

コミュニケーション

12
2025

今年も**アート**でつながろう

関連記事は2・3ページへ

色あそび

コラボ展



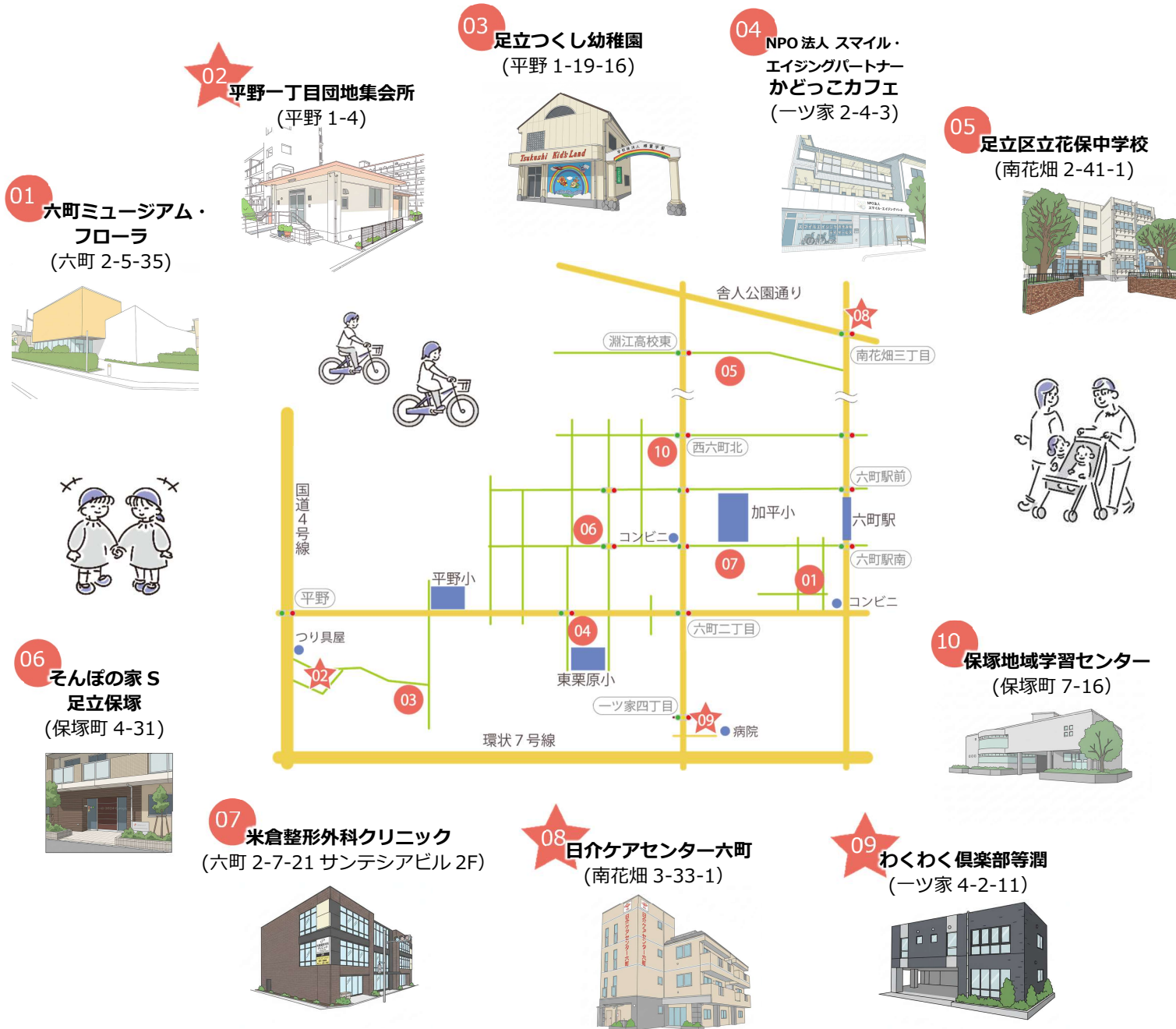
保塚図書館キャラクター
Dr. ホツカ

保塚地域学習センター
キャラクター
ほつかちよう



ほつか色あそびコラボ展

今年で7回目を迎える「ほつか色あそびコラボ展」、会場が2カ所増え10カ所になりました。サークルや施設、個人で作った作品展示の他、ワークショップやコンサートなどイベントも開催しています。たくさんの会場を回って作品に触れてみてください。



