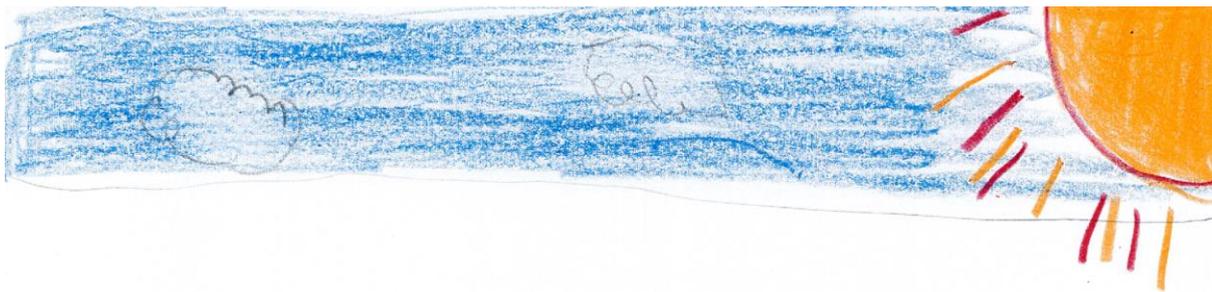




REST

2024. 10 月号



イベント情報 関連ページ 2・3

今月は **くさかい ななみ** さん (8さい) の作品
2階窓口まで賞品を取りにきてね

さのふれあい福祉まつり & 障がい福祉施設作品展示会

ミニコミ紙「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。
応募した絵はもれなく佐野センター内に掲示されます。表紙絵の当選者には景品をさしあげます。

さの ふれあい福祉 まつり

11
サークル
体験・発表

入場無料
10.20^日
9:00-15:00
開会式 9:00~
welcome

2024

佐野センター登録サークルの展示・発表・体験の場である「ふれあいまつり」を今年も開催します。図書館イベントやワークショップにくわえ、フリーマーケット、健康コーナーなど、どなたでも楽しめる一日です。皆さまのご来場お待ちしております。



Culture

Sports



入場無料
10.18^金-20^日
18・19日 10:00-16:00
20日 9:00-15:00
佐野センター
2階学習室



Book



Art



workshop



Health

終活相続危険度チェック
& 個別相談
介護・健康・地域活動
についての出張相談
・ベジチェック・血管年齢測定

Shop

「クッキー等販売」
「自主生産品販売」
「パン販売」
「野菜直売」

Food

「チョコス」etc
キッチンカー



障がい 福祉施設

作品 展示会

「障がい福祉施設の展示会」を同日開催します。どの品々も一生懸命に心を込めて制作されました。作品を介して心と心がつながれるハートウォーミングな展示会です。この機会に地域の福祉への理解を深める機会になればと願っています。

※詳細な内容のプログラムは佐野センター2階窓口にて配布しています。

事前申込の講座案内

9/26 (木)

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の
窓口、電話のみの受付となります。

電話 03-3628-3273

窓口 佐野 2-43-5 (2階)

講座予約システム (インターネット)

インターネットは 9/26 (木) の午後 1 時からの
受付です。

窓口の受付業務の一部停止について

10/12 (土)・13 (日) は電気設備保守点検のため
電話や窓口での施設・講座・チケットのお支払い、返金の手続きができません。

一般
シニア向け
ブルーの講座タイトル

子ども
親子向け
ピンクの講座タイトル

ハンドメイドでグリーンゲイブルズ 風景刺繍に挑戦 (4 日制)



刺繍作家・青木和子さんの「赤毛の
アン」を題材にアレンジした刺
繍画を作成し、額に入れて飾ります。

日時: 10/8・22、11/5・19
いずれも (火)
午前 10 時～正午

料金: 3,400 円
定員: 15 人
対象: 16 歳以上の方

気軽に簡単 指でこしこしパステルアート



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: 10/29 (火)
午後 1 時～3 時

料金: 1,000 円
定員: 10 人
対象: 16 歳以上の方

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りましょう。

日時: 11/7 (木)・21 (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 スポーツウェルネス吹き矢(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: 11/7 (木)・21 (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

