

かわらばん友

2026
No.385

10



P2・3 で秋のイベント・講座特集を紹介しています

- P2・3 秋のイベント・講座特集
- P4・5 文化系講座・イベント情報
- P6・7 スポーツ系講座・イベント情報
- P8・9 梅田図書館おたよりコーナー
- P10・11 館内・近隣住区センターからのお知らせ



梅田地域学習センターマスコット
キャラクター「ウメジロ」

スポーツ・芸術・食・読書を楽しむ



秋のイベント・講座特集



この秋おすすめのイベントを4つのジャンルからご紹介します。
気になるものから、あなたの「やってみたい」を見つけてみませんか？



スポーツカーニバル

10/12（月・祝）9:30～15:15

梅田地域学習センター体育館

参加費
無料

持ち物 室内シューズ・ふた付きの飲み物

※準備・片付けの状況により、開始・終了
時間が予定と異なる場合がございます。

パン販売あります！
（10:30～なくなり次第終了）



バスケットボール ミニバスクリニック

時間 9:30～11:15

途中入退場 OK！

対象 3歳以上

定員 300名

【企画運営】足立区バスケットボール連盟



かるたで防災学習リレー

時間 11:30～13:15

途中入退場
OK！

対象 どなたでも

定員 80名

【企画運営】梅田地域学習センター



“健康”体力測定

時間 11:30～15:15

途中入退場
OK！

対象 小学生以上

定員 なし

【企画運営】スポーツ推進委員会



動いて学ぶ！防災紙芝居

時間 ① 12:00～12:30

② 12:40～13:10

途中入場
原則不可

対象 どなたでも

定員 各20名

【講師】（一社）コーチングバリュー協会



一輪車体験教室

時間 ① 13:35～14:20

途中入場原則不可

② 14:30～15:15

対象 5歳以上

定員 事前：各7名／当日：各8名

申込受付中 ※先着順につき、受付終了の場合あり

【企画運営】足立区一輪車連盟



芸術

音楽の魅力を楽しむ企画をご紹介します！クラシック音楽を聴く楽しみ方を学ぶ入門講座や、音楽史をたどるトーク付きコンサートを開催します。音楽好きの方はもちろん、これから楽しみたい方にもおすすめです。



名曲と楽しむ クラシック音楽入門講座

- 日時 ①「オーケストラの世界」
10/7 (水) 18:30 ~ 20:00
②「ピアノ音楽の愉しみ」
10/21 (水) 18:30 ~ 20:00

名演奏の録音に触れ、クラシック音楽の基礎知識や鑑賞の楽しみ方をレクチャーします。

詳細はかわらばん友 9 月号 P4 を
ご覧ください



「ピアノ音楽が花開いた時代」 トーク付きピアノコンサート

- 日時 11/7 (土) 14:00 ~ 15:00
(開場 13:30 ~)

ブルクミュラーやシューマン、ショパンなどが活躍した 19 世紀は、ピアノ文化が花開いた時代です。知れば知るほど音楽を聴く楽しみが広がる興味深いトークと生演奏を、一度に味わえる 60 分をお届けします。

詳細は P4 をご覧ください

食

普段の食卓がより楽しくなる 2 つの講座をご紹介します！美味しいお茶の淹れ方や、暮らしに役立つローリングストックのコツを学びます。新しい味覚や暮らしの工夫に出会ってみませんか？



made in あだち 親子でお茶の淹れ方教室

- 日時 11/8 (日) 14:00 ~ 15:30

お茶を淹れる体験を通して、日本人の心「おもてなし」を親子で楽しく学びます。美味しいお茶を楽しみながら、お茶の奥深さと楽しさに出会いませんか？

詳細は P5 をご覧ください

備蓄食品をおいしく！ ローリングストック活用教室

- 日時 11/19 (木) 18:30 ~ 20:30

区の「おいしい給食」事業とコラボしたミールキットを販売する楽彩(株)の講師から、備蓄食品のローリングストック活用術を学びながら、調理と食事を楽しみます。

詳細は P5 をご覧ください

読書

世代を超えて愛される名作が大集合

『こどものとも』70 周年展示コーナー設置します！



場所：梅田図書館

展示期間：10/24 (土) ~ 11/15 (日)