スタンプラリーに参加しよう

期間中、会場を巡ってスタンプを「5個」集めた方に、素敵な景品を差し上げます。11月下旬から配布するチラシがスタンプ台紙になっているので、各会場のスタッフに声をかけてスタンプを押してもらってください。地図の「★」の会場では、スタンプを「2個」押してもらえますよ♪ ※景品はなくなり次第、配布終了となります。 ※01～03、05の会場では景品の引き換えはできません。

2025.12.12(金)～12.24(水)

※会場によって開催日時が異なりますのでご注意ください。



開催会場・日時

会場	12/12 (金)	12/13 (土)	12/20 (土)	12/21 (日)	12/22 (月)	12/23 (火)	12/24 (水)
01 六町ミュージアム・フローラ 午前11時～午後4時 (13日～午後3時)							
02 平野一丁目団地集会所 午前10時～午後3時							
03 足立つくし幼稚園 午前10時～午後3時							
04 NPO法人 スマイル・エイジングパートナー かどっこカフェ 午前10時～午後3時							
05 足立区立花保中学校 午前10時～午後3時							
06 そんぽの家S足立保塚 午前9時～午後5時							
07 米倉整形外科クリニック 午前10時～午後1時 / 午後2時～午後3時30分							
08 日介ケアセンター六町 午前10時～午後5時							
09 わくわく倶楽部等潤 午後1時～4時							
10 保塚地域学習センター 午前9時～午後5時							

★はおもなイベント・ワークショップなど

ワークショップ・イベント

※当日受付・先着順、参加無料
※材料がなくなり次第、時間内でも終了する場合があります。

的当て作り

12/20(土)
午前10時～11時

保塚地域
学習センター

木の実の オーナメント

12/20(土)
午前10時～11時30分

保塚地域
学習センター

ミュージックベル 演奏・体験

12/20(土)
午前10時～正午

足立区立花保中学校
※他にもワークショップ等
を行っています。

ゲームコーナー

12/20(土)
午前10時～午後3時

NPO法人 スマイル・
エイジングパートナー
かどっこカフェ

リース作り

12/20(土)
午後2時～3時

保塚地域
学習センター

12/23(火)
午後2時～3時

わくわく倶楽部等潤

ガラスにクレヨンで 絵を描こう

12/21(日)
午前10時～11時30分

保塚地域
学習センター

クリスマスの 折り紙

12/21(日)
午前10時～正午

保塚地域
学習センター

ウィンター クラシックコンサート

12/21(日)
午後2時～3時30分

保塚地域
学習センター

※有料・11/26より事前申込開始

主催：ほつか色あそびコラボ展実行委員会 問い合わせ：保塚地域学習センター(03-3858-1502)

※イベントの日時・内容は、状況によって急遽中止・変更になる場合があります。ご了承ください。



保塚アートプロジェクトで



音楽に触れてみませんか？



クラシックコンサートと歌声サロンを開催中

保塚センターではアートプロジェクトの一環として、地域の皆様が音楽に親しめる企画を行っています。「NPO 法人おたまじゃくしクラブ」の協力のもと、クラシックを身近に感じていただけるコンサートと、リズムにのって楽しく歌う歌声サロンを開催しています。



9月に開催したクラシックコンサートの様子

「NPO 法人おたまじゃくしクラブ」って？

音楽を通じた地域活性化を目指し、おもに足立区を拠点にイベントや演奏会を実施したり、若手ミュージシャンの育成を行ったりしています。保塚センターでも定期的にコンサートなどを開催しています。



これからの保塚センターでの音楽イベント(講座)

保塚ウィンタークラシックコンサート

12/21(日) 午後2時～3時30分



ピアノ 多田望美

&



フルート 後藤恵莉子

秋に続き冬も二重奏のクラシックコンサートを開催します。詳しくは5ページへ。

みんなの歌声ひろば 楽しく歌おう昭和歌謡

1/21(水)・3/18(水) ともに午後1時20分～3時

※詳細は1月号・3月号で案内



講師 マリリン



ピアノの音色に合わせてリズムを取りながら、みんなで楽しく懐かしい昭和歌謡を歌います。



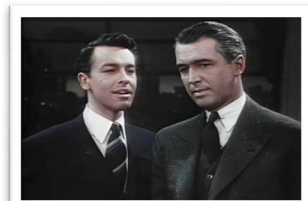
ほっかシネマひろば

第6回

「ロープ」(80分) 1948年・アメリカ

12/14(日) 午後1時30分～3時

ヒッチコック監督のワンカット・ワンシーン、リアルタイムで進む心理犯罪サスペンス。



当日受付・費用無料

講座情報 (11/26(水)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

※11/26(水)受付開始講座は、「新講座予約システム」からの予約となります

※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

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】12/20(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。