健康イキイキ ボイストレーニング



健康や美容に効果のあるボイスレッ
スンです。声と表情が明るくなり、
アンチエイジングをはかります。

日時: 10/10 (木)・24 (木)
午後 1 時～2 時 30 分
料金: 初めて参加 2,380 円 (教本付き)
2 回目以降 1,000 円
定員: 各 30 人
対象: 16 歳以上の方

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ます。

日時: 10/12～12/14 第 2・4 (土)
初級 午後 1 時～2 時 30 分
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

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: 10/16 (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

A 有酸素運動 B 筋トレ はつらつ教室



初めての方は 10/16 (水) より、
2 回目以降の方は 10/26 (土) より
受付開始です。

日時: A 11/13 (水)・B 27 (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

親子で楽しむ ストレッチ & ピラティス



ヨガストレッチとピラティスの要素
を取り入れ、赤ちゃんとふれあいなが
ら美しい身体作りを目指します。

日時: 10/11 (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 歳の子どもと保護者

「ブロックのロボットを動かそう」 キミもプログラマー(4 日制)



レゴブロックを組み立ててロボッ
トの型を作ったらプログラミング
の技術を用いて動かしてみます。

日時: 10/11～11/22 第 2・4 (金)
A 午後 3 時 30 分～4 時 30 分
B 午後 5 時～6 時
料金: 2,000 円 定員: 各 4 人
対象: A 小学 1～2 年生
B 小学 3～6 年生

初めての和装 基本の着付け体験(2 日制)



風流な秋の初めに似つかわしい装い
を 1 級着付け技能士が指導します。
(着物一式は要持参)

日時: 10/18 (金)、11/1 (金)
午後 2 時～4 時
料金: 1,100 円
定員: 10 人
対象: 16 歳以上の女性

少人数で始める大正琴



経験豊富な講師から少人数でじっ
くりと大正琴の弾き方が学べます。
楽器は講師が用意します。

日時: 10/21 (月)
午後 2 時～3 時 30 分
料金: 無料
定員: 5 人
対象: 16 歳以上の方

「ハウスキルト 額飾り」 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: 10/29 (火)
午前 10 時～午後 1 時
料金: 600 円
定員: 20 人
対象: 16 歳以上の方

親子トランポリン (2 日制) 小学生トランポリン(2 日制)



トランポリンはバランス感覚を養う
運動です。他では味わえない空中浮
遊のような感覚を体験してみよう。

日時: 10/21 (月)・28 (月)
親子 午後 3 時 30 分～4 時 30 分
小学生 午後 4 時 40 分～5 時 40 分
料金: 親子 1,540 円 小学生 960 円
定員: 親子 12 組 小学生 24 人
対象: 2 歳～就学前の子どもと保護者
小学生

外国映画で学ぶアテレコ 声優教室 (11 日制)



現役声優から楽しく学べる講座で
す。良い声の出し方を知り自信をも
って人前で声を出してみましよう。

日時: 11/3、12/1・15、1/12・19
2/2・9・23、3/2・16・30
いずれも (日)
午前 10 時～正午
料金: 1,000 円 定員: 12 人
対象: 6 日以上参加できる小 4～18 歳の方

産後ママのための タッチケア & フィットネス(5 日制)



女性のお悩みである産後の体力の低
下や体形の崩れを解消する効果的な
エクササイズをおこないます。

日時: 11/11～12/16 毎週 (月)
(12/9 を除く)
午前 10 時～11 時
料金: 3,250 円
定員: 8 組
対象: 2 カ月～2 歳未満の子どもと母親

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。

- 定員は目安です。
- それぞれのサロンの開始時間 10 分前から 2 階窓口にて受付しています。

ボードゲームサロン



新ゲームも続々と入荷中！ 大人も子どもも楽しく遊ぼう。開催時間内は入退室自由です。

日時：10/1 (火)・8 (火)
17 (木)・24 (木)
午後 3 時～4 時

料金：無料
定員：各 8 人
対象：どなたでも

夜間個人学習室



勉強や読書などに利用できる学習室を無料で開放しています。(団体予約が入った場合は開放しません)

