

「親子ヨガ」で リフレッシュタイム

竹の塚地域学習センターでは、毎月原則第3水曜日の午前中に「親子ヨガ」を開催しています。赤ちゃんと保護者の方とで気軽にお楽しみいただけるヨガで、ちょっと体を動かしてリフレッシュしてみませんか？
近日中の予定をご紹介しますので、ぜひいらしてください。

【日時】3/19、4/16、5/21 いずれも（水）

①午前10時30分～11時

②午前11時10分～11時40分

【講師】Mariko（ヨガインストラクター）

【対象】3歳以下の子どもと保護者

【定員】各10組

【料金】無料



この時だけの思いを抱いて 晴れの舞台へ

（詳細はP2・3）

【アクセス】

東武スカイツリーライン

「竹ノ塚駅」より徒歩7分

東武バス

綾20・24系統、竹14・15系統

「公園前」下車1分

都バス

北47系統「公園前」下車1分

東武バス

竹17系統「竹の塚一丁目」下車1分



休館日のお知らせ

竹の塚地域学習センター 3月10日（月）

竹の塚図書館 3月10日（月）、31日（月）

足立区竹の塚地域学習センター・図書館 Vol.439 「たけのこ」3月号（毎月1日発行）

発行 / 足立区竹の塚地域学習センター・図書館

発行所 / 〒121-0813 東京都足立区竹の塚2-25-17

竹の塚地域学習センター TEL 03-3850-3107

FAX 03-3850-0233

竹の塚図書館 TEL 03-3859-9966

mail takenotsukalccyc@zb.wakwak.com

HPは
こちら



SNSは
こちら



足立区 竹の塚センター

検索

責任 / ヤオキン商事株式会社 「ヤオキン商事は、生涯学習を通し、お客様に心のこもったサービスを提供します」



知ると分かる。
すると変わる。

SDGs MODEL ADACHI



写真はイメージです。

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。

—イベント情報—
初の一般公開！

中学生 定期演劇 発表会



3/30 (日) 10:00~15:00

【対象】小学生以上の方（小学生は保護者同伴）
【一般観覧定員】50人 【料金】無料（全席自由席）

※本公演では一般観覧者による公演中の写真・動画撮影は禁止といたします。
予めご了承ください。

中学生定期演劇発表会とは

毎年3月に実施している、区内中学校の演劇部が出演する合同発表会です。

これまでに3回実施していましたが、コロナ禍の影響もあり、関係者のみの限定公開での開催でした。それがこの度、初めて一般公開をいたします。

今回は、伊興中学校・蒲原中学校・第六中学校・第十四中学校の計4校の演劇部が出演します。

舞台上で披露される演技は、皆真剣そのもの。中学生たちが見せる表情・セリフ運びのひとつひとつは、いま、この時にしかない輝きに溢れています。



▲ 竹の塚地域学習センター・図書館
マスコットキャラクター「たけびこ」



会場は竹の塚センターの4階ホール！



発表会の会場は竹の塚センターの4階ホールです！

普段開催している音楽のコンサートの時とはまた違う、演劇のステージとしての雰囲気も味わってみてください。

申込方法



【受付】窓口・電話（現在受付中）

※当日では入場できない場合がありますので、チケットの確保はご予約をおすすめいたします。

※定員に達した場合はキャンセル待ちでの受付になります。
竹の塚センターまでお問い合わせください。



「ひとはこ図書館」3周年！



ひとはこ図書館3年分のブックリスト

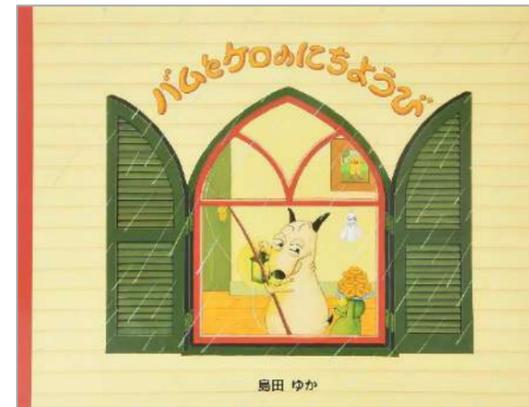
2022年の春から始まった竹の塚図書館の「ひとはこ図書館」。地域で活躍する方たちが、館長として選書した本を並べたコーナーです。これまで、本好きな12の方に館長をお願いしてきました。作成したブックリストには、その館長の選書テーマとコメントが載っています。

