ずっとこちらを見ている顔写真、おうちで作れるバター、触れるシャボン玉にストローのスプリング。親子で楽しめる不思議な実験がたくさん掲載されています。ちょっぴり難しいものもあるので、大人と一緒にやってみましょう。夏にピッタリな水を使う実験もたくさんありますよ。

この本の著者セルゲイ・ウルバンさんは親子で実験した動画をYouTube チャンネル「TheDadLab」で公開しているので、本と併せて楽しめます。



かがくあそび 366

山村紳一郎/著 子供の科学編集部/編 誠文堂新光社



右ページ掲載の「超重くなる下じき」のほか、8月17日の錬金術師養成講座で作成する空気砲や、手のひらの熱であたためて回す風車など、楽しい科学あそびがたくさん紹介されています。

一瞬で水を凍らせたり、蚊取り線香の煙を渦にしたり……。一人で手軽に楽しめるものから、火や水を使うものまでたっぷり 366 件掲載！

すべて写真付きなので、初めてでも分かりやすいです。また、仕組みの解説も入っているので、遊んでいるうちに科学にくわしくなるかも？



右ページの「超重くなる下じき」の実験におうちでチャレンジしてみよう！



ハリー・ポッターと賢者の石

J.K.ローリング/著 松岡佑子/訳 佐竹美保/絵 静山社



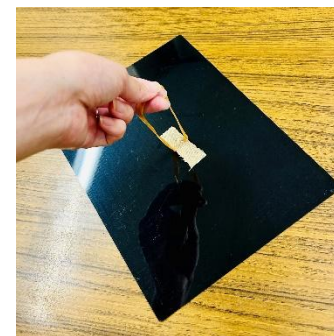
両親を早くに亡くし、いじわるな伯母一家と暮らす少年ハリー。彼は 11 歳の誕生日の夜、ホグワーツ魔法魔術学校の入学許可証を受け取ります。学校で魔法を学び始めますが、両親を死に追いやった「名前を言うてはいけないあの人」が賢者の石を求め暗躍しているようで……。映画や舞台にもなっている大人気学園ファンタジー。

「賢者の石」は錬金術によってつくられた不老不死の薬の素であり、すべての金属を黄金に変える力があるとされている石じゃ。物語の中だけでなく、現実でも錬金術師たちが完成を目指していたんじゃよ。残念ながら完成はしなかったんじやが、現代の実験の進め方や実験器具のなかには錬金術が起源のものも多いんじや。

参考：『開かれた封印 古代世界の謎15 錬金術』



超重くなる下じき



用意するもの：
下じき、わゴム、テープ

やり方：
下じきのまん中に、テープでわゴムを貼りつけて真上にゆっくり持ち上げる

おうちでやってみよう！

やわらかいカーペットの上においてみると、ぺらぺらの下じきはとっても軽い。でも、平らで硬い机においてみると……重くなった!?

『かがくあそび 366』より

夏休みの自由研究にオススメの科学実験です。

8月17日の錬金術師養成講座、8月24日の魔法の夏休みおはなし会にも、ぜひご参加ください。
(詳しくは下記のお知らせをご覧ください)

8月のほつかとしゃかんのイベント

●こわ〜いおはなし会(4歳〜小学生向け)

【日時】8月3日(日) 午後3時〜4時

【申込】直接、教養室へお越しください。

【定員】18名

毎年恒例のちょっぴり怖いおはなし会です。

●おはなし会(4歳〜小学生向け)

【日時】8月10日(日) 午後3時〜3時30分

【申込】直接、教養室へお越しください。

【定員】18名

夏のお話をお楽しみください。

●錬金術師養成講座(4歳以上の子どもと保護者向け)

【日時】8月17日(日) 午後3時〜4時30分

【申込】保塚図書館電話(03-3858-1553)

およびカウンターにて7月26日より受付

【定員】先着 10組

夏休みの自由研究にオススメの簡単な科学手品の講座です。図書館の本を見ながら、親子で一緒にやってみよう！ 希望者には8月24日の魔法の夏休みおはなし会で科学手品を披露していただきます。講座のみ、おはなし会へのみの参加も可能です。

●魔法の夏休みおはなし会(4歳〜小学生向け)

【日時】8月24日(日) 午後3時〜4時

【申込】直接、教養室へお越しください。

【定員】18名

夏のお話と、すこし不思議なおはなしをご紹介します。
8月17日講座の科学手品の実演も行います。

●あかちゃんおはなし会(0歳〜3歳向け)

【日時】8月27日(水)