70th



今年で 70 周年を迎える、福音館書店の月間絵本『こどものとも』。読書週間に合わせ、梅田図書館の中にある『こどものとも』シリーズを集めて展示を行います。展示コーナーでは、表紙を並べた「面出し展示」を実施します。普段は棚の奥に眠りがちなレアな一冊に出会えるチャンスです。さらに、スタッフ作成の「押し本」POP も必見です。

懐かしい一冊との再会、新しい物語との出会い。世代を問わず楽しめる空間をご用意しています。ぜひ、お気に入りの一冊を探しにお越しください！

文化系講座・イベント情報



申込方法

9/26 (土) から受付中

受付時間 9:00 ~ 20:00 (窓口・電話)
インターネットのみ初日は 13:00 ~

① 電話 03-3880-5322

② 学習センター受付窓口

③ 講座予約システム



講座予約システム

※申込初日の 13:00 まではお 1 人様 1 講座までの申込受付となります。

※先着順の為、すでに申込が終了している場合があります。
※最新情報は、当センターホームページでご覧いただくか、お電話でお問合せください。

※都合により開催内容の変更・中止になる場合があります。

対象の色表記

一般向け

親子向け

マークの内容



日時



対象



場所



料金



定員



講師



出演者



持ち物

当日受付

事前予約不要です。
会場に直接お越しください。



梅田コミュニティカレッジの
講座詳細はこちら →



かみあそび おとなのワークショップ 干支 未の置物

11/5 (木) 18:00 ~ 20:00

16 歳以上

2 階会議室

1,000 円

10 名

きよみん (日本折紙協会認定折紙講師)

作品を持ち帰る袋



来年の干支「未」の置物を作ります (ヨコ 15cm×タテ 4cm×高さ 7cm)。2026 年を振り返りながら、新年を迎える準備をしませんか？

※使い慣れたハサミがあればお持ちください (貸出あり)

人権 DVD 上映会

11/6 (金) 10:00 ~ 19:00

どなたでも

第 1 学習室

無料

30 名

当日受付



人権について考えるきっかけとなる啓発 DVD「夕映えのみち」を上映します。上映時間内はどなたでも自由に入退室できます。ご都合のよい時間にお気軽にお立ち寄りいただき、人権について考えてみませんか。

離乳食ステップアップ講座 中期から完了期までの食事づくり

11/7 (土) 10:00 ~ 11:30

1 歳未満のお子さまを育てる保護者

料理室 (託児: 子ども室)

【託児なし】2,200 円 【託児あり】2,600 円

16 名 (5 名まで託児可)

小磯夕貴 (田辺薬局株式会社管理栄養士)

エプロン、三角巾、手拭きタオル、筆記用具、持ち帰り用の容器、ふた付きの飲み物



離乳中期～完了期までの食事の進め方や栄養のポイントを実際に調理しながら管理栄養士がわかりやすく解説します！レシピ付きです！

「ピアノ音楽が花開いた時代」 トーク付きピアノコンサート

11/7 (土) 14:00 ~ 15:00 (開場 13:30 ~)

小学生以上

ホール

1,500 円

80 名

飯田有抄 (クラシック音楽ファシリテーター) / 倉田莉奈 (ピアニスト)



ブルクミュラーやシューマン、ショパンなどが活躍した 19 世紀は、ピアノ文化が花開いた時代です。お話と音楽でお届けする 60 分のコンサートです。

講座のお申込みをキャンセルされる場合は、ご連絡ください。キャンセル待ちの方がいる場合があります。
1人でも多くの方がご参加いただけるように、ご協力をお願いします。

アロマで冬支度 心も体も温まるバスソルト作り



- 🕒 11/17 (火) 19:00 ~ 20:00
- 👤 16 歳以上
- 📍 第 4 学習室
- 💰 1,880 円
- 👥 15 名
- 👩 外尾幸恵 (看護師・アロマライフスタイリスト)
- 👜 ティッシュ、筆記用具



バスソルト作りを楽しみながら、冬をあたたかく過ごすアロマの取り入れ方を学びます。手浴（ハンドバス）体験で身体がポカポカ！初めての方でも、アロマの楽しみ方がわかる講座です。

備蓄食品をおいしく！ ローリングストック活用教室

- 🕒 11/19 (木) 18:30 ~ 20:30
- 👤 区内在住・在勤・在学の 16 歳以上
- 📍 料理室
- 💰 無料
- 👥 25 名
- 👩 市野真理子 (管理栄養士・デザイナーフーズ株式会社代表取締役社長)
- 👜 エプロン、三角巾、ハンカチ、筆記用具