見返してみると、複数の館長から選ばれている本もいくつかありました。下記にご紹介しますので、ぜひお手に取ってみてください。折に触れて手に取る大切な本が、どなたにもありますように。

- ★3人が選書 『生物と無生物のあいだ』 福岡伸一/著 講談社
- ★2人が選書 『アルジャーノンに花束を』 ダニエル・キイス/著 小尾美佐/訳 早川書房
- 『ザリガニの鳴くところ』 ディーリア・オーエンズ/著 友廣純/訳 早川書房
- 『日の名残り』 カズオ・イシグロ/著 土屋政雄/訳 早川書房
- 『夢をかなえるゾウ』 水野敬也/著 文響社

今月のおすすめ本

—ひとはこ図書館からピックアップ—



『バムとケロのちようび』

島田ゆか/作・絵
文溪堂

昨年、刊行30周年を迎えた、子どもたちに大人気のシリーズの記念すべき第1作目。しっかりものの犬のバムと、天真爛漫なカエルのケロが送るドタバタの日常は、大人でもくすっとしてしまうこと請け合いです。

余談ですが、作中でバムが作る山盛りのドーナツは、別売の『バムとケロのおいしいえほん』にレシピが。こちらもあわせてぜひ。



『世界のフクロウ全種図鑑』

ハイモ・ミッコラ/著
早矢仕有子/監修 五十嵐友子/訳
エクスナレッジ

夜行性のハンターであるフクロウの特徴といえば、鳥類では珍しい、正面を向いた大きな目。上まぶたでまばたきをするその姿は、まるで人間の表情のよう。

およそ750枚もの写真とともに、268種を解説した本書。じっと見つめるフクロウたち。何を考えているのか、はたまた狙っているのか？空想をかきたてられます！

大人の絵本 BOX

絵本は大人にも、人生や生き方について、大切なことを教えてくれます。

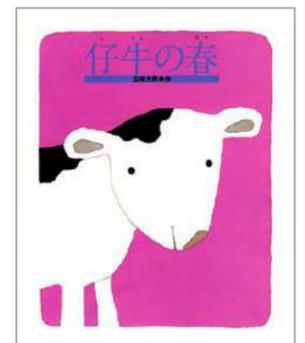
少ないページの中の絵と、添えられた短い言葉が、心に響きます。

このコーナーでは、絵本講師である図書館長が、大人も楽しめる絵本の世界へみなさんを誘います。

仔牛の成長と四季

一言でいえば、春に生まれた仔牛の1年の成長を描いた絵本なのですが、さすが、五味さん。とても深〜いのです。仔牛は最初は真っ白ですが、徐々に模様が出てきます。その模様に草が生え……。そして、タイトルにも各ページにも、選び抜いた漢字を使っています。新しい生命と自然への祝福が感じられます。

もちろん、子どもも楽しく読める内容です。でも同時に、実は大人にも「効く」絵本です。ぜひゆっくり絵を楽しみながら読んでみてください。きっと心を動かしてくれますよ。



『仔牛の春』

五味太郎/作
偕成社

夢が詰まった癒しの空間

今回訪れたのは竹ノ塚駅西口から徒歩16分の住宅街にある「homage LESSON&CAFE」。料理教室の講師として活躍されていた店主の齊藤さんが、その経験を活かして地域と繋がりをもちたいという夢を実現させ、2022年にオープン。今月で3周年を迎えました。カフェ以外にも、クッキングスタジオやヨガスタジオが併設されており、店主の齊藤さんによるクッキングレッスンや、講師を招いたヨガ教室も行われています。

ゆったりとした時間にぴったりな逸品

カフェのメニューには様々な工夫が。今回の取材では特にオススメの3品をいただきました。「チキンカレー」はパイナップル、マンゴー、りんごが使用され、果実の旨味がやみつきになること間違いなし。また、「水出しアイス珈琲」は、氷も珈琲でできているので、最後まで風味を損なわず、ゆっくり味わうことができます。「いちごのロールケーキ」はもちもちとしたピンク色の生地と、練乳が入ったクリームで心が満たされる逸品でした。珈琲とケーキは季節に合わせて変わるため、何がいただけるかは訪れてみてからの楽しみ。

