



中央本町住区センター

TEL03-3852-1434
休館日：5日・11日・12日・13日・19日・26日

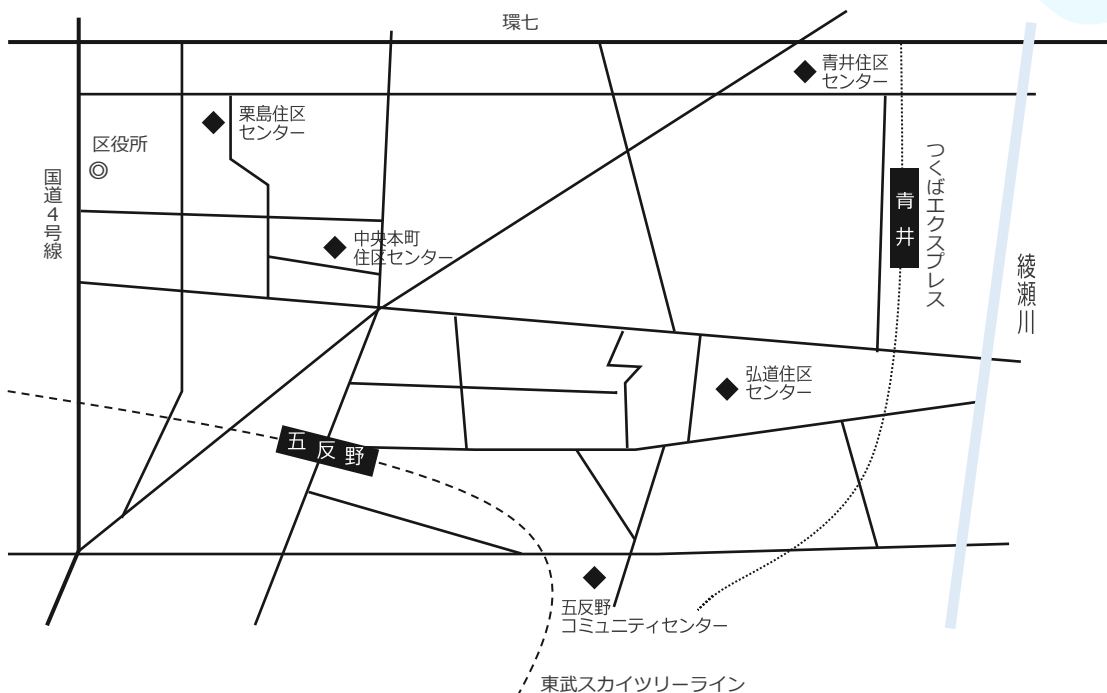
- ◆悠々館◆住区 de 団らん
2月23日(木)午後5時～ 費用は500円。カラオケなどを楽しみながら夕食会。
- ◆児童館◆なわとび大会
2月15日(水)午後2時30分～ 対象は小学1年生からです。

五反野コミュニティセンター

TEL03-3886-2643
休館日：5日・11日・12日・19日・26日・27日

- ◆悠々館◆料理教室
2月16日(木)午前9時～ 詳しくは開催館配布の別紙をご確認ください。
- ◆児童館◆ブラバンの日
2月15日(水)午後2時～ マグネット付きのかわいいブラバン工作です。

住区センター
地域の方が利用できる交流の場。遊びを通して子どもたちの成長を見守る児童館。趣味や健康づくりで豊かな生活を支援する悠々館。イベントの紹介です。



青井住区センター

TEL03-3852-3750
休館日：5日・11日・12日・19日・20日・26日

- ◆悠々館◆フラダンス・カラオケ発表会
2月5日(日)午後0時50分～ 一緒に楽しく盛り上がりましょう。
- ◆児童館◆風船バレーボール大会
2月22日(水)午後2時30分～ 大会は個人戦です。13日(月)練習日。



弘道住区センター

TEL03-3840-9354
休館日：5日・11日・12日・13日・19日

- ◆悠々館◆住区 de 団らん
2月2日(木)午後5時～ 参加者と一緒に楽しく語らいましょ。
- ◆児童館◆バレンタインラッピング
2月8日(水)午後3時～ 大切な人にチョコを贈ろう！



栗島住区センター

TEL03-3848-3471
休館日：5日・11日・12日・19日・20日・26日

- ◆悠々館◆お雑煮会
2月5日(日)午前11時～ 楽しく美味しくお雑煮を食べましょう。
- ◆児童館◆まめまき
2月3日(金)午後3時30分～ わいわい楽しく豆まきをしよう。



12月4日(日)のビブリオバトルは、ゲイのカップルが赤ちゃんを養子に迎えるまでをつづったエッセイ、動物にまつわる伝説や不思議な話を集めた本、世界の食卓に並ぶ「きんぴら」的「料理のレシピブック」と続き、最後は40年以上ギターを習っているという方が話すギタリストを主人公にした小説の紹介で幕を閉じるといいます、たいへん濃い内容のバトルとなりました。

今回のチャンプ本は、紹介した方も実際にいくつか作ってみたという『セカイのきんぴら』でした。料理の写真もおもしろかったです！

おうちでカンタンに作る世界の家庭の味!!

紹介者：久保聖子 (40代・女性)



『セカイのきんぴら』
飯島 奈美 / 著 朝日新聞出版

知的書評合戦 ビブリオバトル

12月17日(土)のビブリオバトルは、クリスマス特別版ということで、五反野にある喫茶店、カフェテラス絵瑠座の一角をお借りして、飲み物付きで開催しました！テーマはクリスマスでしたが、直接クリスマスに関係する本は1冊も無し…。しかし、パトラーの発表を聞くと、どれもクリスマスを感じさせてくれる、ステキな本が集まりました。

バトル後も美味しいコーヒーや紅茶を飲みながら、ビブリオバトル談義に花が咲きました。



◆やよい図書館	5日 午後3時～ 18日 午後3時～	◆梅田図書館	11日 午後3時～ 26日 午後3時～
◆舎人図書館	11日 午後2時45分～	◆鹿浜図書館	25日 午後1時30分～
◆竹の塚図書館	15日 午後1時～		



『ゆめのはいたつにん』
教来石小織 / 著 センジュ出版

今月の表紙

ちゅお&にゃよいの野菜畑「ブロッコリー」

地中海沿岸の野生のキャベツが食用として改良されたブロッコリー。花を咲かせずに葉を巻きながら成長するように改良されたキャベツに対し、ブロッコリーは葉の部分よりも、つぼみを増やす方向で改良されました。

とても栄養価の高い野菜で、血圧を下げる働きをするカリウムや、貧血予防の鉄、糖尿病の予防として効果のあるクロムなど、生活習慣病の予防が期待できます。中でも、ビタミンCの含有量は、キャベツの4倍といわれ、さらに、最近注目されているのはその解毒作用と抗酸化作用。スルフォラファンという成分が、がんを抑制するという研究結果が発表されました。

見た目はヘンテコなブロッコリーですが、健康に良い味方です。