

まなびピアの縁側

2/18(土)午前10時～午後3時

「学びピア21」の各施設がプログラムを持ちよって毎月1回開催します。当日直接会場にお越しください。

■放送大学東京足立学習センター

午後1時～3時、4階エントランスウォーキング講座

■足立区荒川ビジターセンター

午前10時～正午、荒川土手「荒川で土手すべり」詳しくは P.8をご覧ください。

■足立区生涯学習センター

午前10時～午後3時、4階ロビー鉢植えレタス、野菜の販売
クッキー、ケーキの販売
※天候等により販売品目は変更になる場合がございます。



東京未来大学連携 子どもの苦手意識とその心理



子どもは、多かれ少なかれ苦手意識を抱えながら成長します。子どもの苦手意識を深刻なものにせず健やかな成長を促すために、大人は子どもに対してどのように接すればよいのでしょうか。

心理学的知見から解説します。

3/25(土) 午前10時30分～正午

講師：日向野 智子氏（東京未来大学こども心理学部 教員）

会場：5階 研修室1

対象：主に小学生を持つ親

定員：30人（申込先着順）

受講料：無料

生きる力を育む 家庭でできる 幼児のためのキャリア教育



今の子どもが大人になる頃の社会は、どうなっているのでしょうか？変化のスピードが速く、激しい現代社会の中で「生きる力」が求められます。幼児期に焦点をあてて、「生きる力」を育むための家庭教育についてキャリアカウンセラーがご紹介します。

3/11(土) 午前10時～11時30分

講師：中村 容氏（文教大学職員、一般社団法人まきキャリア教育センター理事）

会場：5階 研修室5

対象：16歳以上の方

託児：3歳未満の子ども10人

定員：30人（申込先着順）

受講料：無料（託児1人1,000円）

介護予防はつらつ教室



いつまでも元気で過ごせるように、「あだちらくらく体操」を主体に体づくり。ひと月に2回開催。他に「真ん中探し体操」「軸くるくる体操」「天然コルセット体操」「肩胸楽々体操」「トイレ安心体操」などを行っています。

2/9(木) 午後1時30分～3時

2/18(土) 午前10時～11時30分

講師：介護予防健康作りチーム「快体心咲」派遣講師2名

会場：4階 講堂

対象：足立区在住で、介護を要しない65歳以上の方（一般高齢者向け）

定員：各25人（申込先着順）

受講料：無料

※動きやすい服装、水分補給飲料

※9日・18日いずれか指定

高齢者のためのゆっくり パソコン(入門編)



買い物や旅行など、パソコンを使うようになると私たちの生活がとても便利になります。初めての方も大丈夫！ゆっくり、丁寧に指導しますので5日間で誰でもパソコンを使うようになります。

3/6(月)～10(金) 午前10時～正午5日制

講師：コスモエデュケーション派遣講師

会場：5階 コンピュータ研修室

対象：おおむね60歳以上の方

定員：20人（申込先着順）

受講料：8,400円（一般）

5,880円（高割・障割）

教材費：100円

ビデオ編集体験会



撮ったビデオは整理整頓されていますか。撮ったビデオを家族や友達に見せるならビデオを編集する必要があります。ビデオ編集はコツをつかめば誰でも簡単にできます。ビデオ編集の基礎をマスターしましょう。

3/12(日) 午前10時～正午

講師：野本 弘氏ほか（ビデオボランティア）

会場：5階 研修室5

対象：16歳以上でパソコン基本操作のできる方

定員：4人（申込先着順）

受講料：無料

高校生が集う オールあだち文化祭

入場無料
当日直接会場へ



今年度で4回目を迎える高校生による春の文化の祭典です。足立区の高中生有志たちが集まり、ステージ発表や作品展示、イベント運営までを行います。中学生のみなさん、お兄さんお姉さんの楽しい活動を見に来てください。

3/19(日) 午後1時～3時30分

会場：4階 講堂・ホワイエ

対象：どなたでも

受講料：無料



1月26日(木)より 募集開始講座の受付方法

申込方法：窓口・電話・

インターネット(一部除)

往復ハガキ(一部の講座)

受付時間：午前9時～午後8時

インターネットは

午後1時より(26日)

お問合せ：03-5813-3730

◆インターネットからの予約方法
足立区ホームページ→電子申請・各種予約→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」→ログイン画面(未登録でも予約ができます)



窓口



電話



インター

ネット



往復

ハガキ

高割：70歳以上の方。お支払い時に年齢のわかるものをお持ちください。

障割：障がい者手帳をお持ち時にお持ちください。

※高割・障割の方はインターネットからのお申し込みはできません。

発達障がいの子どもの 理解と接し方のポイント



最近「発達障がい」という言葉を、良く耳にします。その発達障がいを持つ子ども達について理解を深め、関わり方を学ぶ講座です。子どもの弱みのケアより、強みを見つけ育てる教育として実績のある『こどもみらい園』の講師が、事例をふまえてわかりやすく丁寧にお話しします。お茶を飲みながらの交流タイムもありますので、お気軽にご参加下さい！

3/20(月・祝) 午後1時～3時30分

講師：池田 準氏

(東京未来大学こどもみらい園 講師)

会場：5階 研修室1

対象：16歳以上の方

定員：30人（申込先着順）

受講料：無料

すくすく ベビーオイルマッサージ



「ママの手、気持ちいい!」「パパの手、優しい!」1歳未満の赤ちゃんとお母さん・お父さんを対象に、楽しくお話ししながらオイルマッサージをします。スキンシップは赤ちゃんとの大切なコミュニケーション。愛情を育み、健やかな成長につながります。

3/2(木) ママの日

3/26(日) ファミリーの日

午前10時～正午

講師：田中 裕子氏

(ベビーマッサージインストラクター)

会場：5階 保育室

対象・定員：2日1歳未満の子と母親12組

26日1歳未満の子と保護者8組

受講料：各1,020円(一般・教材費込)

各864円(障割・教材費込)

使いこなそう! 自分のタブレットPC



せっかく買ったタブレット、「宝の持ち腐れ」になっていませんか? パソコンに比べて、持ち運びがしやすく、使いやすいタブレットの使い方を身につけて、日々の暮らしをより楽しく豊かにしましょう。

3/14(火) 午後2時～5時

講師：山下 英之氏ほか
(NPO法人いんざいびっきの会)

会場：5階 研修室5

対象：おおむね60歳以上の方で
タブレットPCをお持ちの方

定員：16人（申込先着順）

受講料：1,800円(一律)

1,260円(高割・障割)

童謡から学ぶ日本文化 子どものうた運動・明治編



多くの人々に親しまれている童謡唱歌。その歴史は「子どものうた運動」として近代日本の教育に関わってきました。「♪春のうららの隅田川…」を作曲した瀧廉太郎や、「♪うさぎ追いしかの山…」を作詞した高野辰之の思いなど、童謡に込められた日本の心を辿ってみませんか?

3/28(火) 午後1時30分～3時

講師：瀬川 千里氏
(NPO法人童謡文化を広める会・理事長)

会場：5階 研修室1

対象：16歳以上の方

定員：40人（申込先着順）

受講料：700円(一律)