抽選

申込期間：9/26 (土) ~ 11/6 (金)

当選者のみ 11/14 (土) までにご連絡

「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い、使った分を買い足すことで災害時の備蓄を常に保つ方法です。いざというときの備えを長続きさせるため、美味しく活用するコツを学びましょう！

歌声サロン「昭和歌謡」

- 🕒 11/21 (土) 14:00 ~ 16:00 (受付 13:30 ~)
- 👤 おおむね 40 歳以上の方
- 📍 ホール
- 💰 600 円
- 👥 120 名
- 👩 マリリン (NPO 法人おたまじゃくしクラブ)



童謡、昭和歌謡、フォークソング、演歌などの曲を皆で歌ってストレス解消、健康を維持しましょう。

当日受付



made in あだち お茶の淹れ方教室



- 🕒 11/8 (日) 14:00 ~ 15:30
- 👤 小学生と保護者
- 📍 料理室
- 💰 2,300 円
- 👥 12 組 (1 組 2 名)
- 👩 奥村恵子 (茶匠おくむら園店主・日本茶シニアインストラクター・日本茶アドバイザー専任講師)
- 👜 ハンカチ、筆記用具



この画像は AI 生成です

お茶を淹れる体験を通して、日本人の心「おもてなし」を親子で楽しく学びます。お茶の葉を観察したり、さまざまなお茶の種類について学んだりしながら、おいしいお茶の時間を楽しみます。

親子で ABC 英語教室 (5 日制)

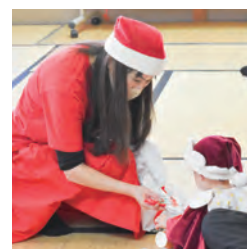


- 🕒 11/11・18・12/2・9・16 (水) 10:00 ~ 10:50
- 👤 6 か月 ~ 3 歳の子供と保護者
- 📍 教養室 (和室)
- 💰 4,500 円
- 👥 15 組
- 👩 福沢景子 (おうち de えいご認定こそだて英語教師)
- 👜 筆記用具、水分補給用の飲み物

簡単な声掛けフレーズや歌を覚えて、日常生活の中に英語を取り入れてみませんか？「英語が好き！楽しい！」と感じられるような、親子で楽しいレッスンです♪



A B C



スポーツ系講座・イベント情報



申込方法

9/26 (土) から受付中

受付時間 9:00 ~ 20:00 (窓口・電話)
インターネットのみ初日は 13:00 ~

- ① 電話 03-3880-5322
- ② 学習センター受付窓口
- ③ 講座予約システム



講座予約システム

※申込初日の 13:00 まではお 1 人様 1 講座までの申込受付となります。

※先着順の為、すでに申込が終了している場合があります。
※最新情報は、当センターホームページでご覧いただくか、お電話でお問合せください。

※都合により開催内容の変更・中止になる場合があります。

対象の色表記

一般向け

子ども向け

マークの内容

- 🕒 日時 👤 対象 📍 場所 💰 料金
👤 定員 👤 講師 📎 持ち物

当日受付 事前予約不要です。
会場に直接お越しください。

※スポーツ系講座は、運動着、水分補給用の飲み物、タオルをご持参ください。

※会場が体育館の場合は室内シューズが必要です。

やさしいマットピラティス (3 日制)

- 🕒 11/4・18・25 (水)
13:30 ~ 14:30
👤 16 歳以上 📍 レクホール
💰 1,800 円
👤 30 名
👤 高橋里枝
(メガロス公認インストラクター)



インナーマッスルを鍛え、身体のバランスを整えるエクササイズです。姿勢改善や肩こり、腰痛の予防にも効果的です。初心者でも安心して取り組めるプログラムです。

ウォーキング&ストレッチ

- 🕒 11/5・12・19・26 (木)
13:15 ~ 15:15 **当日受付**
👤 16 歳以上
📍 近隣公園
💰 1 回 300 円
👤 各 20 名
👤 千葉常晴
(公財) 日本スポーツ協会公認コーチ 1)



ウォーキングは気軽にできる有酸素運動です。皆で一緒に歩きましょう。※雨天の場合は館内で座学とストレッチを実施します。

金曜夜の ZUMBA

- 🕒 11/6・20・27 (金)
19:00 ~ 20:00
👤 16 歳以上
📍 レクホール
💰 1 回 600 円 (当日支払い)
👤 各 60 名
👤 木村真由美
(メガロス公認インストラクター)



