

コミュニケーション

9

2025

9月27日(土)・28日(日)

ふれあいまつり開催！

プログラムは2・3ページへ



保塚地域学習センター
キャラクター
ほつかちょう



作品展示や発表、
プチ体験が
もりだくさんの
2日間！



保塚図書館キャラクター
Dr. ホツカ

ふれあいまつり

保塚センターで活動するサークルの展示＆発表会「ふれあいまつり」を今年も開催します。ダンスや歌声、芸術作品の数々がみなさまをお出迎え。地域で輝く才能に触れてみませんか？

作品展示

27(土)

28(日)

会場 第1学習室
力作の数々をご覧ください。

展示サークルをご紹介します (写真は昨年の様子)



スタンドグラス
(ガラス工房 虹)



絵手紙
(絵手紙サークル竹の子)



水彩画
(保塚水彩画サークル)

その他の出展サークル ●書道(田鎖書道サークル) ●水墨画(保塚水墨画サークル) ●篆刻(篆刻の会)

体験会

27(土)

事前申込不要 当日会場へお越しください。
普段はできない特別な体験をしてみませんか？

青空おはなし会とカヌー体験
午前10時～10時30分

会場 中庭
おはなし会と、(地面の上で)実物のカヌーに乗る体験を行います。



パパ・ママの水墨画体験
①午前10時30分～11時
②午前11時～11時30分

会場 2階図書館前ロビー
草花などの水墨画を描く体験です。
お子様は隣でお絵かきを楽しめます。



パパ・ママの三味線体験
①午後2時20分～2時50分
②午後2時55分～3時25分

会場 レクリエーションホール
子ども用三味線もあるので、親子で参加できます。
伝統芸能を体験しませんか。



おはなし会&工作

27(土) 午後3時30分～4時

保塚図書館スタッフによる楽しいおはなし会と工作をおこないます。ふれあいまつりならではのスペシャルなプログラムをお楽しみに！

会場 教養室(和室)
対象 どなたでも(内容は4歳～小学生向け)
申込 直接教養室にお越しください。



9/27(土) 午前10時～午後4時

9/28(日) 午前10時～午後3時

入場無料

発表

会場 レクリエーションホール (一部異なります)
各サークルによる日頃の活動、練習の成果をぜひご覧ください。
27日(土)は演奏・コーラス、28日(日)はお茶席・ダンスをお楽しみいただけます。

27(土)

時 間	発表内容	サークル名
午前11時30分～正午	オカリナ演奏	オカリナの会
午後1時～1時30分	ギター演奏	保塚ギタークラブ
午後1時40分～2時10分	コーラス	あんさんぶる シャンテ・クール

28(日)

時 間	発表内容	サークル名
午前10時～午後2時	お茶席 ※1	茶道クラブおちあい
午前11時～11時30分	モダンバレエ	モダンバレエアリスの会
午後1時20分～2時	ヒップホップダンス ※2	ピンクフェアリー
午後2時10分～2時40分	フラダンス	フラサークル レファ

※1 お茶席は教養室(和室)で開催。参加費300円 ※2 ヒップホップダンスは中庭で開催(雨天中止)

発表サークルをご紹介します (写真は昨年の様子)



オカリナ演奏
(オカリナの会)



コーラス
(あんさんぶる シャンテ・クール)



フラダンス
(フラサークル レファ)

住区まつり

28(日) 午前10時～午後3時

28日(日)は住区センターによる「住区まつり」も同時開催！ 0～18歳の方は受付でチケットをもらい、模擬店やミニゲームに参加できます。

会場 中庭・保塚センター1階
申込 当日午前10時から午後2時まで
チケットがなくなり次第終了

28日(日)は駐車場を自転車置き場として使用するため、車の駐車はできません。ご了承ください。

講座情報 (8/26(火)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

遊ぼう・動こう・触れあおう
ファミリー体操



【日時】9/20(土)
午前 10 時～11 時
【対象】2～4 歳の子どもと保護者
【料金】700 円

※当日受付・当日支払 OK です。

アンガーマネジメント
子育てのイライラと向き合おう



【日時】9/21(日)
午前 10 時～11 時 30 分
【対象】18 歳以上の方(子ども同伴可)
【料金】990 円

赤ちゃん和ドレミファリトミック



【日時】10/1(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

こそだて英語
親子で楽しもう(3 日制)



【日時】10/5(日)・19(日)・26(日)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分
【対象】就学前の子どもと保護者
【料金】3,990 円