少しずつ暖くなるこの季節に、開放感のある店内で、ゆったりとした時間をご堪能ください。



▲ロッキングチェアに座ってゆったり過ごすこともできます。



▲色鮮やかなチキンカレー(税込900円)



▲左：コクのある水出しアイス珈琲(税込500円)
右：ピンクが可愛いいちごのロールケーキ(税込350円)

店舗情報

【Instagram】



【クッキングレッスンのご予約はこちらから】



【住所】 足立区伊興1-3-1

【電話番号】 070-3368-3156

※時間帯によって繋がらない場合があります。

【営業日】 火、水、金曜日 第2、第4土曜日 11:00~18:00



TAKENOTSUKA CONCERT
コンサート情報

竹の塚を音楽あふれる街にしよう！
竹の塚はエンターテインメントの街に変わる！

3/26(水) 募集開始

5/17 土

t コンサート
「カルマンタ
～南米音楽の世界～」

OPEN / 13:30

START / 14:00

毎年大人気のカルマンタによるコンサートを開催します！
南米地域にあるアンデスの音楽を皆様にお届けいたします。

【出演】 カルマンタ

【対象】 小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

【定員】 300人 【料金】 1,500円



5/18 日

t コンサート
「おはなしオペラ
コンサート-椿姫-」

OPEN / 13:30

START / 14:00

ソプラノとピアニストの二人が「オペラ-椿姫-」を熱演。
他にも様々な演目を披露しますので、ぜひお越しください。

【出演】 吉田真澄、吉岡佑弥

【対象】 小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

【定員】 300人 【料金】 1,500円



現在募集中

4/13 日

t コンサート
「ピアノで紡ぐ物語」

OPEN / 13:30

START / 14:00

4月のtコンサートは「物語」をテーマに、前半はクラシックの名曲を、後半は映画音楽を中心にお届けいたします。

【出演】 大室晃子

【対象】 小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

【定員】 300人 【料金】 1,500円



《お申し込みについて》

お申し込みは足立区内の地域学習センター窓口・電話（9:00～20:00）にて承ります。

なお、募集開始初日の竹の塚地域学習センター以外の学習センターでのお申し込みは13:00～です。

※都合により変更・中止になる場合がございます。

講座情報

3/26 (水) から受付開始

《受付時間》
午前9時～午後8時 (窓口・電話)
インターネットのみ初日は午後1時からの
受付となります。

申込方法は画像横のアイコンをご覧ください。



インターネットからの申込方法

足立区ホームページのメニュー内から「文化・スポーツ」
→「講座・サークル・生涯学習」→施設・利用方法の「講座
予約システム (生涯学習施設・スポーツ施設)」→講座予約
システム (外部サイト) をご選択ください。

※講座の詳細はセンターまでお問い合わせください。
※都合により開催内容の変更・中止になる場合がございます。

- 〔 子ども・親子向け 〕
- 〔 一般向け 〕
- 〔 どなたでも 〕

あかちゃんおはなし会



あかちゃん向けの絵本の
おはなし会です。

【日時】4/2・16 (水)
①午前10時～10時30分
②午前10時40分～11時10分
【対象】3歳以下の子どもと保護者
【定員】各7組 【料金】無料
※図書館窓口・電話にて事前申込

おはなし会



絵本や紙芝居のおはなし会
です。

【日時】4/2・16 (水)
午後3時30分～4時
【対象】幼児～小学生
【定員】各15人
【料金】無料

チューズデーダンスクラス
(9日制) ※受付中



現役ダンサーによる
ヒップホップのレッスンです。

【日時】4/8～6/24 毎 (火)
(4/22、5/20、6/17を除く)
午後5時～6時
【対象】小・中学生の方
【定員】20人
【料金】5,940円

心も体もポカポカ
「リラックスヨガ」(11日制)
※受付中



新陳代謝を高める動きとともに、
その効果についても学びます。

【日時】4/4～7/11 毎 (金)
(4/18、5/16、6/6・20、
を除く)
午後1時～2時
【対象】16歳以上の方
【定員】25人
【料金】7,260円