日時：10/1～31 毎週 (火) (木) (金)
(10/15 を除く)
午後 5 時 30 分～9 時

料金：無料
定員：各 10 人
対象：高校生以上の方

ここめり

地域の有志の方がミニコミ紙のページ作成を担当するコーナー。佐野センターで子ども向け絵画・造形教室の講師をつとめる林 先生が「絵」をテーマに様々な試みを発信します。

なぎさ先生の ぬりえコラム



本好きになるかは…

前回、読書のすすめの記事を書きましたが、本好きになるかは幼少期の影響が大きいと考えています。本というのは、まだ字を十分に読めない時期の子どもにとっては無条件で楽しいものではありません。その点テレビやスマホなどのデジタルツールは字が読めない子どもにも使え、簡単に情報を得ることができます。幼い頃にデジタルツールしか触れず「本が楽しい」という経験を持ってなければ、その後「本」というツールを選ばなくなりがちです。

読み聞かせのススメ

「本が楽しい」という経験を作るのに効果的なのが読み聞かせです。毎日寝る前に親が絵本を読んであげるというイメージが強いかもしれませんが、必ずしもそのような形である必要はありません。私は本好きに育ちましたが、母に絵本を読んでもらった記憶はなく、その代わり父に図書館

で紙芝居を借りて読んでもらっていた記憶があります。月に 2、3 回程度だったと思いますがとても楽しい記憶として残っています。どんな形でもいいと思いますし、親でなくても、おじいちゃん、おばあちゃん、先生、地域の人が読んであげてもいいと思うのです。

私が読み聞かせをやっていると思うのは、みんな読み聞かせが好きだということです。嫌がる子はまずいません。幼児クラスで年齢になかなか集中して聞くことが出来ない場合でも何となくは耳に入っており、心に伝わっています。

自分が読み聞かせを楽しむ

最後に、読み聞かせをおこなう際に 1 つ伝えたいのが「子どものためにやっている」という気持ちで読まない方がいいということです。相手のためと思ってやると「なんで集中して聞いてくれないの」「なんで本が好きになってくれないの」というような気持ちが生まれがちです。自分自身が絵本の読み聞かせを楽しむというくらいの気持ちでやるのがおすすめです。

今月のお勧めの一冊 『こぶたくん』

親も子ども「この気持ちわかる、これでいいんだ」と思える本。シリーズ 2 の『しりたがりやのこぶたくん』もお勧めです。



はやし なぎさ
林 渚

美大卒業後、個展やグループ展などを開催。デジタルではなく体を使って描くアナログ体験を大切にしたい絵画教室を佐野センターをはじめ他 4 か所で主宰している。

なぎさ絵画造形教室 BLOG



ジーン・バン・ルーワン 作
童話館出版

人権ビデオ上映会



第 2
火

毎月様々なテーマの人権啓発ビデオを上映します。改めて人権について考えてみましょう。

日時：10/8 (火)
午前 10 時/午後 2 時/午後 6 時

料金：無料
定員：各 10 人
対象：どなたでも

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：10/13 (日) 第 1 (日)はお休み
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・2
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：10/13 (日) 第 1 (日)はお休み
午後 1 時 30 分～3 時

料金：無料
定員：8 人
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：10/18 (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

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：10/26 (土)
午前 10 時～正午

料金：100 円
定員：10 人
対象：16 歳以上の方

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：10 月はお休み

オリジナルぬりえ

お子さんだけでなく
大人の方もぜひ
ぬってみてください



<http://www.nagisakaiga.info/>

🏠 わが家の本棚 📖

佐野図書館

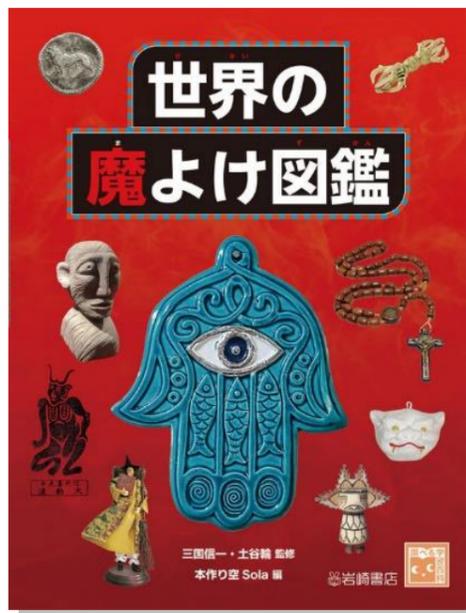
10月のハロウィン 特集号

そのはじまりとは...