【抽選】保塚こども
プログラミング体験



【日時】10/5(日)
午後 3 時～4 時 30 分
【対象】小学生
【料金】無料
※9/21(日)までにお申し込みをお願いいたします。
抽選後、順次結果をお伝えします。

骨盤底筋ケアもできる
産後リフレッシュヨガ



【日時】10/16(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

みんなの歌声ひろば
楽しく歌おう昭和歌謡



【日時】9/17(水)
午後 1 時 20 分～3 時
【対象】16 歳以上の方
【料金】940 円

保塚オータムクラシック
コンサート



【日時】9/21(日)
午後 2 時～3 時 30 分
【対象】どなたでも
(小学生以下のお子様は
保護者の参加が必須)
【料金】1,300 円(小学生 500 円、
就学前の子どもは無料)

こころのケアに介護に役立つ
アロマハンドマッサージ



【日時】9/25(木)
午前 10 時 30 分～正午
【対象】16 歳以上の方
【料金】1,970 円

認知症サポーター養成講座



【日時】9/29(月)
午後 2 時～3 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】無料

夜のゆったり初級ピラティス



【日時】10/1(水)・15(水)
午後 7 時 30 分～8 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】1 回 740 円

バランスボールで
ゆる筋トレ体操(6 日制)



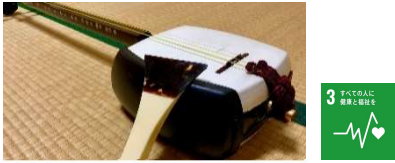
【日時】10/2～12/18 の第 1・3 木曜日
午後 1 時 30 分～2 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】3,300 円

一日頑張ったカラダを癒やす
夜のぐっすりヨガ



【日時】10/2(木)・27(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

三味線講座 中級編(5 日制)



【日時】10/4・18、11/1・29、12/13
いずれも土曜日
午後 7 時 15 分～8 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】8,000 円

健康寿命をのばそう
体操サークル体験(3 日制)



【日時】10/6(月)・20(月)・27(月)
午前 10 時～11 時 30 分
【対象】おおむね 70 歳以上の方
【料金】30 円

楽しくゆるトレ教室



【日時】10/6(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

ストレッチポール®講座
ゆがみ改善ストレッチ(8 日制)



【日時】10/6・20・27、11/10・17、
12/1・15・22
いずれも月曜日
午後 1 時 30 分～2 時 45 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】5,200 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】10/8(水)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】550 円

はつらつ教室(抽選)
※抽選受付期間は 9/11(木)～9/25(木)



【日時】10/9(木)
午後 1 時 30 分～3 時
【対象】65 歳以上の足立区民で、要介護
の認定を受けていない方
【料金】無料

三味線講座 初級編(5 日制)



【日時】10/11・25、11/22、12/6・20
いずれも土曜日
午後 7 時 15 分～8 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】8,000 円

らくらくフィット
かる〜い運動で健康生活(4 日制)



【日時】10/22・29、11/19、12/17
いずれも水曜日
午前 10 時～11 時 10 分
【対象】16 歳以上の方
【料金】2,400 円

当日受付

ふらっとカフェ



【日時】9/1(月)
午後2時30分～3時45分
9/3(水)
午前10時40分～正午
【対象】どなたでも
【料金】無料

みんなの囲碁・将棋ひろば



【日時】9/6(土)・20(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

見守り学習室



【日時】9/7(日)
午前10時30分～正午
【対象】小学生(中学生・高校生也可)
【料金】無料

人権 DVD 上映会



【日時】9/14(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

ほつかシネマひろば「ローマの休日」



【日時】9/14(日)
午後1時30分～3時
【対象】どなたでも
【料金】無料
※日本語吹替上映
※上映後、喫茶タイムもあります。

保塚おもちゃの病院



【日時】9/15(祝・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 体験会情報



子育てや仕事に追われるパパ・ママに向けた、親子で気軽に「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。日々の生活を豊かに彩る体験会の情報をお届けします。

参加費
無料

1. おはなし会でストレッチポール体験
【日時】9/7(日)
午後3時30分～3時45分

2. 図書館でアンガーマネジメント体験
【日時】9/11(木)
1) 午後5時～5時20分
2) 午後5時30分～5時50分

3. パパ・ママのストレッチポール体験会
【日時】9/12(金)
午後5時30分～5時50分

4. おはなし会でぐっすり睡眠ヨガ体験
【日時】9/24(水)
1) 午前10時55分～11時10分
2) 午前11時25分～11時40分

5. 青空おはなし会とカヌー体験
6. パパ・ママの水墨画体験
7. パパ・ママの三味線体験
9/27(土)の「ふれあいまつり」内で開催
詳細は2ページへ

1.～7.のプログラムは
当日申込制です。直接会場
へお越しください。

8. 保育室でおはなし会と絵本ヨガ体験
【日時】10/10(金)
1) 午前10時15分～10時45分
2) 午前11時15分～11時45分
【対象】就学前の児童と保護者
【会場】コミナスキッズ(六町4-6-6)