身体の気になる部分や骨盤
のメンテナンスの他、有酸素
運動も行います。気持ちのリ
フレッシュにもなりますよ！

赤ちゃんとおれミファリトミック



【日時】1/7(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

大人向け

骨盤底筋ケアもできる 産後リフレッシュヨガ



【日時】1/15(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。

楽しく学ぼう 子ども英会話教室(7日制)



【日時】1/30～3/13の毎週金曜日
午後3時30分～4時15分

【対象】3歳～就学前の子ども

【料金】7,000円

学芸員と観る日本の美 冬のミュージアムツアー



【日時】12/13(土)
午後2時～3時

【対象】16歳以上の方

【料金】250円

※会場は六町ミュージアム・フローラ
(六町2-5-35)

ビジネスパーソンのための シーン別アロマスプレー作り



【日時】12/18(木)
午後7時～8時30分

【対象】16歳以上の方

【料金】1,970円

保塚ウィンタークラシック コンサート



【日時】12/21(日)
午後2時～3時30分

【対象】どなたでも
(小学生以下の方は保護者同伴)

【料金】1,300円(小学生500円、
就学前の子どもは無料)

夜のじっくり長めのピラティス



【日時】12/24(水)
午後7時30分～8時45分

【対象】16歳以上の方

【料金】950円

楽しくゆるトレ教室



【日時】1/5(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

一日頑張ったカラダを癒やす
夜のぐっすりヨガ



【日時】1/8(木)・26(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(12日制)
A:はじめて24式/B:じっくり48式



【日時】1/9～3/27の毎週金曜日
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】6,720円

三味線講座 中級編(5日制)



【日時】1/24、2/7・21、3/7・21
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

ふらっとカフェ



【日時】12/1(月)
午後2時30分～3時45分
12/3(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】12/6(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

三味線講座 基礎編(5日制)



【日時】1/10～2/14の毎週土曜日
(1/17を除く)
午後5時45分～7時
【対象】16歳以上の方
【料金】8,000円

三味線講座 初級編(5日制)



【日時】1/10・31、2/14・28、3/14
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

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】1/14(水)
午前10時30分～11時30分
【対象】16歳以上の方
【料金】550円

見守り学習室



【日時】12/7(日)
午前10時30分～正午
【対象】小学生(中学生・高校生も可)
【料金】無料

人権 DVD 上映会



【日時】12/14(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

保塚おもちゃの病院



【日時】12/15(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)

ナイト・エクササイズ
肩甲骨トレーニング(5日制)



【日時】1/14・28、2/25、3/11・25
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】4,000円

バランスボールで
ゆる筋トレ体操(6日制)



【日時】1/15～3/19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

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】1/16～3/6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

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】1/19～3/30の毎週月曜日
(2/9・23、3/9を除く)
午後1時30分～2時45分
【対象】16歳以上の方
【料金】5,200円

らくらくフィット
かる〜い運動で健康生活(5日制)



【日時】1/21・28、2/18、3/18・25
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】3,000円

夜のゆったり初級ピラティス



【日時】1/21(水)
午後7時30分～8時30分
【対象】16歳以上の方
【料金】740円

当日受付

日頃からセンターをご利用いただいている皆様に感謝を込めて!!

