



中央本町住区センター

Tel.03-3852-1434
休館日：5日・12日・13日・19日・20日・26日

- ◆悠々館◆健康推進部イベント 呼吸法
3月10日(金)午前10時～ 参加費無料。呼吸を感じて豊かな「声」を実感。
- ◆児童館◆ドッチボール大会
3月29日(水)午後2時30分～ 対象は小学生。チームワークで勝負!



五反野コミュニティセンター

Tel.03-3886-2643
休館日：5日・12日・19日・20日・26日・27日

- ◆悠々館◆カラオケ教室おさらい会
3月4日(土)午前10時～ カラオケ教室の皆さんが一生懸命歌います。
- ◆児童館◆春のおたのしみ会
3月22日(水)午後2時～ 対象は小学生。ゲームや工作、喫茶コーナーあり。

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

Tel.03-3852-3750
休館日：5日・12日・19日・20日・26日・27日

- ◆悠々館◆集まろう会
3月9日(木)午後1時30分～ テーマは脳トレで認知症予防です。
- ◆児童館◆アイロンビーズ
3月28日～30日(火～木) 午後1時30分～ 対象は小学生からで当日申込。



弘道住区センター

Tel.03-3840-9354
休館日：5日・12日・13日・19日・20日・26日

- ◆悠々館◆シルバー昼食会 事前予約制
3月23日(木)正午～ 参加費200円。みんなで楽しく食べましょう。
- ◆児童館◆卓球大会
3月1日(水)午後2時～ 対象は小学生。楽しく卓球をしよう♪



栗島住区センター

Tel.03-3848-3471
休館日：5日・12日・19日・20日・26日

- ◆悠々館◆ウォーキング 事前予約制
3月26日(日)午前9時～ 郷土博物館、大谷田公園見学をします。
- ◆児童館◆かるた大会
3月24日(金)午後2時～ 対象は小学生から。みんな来てね!

『スープ屋しずくの謎解き朝ごはん』

友井 羊 / 著 宝島社



知的書評合戦 ビブリオバトル

本を通して人を知る、
人を通して本を知る。

2月5日(日)のビブリオバトルは、初参加の方を交えて3人での開催となりました。はたしてどんな本が紹介されたのか、その様子をお届けいたします!

最初は初参加のSさん。寒い冬だからこそ読みたいくなる『スープ屋しずくの謎解き朝ごはん』を紹介。

S オフィス街にある、朝ごはんが食べられるスープ屋さんがあるのですね。5つの短編があるのですが、それぞれつながりがあったことが、だんだん分かっていくのが面白いです。また小説って、頭の中で想像しながら読むと思うんですが、その想像が最後にひっくり返るようなお話もあって、久しぶりに小説を読む楽しさを味わいました。出てくるスープもとってもおいしそうですよ。

次は職員竹原の発表。お気に入りの作家、西加奈子さんのエッセイ『ミッキーかしまし』を紹介。

竹原 西加奈子さんは小説家なんですけど、絵も描かれる方で、自分の本の装画もしています。言葉と絵の伝わり方の違いなどは、読んでいてあるある!とすごく共感しました。西さんの小説もおすすめです。

最後は私、丸山の発表。

丸山 私が紹介したのは『生き心地の良い町』です。著者は自殺が少ない地域でその理由を探り、様々な「自殺予防因子」を見つけていきました。ここに書かれていることを日本各地で応用すれば、世界はもう少し明るくなるんじゃないかな、と思っています。

今回のチャンプ本は『スープ屋しずくの謎解き朝ごはん』でした。初参加とは思えない、素敵な発表だったSさん。実は、ご家庭で小学生の子さんとビブリオバトルをやっているそうです。年齢関係なく誰でも楽しめるビブリオバトル。ご家族での参戦もお待ちしています!

異動のお知らせ

梅田地域学習センター
杉本 貴志

地域の皆さま、利用者の皆さまと一緒に、中央本町センターの運営に取り組めた事に感謝しています。ありがとうございます。
『公の施設はPR不足だから』との意見を頂戴し、内向きな視点を外向きに広げ、施設を知らない方に知ってもらおう活動を続けてきました。
私達だけではできない事も、地域の皆さまと一緒に何とかなできると思い、今後もブレない気持ちでチャレンジしていきます。

舎人地域学習センター
田中 さちや

中央本町センターに配属されてから丸4年。大変お世話になりました。これからは舎人地域学習センターで皆さまをお待ちしています。お近くにいらした際は、ぜひ遊びに来てください!

今月の表紙

ちゅお&にゃよいの
野菜畑「カブ」

『おおきなかぶ』というお話をご存知でしょうか。絵本や小学校の学芸会で馴染みのあるロシア民話。カブが登場する物語は、日本では『日本書紀』にまで遡ります。カブは、古くから重要な農産物だったようです。

カブといえば丸い実を想像しますが、ダイコンのように細長いものやニンジンのような形のものまで実にバラエティに富んでいます。

実は部分はほとんどが水分ですが、ビタミンCやカリウム、消化酵素のジアスターゼが含まれています。胃もたれ・胸焼けに効果があります。しかし、最も栄養価の高い部分はカブの葉。カロテン、ビタミンB1、B2、C、カルシウムなど、嬉しい栄養素が豊富に含まれています。

油炒めなど、ちょっとした工夫で効果的に摂れるとよいですね。

立春を過ぎても寒い季節。ほろりとあたたかいスープの本はいかかですか。心で味わえる絶品スープがたくさんの、です。そしてつくってくれた人、自分の身近な人、と、ほろりとおいしい朝ごはんが食べたくなる本です。

紹介者： とうし (40代・女性)



3月のビブリオバトル開催日程

- ◆やよい図書館 5日 午後3時～ 19日 午後3時～
- ◆梅田図書館 4日 午後3時～ 20日 午後3時～
- ◆竹の塚図書館 15日 午後1時30分～ 18日 午後2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～