10月はハロウィンの季節です。今や日本でもすっかり定着したハロウィンですが、もともとは古代ヨーロッパのケルトの人びとの新年の祭り「サウィン」がもとになっているようです。10月31日がケルトの暦では一年の最後の日にあたり、この夜には先祖の霊がよみがえって家族に会いにくると信じられていました。



佐野図書館では10/27(日)にハロウィンおはなし会を開催します。(詳しくはページ下段参照)



こちらの本は佐野図書館で借りることができます。



＝参考図書＝
ハロウィンの他にも色々な魔よけが紹介されています。日本と世界に分かれていて人々が災いから身を守ろうとしてきた歴史や宗教や文化に根付いた幸運を願う風習など興味深い内容になっています。

『世界の魔よけ図鑑』
三国信一・土谷輪/監修
本作り空 Sola /編
岩崎書店



おすすめ

作品見本

ヨーロッパでは黒猫は悪い霊から家を守り、財産を運んでくると信じられていたとか...



怖い恰好をしたり、仮面をかぶったりするのも、悪い霊から身を守るためだったようです。

ハロウィンおはなし会 & 工作会



工作がセットになった楽しいおはなし会です。カボチャと黒猫のお面がかんたんに作れます。

日時：10/27(日)
午後1時30分～3時

会場：2階レクホール
定員：10組
対象：幼児～小学生と保護者
申込：当日受付

NUMA

図書館職員がハマった1冊

Books 第45回

『月刊たくさんのふしぎ 474号 おいしさつなぐる昆布の本』

松田真枝/文 キッチンミノル/写真 得地直美/絵 福音館書店



日本食に欠かせない「出汁」。うま味の元になる成分で、海外にはない味と言われます。そんな中でも昆布がになうのは、まさに縁の下の力持ち。かつおぶしやいりこの出汁のうま味をずっと強くしてくれます。海の中でゆらゆら揺れる海藻である昆布。(ところで海の中では出汁は出ないのでしょうか...?)

この本には昆布のいろいろな秘密と歴史、おいしい調理の仕方などが書かれています。日本が誇るこの素晴らしい食材について読んでみてはいかがでしょうか。

図書館 10月のイベント

お申込み・お問い合わせ

TEL03-3628-3275

特に申込の記載がないイベントはすべて当日受付です。

佐野図書館休館日

10/15(火)・31(木)

あだち環境かるたおはなし会



新しくなった「あだち環境かるた」を使って楽しく学びながら環境についてくわしくなろう!

日時：10/2(水)
午後3時15分～4時

会場：2階レクホール
定員：25人
対象：幼児～小学生

赤ちゃんおはなし会「はく」& 親子でストレッチ体験

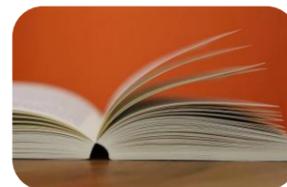


読み語りボランティア「ピノッキオ」さんのおはなし会とストレッチをちょこっと体験。

日時：10/9(水)
午前11時～11時45分

会場：2階教養室
定員：6組
対象：乳幼児と保護者

おはなし会



読み語りボランティア「樫の実会」さんによる楽しいおはなし会です。

日時：10/16(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

秋の読書週間 「ようこそ!ウサノ魔法図書館」



佐野センター マスコットキャラクター「うさのさん」

佐野図書館「秋の読書週間」のテーマは魔法。図書館で本を借りてイベントに参加しよう!