Instagramフォロワーキャンペーン

キャンペーン期間：11/26(水)～12/20(土)

保塚地域学習センター窓口で、保塚地域学習センターInstagramのフォロー画面をご提示の方に、**講座受講料に使える200円引きクーポン**を差し上げます。

対象講座：今月号に掲載している講座のうち、受講料が500円以上の講座

※クーポンはお1人様1回1講座のみ利用可。フォロワーご本人様のみ利用可。
※クーポンのご利用は当センター窓口払い時に限ります。それ以外ではご利用いただけません。

▲フォローはこちらから

「ぷち」プログラム 12月の体験会情報

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 当日申込

- 図書館で ママビクス体験
【日時】12/3(水)
1) 午後2時～2時20分
2) 午後2時30分～2時50分
- 図書館で ピラティス体験
【日時】12/10(水)
午後6時～6時20分
- ブックトーク付 風邪予防に親子で楽しくタッチングケア
【日時】12/12(金)
1) 午後5時～5時20分
2) 午後5時30分～5時50分

LINEでも「ぷち」プログラムの情報を発信しています

私にもアート、できるかな？

色あそびコラボ展をみたら、自分もアートに挑戦してみたくなっちゃった！
というあなたへ、身近な材料で手軽にできるアート本をご紹介します。
一年の締めくくりに、今年の思い出を作品に込めてみるのはいかがでしょうか？



墨や絵具と水が織りなす偶然のアートに挑戦！



水の上に墨を垂らしてできた模様を紙に写し取る作品「すみながし」。
一方外国にも、えのぐを使う「マーブリング」という似た手法の作品があります。
偶然と工夫を組み合わせ、この世にひとつだけの作品を作ってみましょう。

『すみながし・マーブリング』
柴田芳作/監修 国土社 2023 年



世界が太鼓判!? 消しゴムはんこを掘り下げる



日本文化、特に消しゴムはんこの魅力に取りつかれたクラフト作家による、消しゴムはんこのマスター本。基礎から応用まで、100 以上の図案が用意されています。本のデザイン自体も可愛くて素敵。ページをめくるだけで癒されます。

『世界が認めた日本のかわいい消しゴムはんこ』
イシュタル・オリベラ/著 エクスナレッジ 2017 年

今年もお世話になりました♪

12月のイベント紹介



魔法使い養成講座(4 歳～向け)

【日時】12 月 7 日(日) 午後 3 時～4 時 30 分
【申込】カウンターおよび電話にて申込受付中
【定員】先着 10 組(未就学児は保護者同伴)
♣トランプや日用品を使った簡単な手品を楽しもう。
マスターして友達に自慢しちゃおう！



クリスマススペシャルおはなし会(4 歳～向け)

【日時】12 月 21 日(日) 午後 3 時～4 時
【申込】当日、直接教養室におこしください。
【定員】18 名



おはなし会(4 歳～向け)

【日時】12 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】12 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、直接教養室におこしください。
【定員】各回 12 組

12 月 28 日(日)と 1 月 4 日(日)は午前 9 時から午後 5 時までの開館です。
12 月 29 日(月)から 1 月 3 日(土)まで、足立区立図書館は全館年末年始休館となります。

12 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

●すくすくひろば「親子リトミック」

リトミックの先生が来てくれます。ミニクリスマス会もやるよ！

【日時】11 日(木)
午前 10 時 30 分～11 時 30 分

【対象】1 歳～就学前の子どもと保護者

【申込】事前受付を行います。
※受付時間は午前 10 時～午後 5 時

保塚児童館 03-3858-1876

●クリスマス会

サンタさんがやってきます。抽選会もあるよ！

【日時】17 日(水) ①午前 10 時 30 分～11 時 30 分
②午後 3 時～4 時

【対象】①0 歳～就学前の子どもと保護者

②小学生～18 歳の方

【申込】当日受付 ①午前 10 時 15 分～11 時 15 分
②午後 2 時 45 分～3 時 45 分

南花畑児童館 03-3859-9868

●小学生クリスマス会

ゲームや茶話会をしてクリスマスを楽しもう！

【日時】20 日(土)
午後 2 時～3 時 30 分

【対象】小学生の方

【申込】窓口にて当日受付

花保児童館 03-3884-1229

●クリスマス会

みんなで楽しく作り上げるクリスマス会です！
さて、サンタさんはやってくるかな？

【日時】24 日(水)
午後 3 時～4 時 30 分頃

【対象】小学生・中学生の方

【申込】当日午後 2 時 30 分から窓口で受付開始

生物園のお知らせ 03-3884-5577

▶HP



●いもむしコレクション

幼虫が体や形を変えて生き残るための工夫をしていることを知り、
いろんな幼虫を見てお気に入りの幼虫を見つけよう！

【日時】12 月 3 日(水)～2 月 1 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】2 階 むしむしコーナー