8.のプログラムは事前申込制です。
【受付開始日】9月5日(金)
【申込】保塚地域学習センター窓口
または電話(03-3858-1502)
8.のプログラムは区内の一時保育施設「コミナスキッズ」でおこないます。「コミナスキッズ」をご利用でない方でも申し込みます。絵本に出てくるポーズを取り入れたヨガを親子で楽しめます。



昨年の「絵本ヨガ」の様子

保塚
図書館
より

本をつかって
あそぼう



読むだけじゃない「本」の楽しみ方



隔月のイベント「ほつかミニ図書館」では、読むだけじゃない、楽しい本のあそびかたが大集合！ おうちで簡単にできるも

のもありますので、ぜひご家族、お友だちと一緒に遊んでみてください。

めかくし本棚



1 目を閉じて本を1冊ずつ受け取り、箱の中に正しい向きで入れる
2 葉ひもや帯(本に巻いてある紙)をヒントに、指で触れて正しい向きを考える
3 正しい向きの本が多い人の勝ち

ヒント “あること”に気がつく、とっても簡単！

イントロかるた



1 本の書き出し部分を聞いて、その本を当てる
2 たくさん当てた人の勝ち
★本のあらすじを聞いてどの本か当てる「あらすじかるた」も楽しい

ヒント 本を読んだことがあると有利

帯あて



1 バラバラにした本と帯を正しく組み合わせる
2 帯のサイズや色、書いてある絵や文章をヒントに組み合わせを考える
3 正しく組み合わせ本が多い人が勝ち

ヒント 本の内容を知っていると、推測しやすい！

本だけじゃない！他にもこんなあそびがあります

ビー玉はこび



1 真ん中のわっかにビー玉を1つセット
2 左右のわっかを持って動かそう
3 ビー玉と同じ色の窓へ運ぼう

ヒント ちがう色の窓に落ちないようにルートを考えて進もう

ほつかミニ図書館ではその他にも手作りミニゲームが楽しめます。挑戦してみてくださいね！

次回予告

「ほつかミニ図書館」は原則奇数月の第3日曜日に開催しています。出入り自由なのでお気軽にお立ち寄りください。ミニ図書館の展示本はすべて貸出できます。

ほつかミニ図書館 本をつかってあそぼう

9/21(日) 午後1時～3時30分 学習室

どなたでも(ひとりでもみんなでも楽しいよ！)／申込不要／出入り自由

図書館を探検してみよう

～特集棚と絵画に注目～

保塚図書館に特集コーナーがいくつあるかご存じですか？
館内に特集コーナーの案内図がありますので、読書の秋を機に、ぜひ知らない
ジャンルの本をお手に取ってみてください。特集されている本も貸出できます。



ニュース特集

著名人の大きなニュース
があったときに、関連本を
展示します(図書館入口)。



一般・時事特集

「こんな本あったんだ！」
「これ読みたい」が見つかる
本を月ごとに集めています
(館内検索機付近)。



学習センター連動

学習センターの講座・イ
ベント等に関連した資料を
集めています(カウンター
前)。



児童特集

その月にある記念日やイ
ベントに合わせた児童向け
の本を集めています(児童
書架)。



ティーンズ特集

勉強の合間の筆休めにお
すすめしたい中高生向け
の本を集めています(ティ
ーンズコーナー)。



職員のおすすめ本特集

図書館 & 学習センターの
スタッフが個人的に大好
きな本を並べています(新刊
棚付近)。



「赤とんぼ」松井純夫

保塚図書館には絵画が数点飾られています。ぜひ館内を探してみてください。
次号では、地元で活躍しており、保塚図書館に絵画を寄贈して下さった画家の松井
純夫先生のインタビューを掲載します。お楽しみに！

※館内は撮影禁止です。

9月のほつかとしゃかんのイベント

● 雑誌リサイクル (足立区在住の方対象)

【日時】9月2日(火)～10日(水)(なくなり次第終了)
(初日)午前10時～午後8時 (翌日以降)午前9時～午後8時
図書館での役目を終えた雑誌を差し上げます。ひとり2冊までお
持ち帰りいただけます(付属品の提供はありません)。