期間：10/19(土)～
対象：どなたでも
イベント詳細は、ぜひ佐野図書館にて直接ご確認ください。

ふれあいおはなし会「はく」SP & 親子でフィットネス体験



気持ちよくピロティで青空おはなし会。ついでにフィットネスもちょこっと体験してみませんか。

日時：10/20(日)
午前11時～11時45分

会場：2階ピロティ
定員：6組
対象：乳幼児と保護者

うさのさんの クロスワードパズル



こすぶれいやーのうさのさんです。さのっこのみんなは、10月31日のハロウィンで何にへんしんするのかな。かそうとこすぶれは似ているようでちょっとちがうらしいんだけど一体どこがちがうだろう？知っている子はこっそりうさのさんに教えてね～

① A		④	
	②		⑥ B
⑤ C			
③			

【ヨコのもんだい】

- ① 昔の人々はこれでお米をたいていた。漢字で書くと「竈」
- ② 新田センターのミニコミ紙の名前。〇〇〇草(そう)
- ③ 香辛料の一つ。むずむず…くしゃみが出そう。…ハックション!!

【タテのもんだい】

- ④ スポーツの秋。食欲の秋。あとは何の秋があったっけ。
- ⑤ 理科の問題。力点、支点、作用点でうごくしくみは？
- ⑥ カミナリと雨のこと。ふり出す前に早くおうちにかえろ。

正解は次回のクイズコーナーで発表します。

9月号の正解者の中から
安原 花梨 さん 5年生 に賞品をさしあげます。
2階までとりにきてね♪

9月号のこたえ

今月号のクイズのこたえがわかった人は
10月14日(月・祝)までにレストのポストに入れてください。
(どうしてもこたえが知りたい子は今月号の裏表紙を見てね)

「A. ま」「B. ん」「C. が」



10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

佐野ユ-モア川柳



さのユ-モア川柳師範
かわやなぎ いっさ
川柳 一茶



ごしちご
愛猫の五七七

「先生は大切な人にプレゼントをあげたりするのかにゃ」「わしの場合、わしの存在自体が得難いプレゼントっていう路線でこれまでもやってきたし、これからもやっというところのじゃが、どうかな？」「だから人望がないんだにゃ」「プレゼントを配りまくれば人望がくるってわけでもないじゃろ」「それはそうだがにゃ」「プレゼントに限らず人にものをあげるのってなかなか難しいというか、一筋縄ではないものじゃからな。とはいえまあ、わしへのプレゼントはいつでも大歓迎じゃがな」「…」

お題「プレゼント」



元彼のプレゼント全部妹へ

ひかり (十代)

妹さんもおすがにそれは使いづらいついて思いつく。



プレゼント口には出さぬが心まち

みっちゃん (八十代)

「顔には出さずこころにすなな」

自分にも贈って楽しプレゼント

気力の毎日! (七十代)

自分でラッピングしてリボンをつけて…

入浴券 プレゼント ナイター

佐野紳士 (六十代)

うーん、うまいのかどうかよくわからないですが (笑)

今年も補習通知の贈り物

塩野谷泰誠 (七十代)

お返しは「首席で卒業」ですな!

バラの花束 贈った妻に怪しまれ

仲田義明 (六十代)

そんなあなたに一曲プレゼント。

「愛をこめて花束を」 by Superfly

置き配で届く友からプレゼント

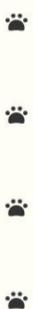
ちゃん山田 (三十代)

友達が直接置きにきてくれたのかも。

送金で電子マネーのプレゼント

ところ点 (六十代)

そのうち香典とかも電子マネーになるのでしょーうか…



十二月号掲載分のお題

「昼」

※句中に「昼」という語句を入れなくてもかまいません。

〆切：十月三十一日(木)

【投句方法】

専用の投句用紙に必要事項をご記入いただき、佐野・保塚伊興・新田センターに設置してあります投句箱にお入れください。



メール投句用 QRコード

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 レスト 10月号 No.374

佐野地域学習センター・体育館・図書館
地域情報紙

【発行日】2024/9/25

【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



佐野地域学習センター

検索

今月号の11ページのクロスワードパズルのこたえ

「A. か」「B. ろ」「C. て」

今月の休館日… **10/15 (火)**

利用者懇談会… **10月はありません**

図書館休館日… **10/15 (火)・31 (木)**

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



佐野体育館

放送設備工事のお知らせ

下記の工事期間中は体育館のご利用ができません。(体育館以外の施設は通常どおり利用可能です)

ご迷惑をおかけしますがご理解・ご協力よろしく申し上げます。

利用休止期間 11/10 (日) ~20 (水)

工事期間は 11/11 (月) ~20 (水)



「美しいまち」は「安全なまち」