美しいチョウに変態する前のいもむし
たちのユニークさに注目してみよう。



足立児童文化サークル
「木の芽会」創作童話

「にじに向かって 1」

文・絵 東京利恵

さらちゃんは、小学3年生。お勉強よりも運動するのが大好き。ちょっぴり負けずぎらいな、おてんばむすめです。

雨上がりの午後、さらちゃんは、えんがわであみ物をしているおばあちゃんの横にすわって空を見上げました。

「おばあちゃん、にじが出てる。きれいだね」

「ほんときれい」

おばあちゃんは、まぶしそうにして空をながめました。

「にじの向こうには何があるのかな。どうなっているのかな」

さらちゃんは、ぼつりと、つぶやきました。

「行って見てみたい？」

「うん、行ってみたい。どんな感じかな」

「だれにもないしょにしてくれるなら、おばあちゃんがつれて行ってあげるよ」

おばあちゃんは、いたずらっ子っぽい顔をして、さらちゃんにささやきました。

「わかった。ぜったい、だれにも言わない」

さらちゃんは、ちょっとだけふるえながら答えました。

「じゃあ、ちょっくらやってみましょうかね。さらちゃん、ゆっくり目をして、おばあちゃんがいいというまであけないでね」

さらちゃんが目をとじると、おばあちゃんは、じゅもんをとなえ始めました。

しばらくして

「さあ、じゅんぴはできたよ。目をあけてごらん」

おばあちゃんの元気な声がしました。

さらちゃんが、おそろおそろ目をあけると、そこには、白い羽を広げた一人乗り用のブランコがありました。すわるころは、おばあちゃんのお気に入りのざぶとんが、のっていました。



羽は、さらちゃんが、着ている赤いジャンパースカートのむねのあたりについているパッチワークによくにっていました。おばあちゃんが、作ってぬいつけてくれたものです。

「うわーすてき！」

さらちゃんは、うれしくなって、ブランコに近づいていきました。

「さあ、それに乗ってみなさい」

おばあちゃんは、やさしくほほえんでいます。

さらちゃんが、ブランコに乗ると、ブランコはふわりと、おばあちゃんのせたけまでうかび上がりました。

「どうやって進むの？」

「ブランコをゆらすようにしてごらん。上にあがっていくわ」

さらちゃんは、前後にブランコをゆらしました。すると、どんどん空高くとんでいきます。あっという間に、家の屋根の上までうかび上がっていました。

「うまいじゃない。向きたい方向のひもを引くと、向きがかわるから、やってごらん」

さらちゃんは、右手を少し引っぱりました。

するとブランコは、にじの方へと向きがかわり、またふわりと、うかび上がりました。

「かんがいいねえ。そのちょうしよ。おばあちゃんがここで見ててあげるから、さあ行っといで」

おばあちゃんの大きな声とともに、ブランコは、空高くにじの方へ向かっていきました。

さらちゃんを乗せたブランコが、空へとまい上がるたびに、けしきがだんだん遠くなって、家やマンションやビルが小さくなっていきます。

とちゅうで、出会ったわたり鳥たちも、知らん顔して通りすぎていきました。

遠くでひこうきがとんでいるのを見かけると、思わずさらちゃんは

「わおー」

と、さけんでしまいました。



つづく

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。

f 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 12 月 8 日(月)
 保塚図書館 12 月 29 日(月)~1 月 3 日(土)

12 月 28 日(日)と 1 月 4 日(日)は【学習センターの受付時間は午後 5 時まで】【図書館は午後 5 時閉館】です。

学習センター・図書館の 耳寄り情報を 発信しています



施設予約システムリニューアル

2026/1/7(水) 午前 9 時より稼働

施設予約システムのリニューアルに伴い、**現行システムは 1/5(月)午後 10 時までのご利用となります。**新システム稼働時まで、インターネット・窓口ともに予約・支払・還付等の受付はできません。皆様にはご不便をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

1/5(月) 午後 10 時まで	現行システムを利用できます
1/5(月) 午後 10 時から 1/7(水) 午前 9 時まで	システム移行のためインターネット・窓口ともに予約・支払・還付等の受付はできません
1/7(水) 午前 9 時から	新システムを利用できます

※新システムではインターネットで利用登録していただくと、クレジットカード・PayPay 等のキャッシュレス決済をご利用いただけます。

<足立区新システムお知らせページ>
<https://www.city.adachi.tokyo.jp/sg-shien/newsystem.html>



※講座とチケット予約システムは 10 月・11 月にリニューアル済みです。

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。