1.午前10時30分〜10時50分

2.午前11時〜11時20分

【申込】直接、教養室へお越しください。

【定員】各回 12組

お隣の部屋で10時半から正午まであかちゃんサロンも開催いたします。





足立児童文化サークル
「木の芽会」創作童話

「ルーピーと フーピーの話」

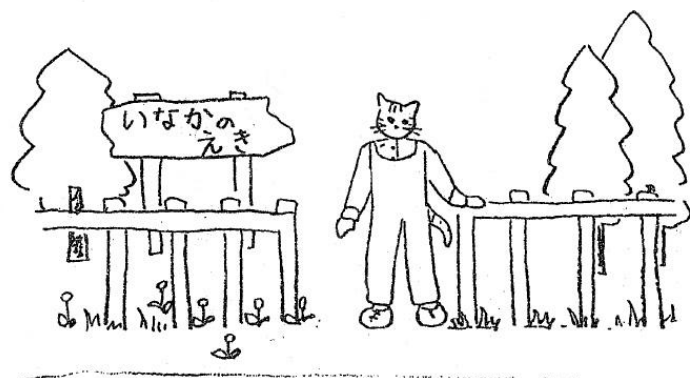
文・絵 清水 恭子

これは、町のねこ ルーピーと、いなかのねこ フーピーのお話です。

ある日、フーピーから ルーピーに てがみが きました。

「こんどの どのよう日 わたしの うちへ あそびに きてください。まっています。」

しばらく あっていない 友だちから てがみを もらって ルーピーは とても よろこんで、さっそく したくを しました。



どのよう日に なりました。

ルーピーは、バスや でんしゃに のって いなかに むかいました。

えきにつくと、ちゃんと フーピーが むかえに きていました。

フーピーの 家まで ながい いっぱい道を ふたりは いろいろな 話を しなが ら 歩きました。

歩きながら ルーピーは、たかい あおい空を みあげたり、森のほうから そつと ふいている みどりの 風の においを かんじて、なんて きもちが いいのだ ろうと おもいました。

それから、ふたりは 山に のぼったり、川で さかなを とったり、それは それ は たのしい まい日を すごしました。

ルーピーが、町に かえる まえの夜、フーピーは 森の おんがくかいに つれ ていって くれました。

夜の 空に たくさんの おほしさまが あつまり、みんなが きそいあって、それ は うつくしく かがやきました。

てを のばせば おほしさまが つかめそうでした。

こんなに ちかくで 明るい おほしさまを みたのは はじめてだと ルーピー は おもいました。

そして、木の はが かなでる やさしい メロディーに、うっとり と ききほれ て いました。

つぎの日、ルーピーは、フーピーに なんども おれいを いって 町に かえっ て いました。

ルーピーは、フーピーから もらった おみやげを、おくさんや こどもたちに みせてあげたくて そわそわ していました。

それは、この はこは かならず くらく なってから あけるようにと フーピー から いわれて いたからです。

夜に なりました。

ルーピーは、みんなを よんで あかりを けす ように いいつけると、まどを あけ、おみやげの はこを そつと ひらきました。

すると、空に むかって おほしさまが、キラキラ かがやきながら ゆっくり ゆっくり とんで いました。

おくさんや こどもたちは いきを こらし、く ろい 目を まんまるくして、そのようすを みま もりました。

こどもたちは、おもわず てを たたきました。

みんなは、こんな きれいな おほしさまを み るのは はじめて でした。

いなかには、まだ きれいな 空と、きれいな ほ しと、きれいな 風が、いつも ふいているのだと みんなは おもいました。

おわり



こちらの用紙に記入、またはメールにて童話の感想をお待ちしております。
用紙はキリトリ線で切り取ってセンター窓口にお渡しください。



保塚地域学習センター
メールアドレス



※木の芽会の活動に興味のある方は、保塚地域学習センターまでお問い合わせください。

公共の交通機関

- つくばエクスプレス
「六町駅」A3 出口 徒歩 12 分
 - 東武伊勢崎線「竹ノ塚駅」東口より
東武バス＜綾 24・竹 17 系統＞
「花保小学校南」下車 徒歩 6 分
 - 東京メトロ千代田線「綾瀬駅」より
東武バス＜綾 24 系統＞
「都営住宅」下車 徒歩 8 分
- ※当センターの駐車スペースは 6 台と大変少ないため、お越しの際には、公共の交通機関をご利用ください。
 地図上の **P** は近隣の有料駐車場です。



休館日

■保塚地域学習センター 8月12日(火)

■保塚図書館 8月12日(火)・29日(金)

学習センター・図書館の耳寄り情報を
発信しています

HP



Instagram



LINE



Facebook



次号では、年に一度の大型
イベント「ふれあいまつり」
の情報をお届けします。



各学習センターで、14 センターすべての地域情報紙がご覧になれます。