

# 仲町台地区センター だより

2026 年 (令和 8 年) 9 月号

仲町台地区センター ☎045-943-9191  
〒224-0041 都筑区仲町台 2-7-2  
<https://www.tsuzuki-koryu.org/nakamachidai>  
休館日: 毎月第 2 月曜 (祝日は翌日) / 年末年始  
指定管理者 (特非) つづき区民交流協会



## 親子スタンプラリーを開催します

9 月 28 日～12 月 25 日に仲町台を最寄りとする親子を対象に子育て関連施設 12 カ所が連携して『親子スタンプラリー』を開催します。スタンプを 3 つ集めるとプレゼントがもらえますよ! 9 月 28 日(月)には地区センター体育室で『親子スタンプラリーまつり』を行います。予約不要です。皆さん集まれ～



## 今月募集の講座ご案内

申込み開始: 9 月 11 日(金)から 窓口: 9 時～、電話: 10 時～

### 健康麻雀大会

1 位から 3 位の方にはメダルの授与があります  
日 時: 10 月 30 日 (金)  
9 時 15 分～15 時 (9 時 受付開始)  
募 集: 32 人  
参加費: 1000 円

成人  
向け



### はじめての中医学 ～四季の養生法～

薬膳茶をのみながら中医学の基本を学びます  
日 時: 11 月 7 日 (土)  
9 時 30 分～11 時 30 分  
募 集: 15 人 参加費: 1800 円

成人  
向け



### 目指せ高得点! カラオケ講座 (全 3 回)

高得点を出すコツなどを学ぶカラオケ集中講座です  
日 時: 10 月 22 日、11 月 12 日、26 日  
いずれも木曜日 13 時～14 時 45 分  
募 集: 10 人 参加費: 2500 円

成人  
向け



### ぽっこりお腹を改善! 骨盤底筋体操後期 (全 8 回)

骨盤底筋を整えることで、骨盤のゆるみを改善します  
日 時: 11 月 5 日～2 月 18 日  
原則第 1・3 木曜日 10 時～11 時  
募 集: 女性 20 人  
参加費: 4800 円(全回分)

成人  
向け



### 骨太クッキング

都筑区ヘルスメイトさんから健康のお話と骨を強くする料理と体操を学びます  
日 時: 10 月 16 日 (金)  
10 時～11 時 30 分  
募 集: 19 人 参加費: 無料

成人  
向け



### 心躍る♪セルフネイルケア&カラー講座

爪の整え方を学び、心躍る毎日にしませんか?  
日 時: 11 月 13 日 (金)  
10 時～11 時 30 分  
募 集: 10 人 参加費: 850 円 (お土産付)

成人  
向け



### みんなでうたおう後期 (全 5 回)

歌詞カードを見ながら懐かしい歌を歌います  
日 時: 11 月 21 日～3 月 20 日  
毎月第 3 土曜日 10 時～11 時 30 分  
募 集: 56 人 参加費: 2800 円(全回分)

成人  
向け



### ロクマル食堂パンじいちゃんのパン作り体験会

パンじいちゃんと一緒にパンを作ろう!  
日 時: 10 月 17 日 (土)  
10 時～11 時 30 分  
募 集: 小学生 6 人 \* 2 年生までは保護者同伴  
参加費: 500 円

小学生  
向け



## 当日受付のイベント

### ★仲町台カフェ&読書カフェ&マルシェ

9 月 16 日 (水) 10 時～12 時  
スイーツとコーヒー 200 円 どなたでも  
\* 読書カフェは 10 時～11 時 30 分



### ★ロビーコンサート

9 月 26 日 (土) 13 時 30 分～  
クロマチックハーモニカコンサート 安田 倫さん 無料 どなたでも



### ★スマホ・パソコンカフェ

9 月 15 日 (火) 13 時～14 時 30 分  
お持ちのパソコン、スマホの困ったを解決します  
お茶代: 100 円 どなたでも



### ★おはなし会

9 月 10 日 (木) 大熊保育園  
9 月 17 日 (木) おはなしのはなたば  
11 時～11 時 30 分 無料 未就園児とその保護者



### ★ピアノミニミニコンサート

9 月 6 日 (日) 11 時～11 時 30 分 プレイルーム  
ピアニスト則行みおさんによる親子のための生演奏 無料  
赤ちゃんから未就学児とその保護者 \* 小学生は入れません