● ほつかミニ図書館 本をつかってあそぼう (どなたでも)

【日時】9月21日(日) 午後1時～3時30分
【申込】当日直接学習室へお越しください。
たのしい手作りおもちゃや、本を使ったあそびをたくさんご紹介
します。詳細は本紙7ページをご覧ください。

● おはなし会 (4歳～小学生向け)

【日時】9月7日(日) 午後3時～3時30分
9月14日(日) 午後3時～3時30分
【申込】当日直接教養室へお越しください。
【定員】18名

● あかちゃんおはなし会 (0～3歳向け)

【日時】9月24日(水) 1. 午前10時30分～10時50分
2. 午前11時～11時20分
【申込】当日直接教養室へお越しください。
【定員】各回12組

9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

花保児童館 03-3884-1229

● ボールチェーンのプラバン

オリジナルのプラバンを作ります。

【日時】10日(水)

午後2時30分～4時30分頃

【対象】小学生の方

【申込】当日午後2時15分から窓口で受付開始

平野児童館 03-3884-7765

● すくすくひろば「親子の健康づくり」

親子で上手に野菜をとる工夫を学びましょう。

【日時】11日(木)

午前10時30分～11時30分

【対象】0歳～就学前の子どもと保護者

【申込】児童館にて事前受付

※受付時間は午前10時～午後5時

南花畑児童館 03-3859-9868

● ミニうんどう会

広場で楽しく運動会をします。

【日時】20日(土)

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。

※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

● ほつか住区まつり

チケットを受付でもらい、ゲームや工作に参加して、
景品をゲットしてね。焼きそばやフランクもあるよ！

【日時】28日(日)

午前10時～午後3時

【対象】0～18歳の方

【申込】当日午前10時～午後2時まで受付

※チケットがなくなり次第終了

生物園のお知らせ 03-3884-5577

▶HP



● 毒の生きものの展

毒を持つ生きものが、毒をどのように活用しているかを紹介する展示です。

【日時】9月3日(水)～11月9日(日)

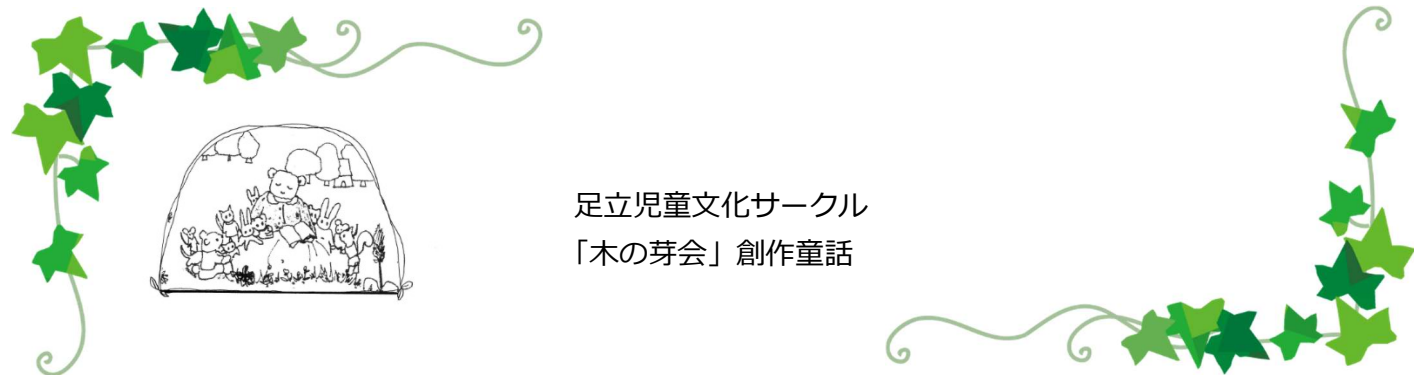
【対象】どなたでも(就学前の子どもは保護者同伴)

【費用】無料(別途入園料)