はつらつ教室
※3/11(火)より受付開始



介護を必要としない元気な
体づくりを目指します。

【日時】4/18 (金)
午後1時30分～3時
【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
【定員】25人
【料金】無料
※参加は抽選で決定します。

サークル体験
「女声合唱」(4日制)



登録団体「バンブー・エコー」の
サークル体験講座です。

【日時】5/8～5/29 毎 (木)
午前9時50分～11時50分
【対象】18歳以上の女性
【定員】15人
【料金】無料

腰痛予防講座



理学療法士から腰痛予防
について学びます。

【日時】5/19 (月)
午後1時30分～2時30分
【対象】16歳以上の方
【定員】30人
【料金】無料

ミドル・シニアのための
セカンドキャリア戦略



自身の経験を活かしたセカンド
キャリアについて考えます。

【日時】5/25 (日)
午後2時～4時
【対象】16歳以上の方
【定員】20人
【料金】500円

将棋サロン



じっくりと戦略を練って、
将棋を楽しみましょう。

【日時】4/5 (土)
午後2時～4時
【対象】どなたでも
【定員】10人
【料金】300円 (小学生以下は無料)

歌声サロン「昭和歌謡」



マリリンさんと一緒に
昭和歌謡を歌いましょう。

【日時】4/9 (水)
午後2時～4時
【対象】どなたでも
【定員】100人
【料金】600円

人権 DVD 上映会



現在ある様々な人権問題に
関するビデオを上映します。

【日時】4/12 (土)
①午前10時 ②午後2時
③午後6時 (全3回上映)
【対象】どなたでも
【定員】各10人
【料金】無料

遊びながら運動神経 UP
ちびっこ体操体験会 ※受付中



音楽にあわせて体を動かしたり、
コーディネーション運動を行います。

【日時】4/21 (月)
午後4時～5時
【対象】3歳～就学前の子ども
【定員】15人
【料金】660円

ニコニコサロン
「五感リトミック」(2日制)



ピアノに合わせて体を動かし、
音感を育てます。

【日時】5/16・23 (金)
午前10時～10時55分
【対象】
2か月～2歳6か月の子どもと保護者
【定員】25組
【料金】1,700円

わくわくクラフト
「オリジナルプレート作り」



木の板にシールや花材を付けて
プレートを作ります。

【日時】5/18 (日)
午前10時30分～11時30分
【対象】小学生
(小学1～3年生は保護者同伴)
【定員】10人
【料金】無料

遊びながら運動神経 UP
ちびっこ体操 (7日制)



音楽にあわせて体を動かしたり、
コーディネーション運動を行います。

【日時】5/19～7/7 毎 (月)
(6/9を除く)
午後4時～5時
【対象】3歳～就学前の子ども
【定員】15人
【料金】4,620円

おすすめ講座紹介

受付中

竹の塚劇団
第13回公演
「貝の火のうた」
(会場:4階ホール)



毎年恒例の竹の塚劇団公演。今回は、宮沢賢治の短編童話
「貝の火」を“竹劇”ならではのアレンジでお届けいたします。

【日時】
3/22 (土) ①午後6時～7時
3/23 (日) ②午後2時～3時 ③午後6時～7時
【対象】どなたでも (小学生以下は保護者同伴) 【定員】各300人
【料金】各1,000円 (18歳以下は無料)

当日受付

ことばの力
Vol.18
(会場:4階ホール)



ことばと触れ合う2日間。
絵本の読み語りや工作、クイズなど盛りだくさんです。

【日時】
4/26 (土) 午後4時～6時
4/27 (日) 午前11時～午後2時30分
【対象】どなたでも 【定員】各150人
【料金】無料



ギャラクシティ NEWS
GALAXCITY
ギャラクシティのエンターテインメント

こども未来創造館

クライミングを体験してみませんか？
ギャラクシティでは大人専用の時間として
がんばるウォールを開放しています。

大人対象

**ギャラクシティで
クライミング体験**

2025年
3月7日・14日・21日
(すべて金曜日)