### ★ロクマル食堂

9 月 19 日 (土) 11 時 30 分～  
パンなどお得なセットもあります! 100 円～ どなたでも



### ★マックスモーニング

9 月 19 日 (土) 10 時～11 時 無料 どなたでも  
ドイツ出身のマックスさんと英語やドイツ語、日本語  
でお話しましょう



※講座の詳細内容は HP・館内掲示をご覧ください。



# 地域とふれ合う夏

## ～小中高生のボランティア体験～



都筑多文化・青少年プラザ(つづき MY プラザ)が毎年夏休みに、小学5年生から高校生までのボランティア体験プログラム(=**はあと de ボランティア**)を実施しています。都筑区内の公共施設、ボランティア団体、企業などが多くの子どもたちをボランティアとして受け入れており、仲町台地区センターも活動場所の一つとなっています。

8月の講座やロビーコンサート、カフェなどのお手伝いに来てくれました♪その様子を紹介します。

子ども卓球教室



玉だしにも挑戦！

パネルシアターまつり



一緒に動物になりきりました

ロビーコンサート



堂々たる司会ぶり

図書コーナー



おすすめ本のポップを作成

子ども科学教室



やさしく見守っています

プログラミング教室



ポイントをわかりやすく

仲町台カフェ



ランチセットを丁寧に運びました



来場のお礼とアンケートの回収

最初は緊張した様子の子どもたちが、次第に一緒に活動する仲間とも打ち解け、積極的に自ら考え、行動するようになっていったことが印象的でした。人との関わりの中で育つ学びを感じました。



## 図書コーナーより



### ◆新しく入った本◆

- |                            |         |
|----------------------------|---------|
| ・空き家と移住                    | 垣谷美雨    |
| ・たぶん、恋しい                   | 一穂ミチ    |
| ・タイム・アフター・タイム              | 吉田修一    |
| ・# 台所のあるところ                | 原田ひ香    |
| ・永遠の記憶                     | 東野圭吾    |
| ・60分でわかる！金利超入門             | バウンド ほか |
| ・異常気象の科学                   | 今田由紀子   |
| ～猛暑・豪雨・大雨のしくみと将来予測         |         |
| ・インテリジェンス関ヶ原               | 本郷和人    |
| ・天皇五代と戦争                   | 保阪正康    |
| ～平成の天皇皇后は皇居で何を語ったか         |         |
| ・NHK「きょうの料理ビギナーズ」ブック       | 高木ハツ江   |
| ～ムリなくおいしい！ハツ江おばあちゃんの10分レシピ |         |
| ・80代になるとたいていボケるか死ぬ。        | 林真理子    |
| 70代は神様から与えられた特別な時間         |         |
| ・ねたあとゆうえんち                 | 大串ゆうじ   |
| ・くもとり山のイノシシびょういん           | かこさとし   |

### 追悼 東野圭吾先生



日本ミステリー界の巨匠、東野圭吾先生が7月23日に逝去されました。当館でも追悼コーナーを設け、皆さんのこころに残る、特に印象深い作品を投票していただきました。(今回は映画化された本や文学賞受賞作に絞りました)

結果は、**1位「白夜行」、2位「さまよう刃」・「秘密」。**

ご投票結果を受け、蔵書のない作品も数点買い足す予定です。改めて読み返してみませんか？

### 災害に備えよう



9月の特設コーナーは『防災』。地震や突然の豪雨、台風など、異常気象がもたらす災害も増えています。改めて、ご自宅の災害の備えを見直してみませんか？防災の知識だけでなく、気象に関する本もご用意しております。