【場所】1階 生きもの研究室



毒で守る・戦う生きもの大集合！



足立児童文化サークル
「木の芽会」創作童話

「ぼくたちティラノブラザーズ 2」

さく すずき みどり
え かず

ぼくはティラノサウルスのチッチ7さい、お兄ちゃんはタッタ 11 さい。ぼくたちティラノブラザーズ。

うっそうとした森の中のところどころに池や原っぱがある場しょにすんでいる。

タッタはこのごろグググーンと体が大きくなった。せも体重もぼくの 2 倍になった。

前のように首の「かみかみごっこ」もできなくなったし、「追いかっこ」もぜんぜん追いつけなくなった。

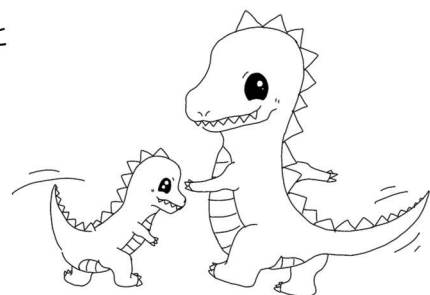
なんだか、タッタがとおいところに行ってしまったようでさみしい。

でも、ダンスは今もズッコンズッコン、ズッコンズッコン、ズッコンコン、ビビビョーン、ビビーン、ビ、と毎日楽しくおどっている。

タッタは大きくなった体としっぽをゆらしたり、くると回ったりして、キレッキレにおどっている。

ぼくも前よりキレツに近づいてきた、と思う。

タッタはえものをとるれんしゅうをするため、ぼくとあそんでばかりいられなくなった。



ある日、ひさしぶりに、タッタが言った。

「チッチ、えものをとるれんしゅうに追いかっこしよう」

タッタは言うが早いか走りはじめた。

ぼくはひっしに走ったけれど、あっという間にタッタのすがたは見えなくなった。

その時、とおくでタッタのさけぶ声が聞こえた。その声の方に走ったら、そこにはトリケラトプスのむれにかこまれたタッタがいた。

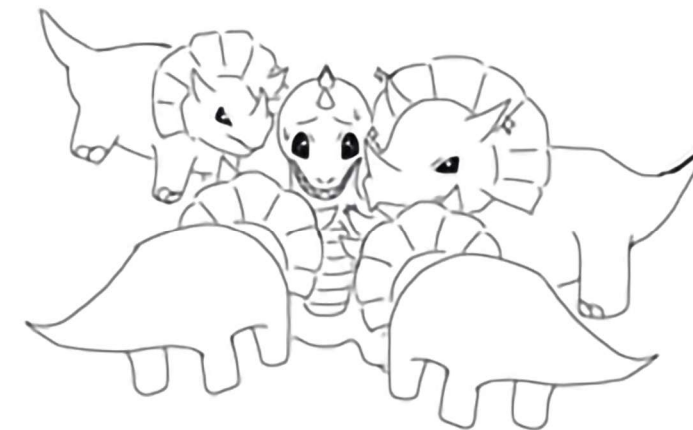
トリケラトプスのいくつかの角がタッタに向かっていて、タッタはあせっていた。

ぼくは一番近くのトリケラトプスのうしろからフリルにとびついて、首に思いっきりの力がかみつけた。

トリケラトプスがぼくをふり落とそうと首をふった時、その角がタッタをかすめたけど、タッタはビビョーンと体をまわしてさけた。

じわりじわりとたくさんの角がタッタにせまってきた。ぼくはさけんでいた。

「だれかー！ タッタを助けてー」



耳の良い大きいお兄ちゃんやお姉ちゃんたちが、ぼくの声に気がついてかけつけてくれた。

そして、いつもえものになっているトリケラトプスたちをれんしゅう通り追いかけはじめた。トリケラトプスたちはあっという間に見えなくなった。

ぼくがそのあとをぼんやり見つめていた時、お母さんが小さな妹ピッピを連れてやってきた。

「チッチ、お母さんからお願いがあるの」とお母さんが言った。

「タッタはえものをとるれんしゅうをはじめから、これからはあなたが妹ピッピの面どうを見てほしいの」

お母さんはぼくをたのもしそうに見つめていた。妹ピッピは5さい。

まだ小さいけれど、大人になったらお母さんのようにガッシリ大きくなるのだろう。ぼくはまず、ピッピにダンスをおしえることにした。

「ピッピ、ぼくがおどるのをよく見ていて」

ぼくは言いながら、ズッコンズッコンとゆっくりおどりはじめた。

お兄ちゃんになって、今までよりキレッキレにおどれるようになった気がした。



おわり

※「ぼくたちティラノブラザーズ 1」は本紙「コミュニケーション」2024 年 12 月号に掲載されています。
「コミュニケーション」バックナンバーは保塚センターHPでご覧いただけます。

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 9月8日(月)
- 保塚図書館 9月8日(月)・30日(火)

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



HOTSUKAGAKUSHU

LINE



Facebook



次号では、足立区でご活躍の画家・松井純夫先生にインタビュー！ 作品は保塚図書館でご覧いただけます。



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。