時間 午後6時～午後8時

料金 無料
対象 中学生以上
※中学生は保護者による
お迎えをお願いします。

申込 当日直接会場へ



西新井文化ホール

in 西新井

**女声フォレスタ
コンサート**

出演者

内海 万里子・吉田 和夏・池田 史花・三宅 里菜・上沼 純子
小笠原 優子・中安 千晶・財本 麗子・吉田 明未
ピアノ 石川 和男・大杉 光恵

※出演者は変更になる場合がございます。

2025年3月24日(月) **全席指定税込 6,600円(税込)**

開演 午後1時30分(開場 午後1時00分)
対象：小学生以上 ※未就学児の入場不可

チケット 販売中

主催：東京労音/BS日テレ 共催：ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂
協力：フォレスタ・プロジェクト/フレンド企画/特定非営利活動法人おたまじゃくしクラブ
企画・制作：フォレスタエンターテインメント 構成・演出：女声フォレスタ

まるちたいけんドーム

最新作

南の島へ交差する
名探偵コナンの冒険

**名探偵コナン
閃光の宇宙船**

©青山剛昌/小学館・読売テレビ・TMS 1996

2025年3月30日(日)～ 午前11時30分～正午

【対象】どなたでも(未就学児は保護者同伴)
【料金】小中高生 100円 大人 500円 未就学児無料(座席を使用する場合は100円)
【定員】170人 車いす2席 ※複数席の使用は不可

当日午前9時より1階総合受付でチケットを販売(先着順)



【住 所】〒123-0842 東京都足立区栗原1-3-1
【アクセス】東武スカイツリーライン「西新井駅」東口から徒歩3分
【開館時間】午前9時～午後9時30分(こども体験エリアは午後6時まで)
【休 館 日】毎月第2月曜(祝日の場合は翌日、8月は休館日なし)、元日 ※1・3・9月に連続休館あり
【お問い合わせ・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

最新情報・詳細はWEBへ！ 検索

※イベントが中止または内容変更になる場合がございます。
※イベント・公演について、受付終了・チケット完売の際は
ご了承ください。



区内唯一の動物園&水族館
足立区生物園

【住 所】足立区保木間 2-17-1
【電 話】03-3884-5577
【開園時間】午前9時30分～午後5時(2月～10月)
午前9時30分～午後4時30分(11月～1月)
【休 館】月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12/29～1/1)



生物園HP▶



うらがわ大公開！生物園のお仕事展

開催期間：3/19(水)～5/18(日)まで

内 容：普段は目にすることがないバックヤードでの飼育や展示の工夫など、生物園の様々な取り組みを紹介！

対 象：どなたでも
※未就学児は保護者同伴

費 用：無料 ※別途入園料
場 所：1F 生きもの研究室

シアター1010
足立区文化芸術劇場

立川志らく40周年記念公演 第7弾

立川志らく

千住落語会 vol.28

談志イズムの継承者
立川志らくが13年ぶりにシアター1010に登場！

6月4日(水) 18:30開演 シアター1010
(18:00開場)

全席指定 3,900円(税込)

シアター1010チケットセンター
03-5244-1011



千住落語会 vol.28

「立川志らく 40周年記念公演 第7弾」

日 時：6月4日(水) 午後6時30分 開演
※開場は開演の30分前

公演紹介

“談志イズム”の継承者、
立川志らくが13年ぶりにシアター1010に登場！
古典の伝統美学を守りながらも現代要素や自身の視点を織り交ぜる。クセになる落語をご堪能ください。

演 目：テーマ～志らく裏十八番集～
「替り目」「佃祭り」「金明竹」「中村仲蔵」

会 場：シアター1010 11F 劇場

料 金：全席指定 3,900円
足立区民割引(在勤・在住・在学) 3,700円
※未就学児のご入場はできません。
※車椅子でご来場の方は、シアター1010 チケットセンターまで事前にご連絡ください。

発売日：発売中

※足立区民割引はシアター1010 チケットセンター・シアター1010 窓口のみのお取扱となります。

お問い合わせ：シアター1010 チケットセンター

【時 間】午前10時～午後6時

【電 話】03-5244-1011

シアター1010 HP▶