【申込】電話・窓口のみ
(WEB申込、当日申込不可)
※当日定員に空きがある場合は、18:00 より整理券を配布します。

リズムエクササイズ&ストレッチ (6 日制)

- 🕒 11/10・17・24・12/8・15・22 (火)
10:00 ~ 11:30
👤 16 歳以上
📍 体育館
💰 3,600 円
👤 50 名
👤 上村喜美代 (足立区公認スポーツ指導員) /
近野幸江 (ヨガインストラクター)



テンポの速い曲に合わせながら、身体を動かすダンスフィットネスです。難しい動きはないので、初めての方も安心してご参加ください。体験もできます。

ゆったりリラックスヨガ (3 日制)

- 🕒 11/10・17・24 (火) 10:00 ~ 11:00
👤 16 歳以上
📍 レクホール
💰 1,650 円
👤 30 名
👤 紅林あゆ美 (ヨガインストラクター)

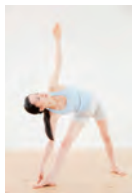


ストレッチ中心のヨガで身体をほぐし緩めていきます。ゆったり呼吸をして身体の凝り固まりを癒やししながら、心地の良い身体づくりを目指します。

講座のお申込みをキャンセルされる場合は、ご連絡ください。キャンセル待ちの方がいる場合があります。
1人でも多くの方がご参加いただけるように、ご協力をお願いします。

じっくりリフレッシュヨガ（3日制）

-  11/10・17・24（火） 11:15～12:15
-  16歳以上
-  レクホール
-  1,650円
-  定 30名
-  師 紅林あゆ美（ヨガインストラクター）



代表的なヨガポーズの完成形を目指して無理なくじっくり行い、身体全体を癒やしながら整えていきます。身体の歪みや姿勢を改善し、開放感を実感しましょう。

からだ元気体操（6日制）

-  11/10・17・24・12/8・15・22（火）
- Aクラス）13:15～14:45
- Bクラス）15:00～16:30
-  おおむね50歳以上
-  レクホール
-  各クラス3,600円
-  定 Aクラス）30名 Bクラス）15名
-  師 Aクラス）上村喜美代／神繁美
Bクラス）塚原政恵
(ABともに足立区公認スポーツ指導員)



音楽に合わせて簡単なストレッチや体操を行います。初めての方も楽しめる簡単なエクササイズです。

火曜夜のパワーヨガ（3日制）

-  11/10・17・24（火） 19:00～20:00
-  16歳以上
-  レクホール
-  1,800円
-  定 30名
-  師 岩本律子（メガロス公認インストラクター）



アシュタンガヨガ（運動量が多いヨガ）をベースに考えられた、とてもパワフルに動くヨガです。筋肉トレーニングの効果も高く、一連の動きをスピーディーに続ける内容です。

歌うボイスエクササイズ 体験会

-  11/21（土） 10:00～11:00
-  16歳以上
-  レクホール
-  600円
-  定 35名
-  師 こーりよー（日本ボイスエクササイズ協会トレーナー）



楽しく歌いながら体幹を鍛えます。簡単なストレッチや発声練習をし、課題曲を歌います。歌が上手になるだけでなく、基礎代謝向上にもおすすめです！



キッズ体操教室（6日制）

-  11/5・12・19・12/3・10・17（木）
- Aクラス）4歳～未就学児 15:40～16:40
- Bクラス）小学生 16:50～17:50
-  体育館  各クラス3,000円
-  定 Aクラス）25名
Bクラス）30名
-  師 大羽瑠美子／齊藤陽香
(一般社団法人コーチングバリュー協会)
-  運動着、室内シューズ、タオル、水筒
※上着にお名前をのゼッケンを貼ってください。安全ピン不可。



楽しく体力づくりができる子ども向け体操教室です。

走り方教室 ～キッズ体操教室スペシャル～

-  11/26（木）
- Aクラス）4歳～未就学児 15:40～16:40
- Bクラス）小学生 16:50～17:50
-  体育館
-  各クラス500円
-  定 Aクラス）25名
Bクラス）30名
-  師 一般社団法人コーチングバリュー協会
-  運動着、室内シューズ、タオル、水筒
※上着にお名前をのゼッケンを貼ってください。安全ピン不可。



遊びの中で楽しく「走る力」が身につきます！

梅田図書館 おたよりコーナー

お問い合わせ 梅田図書館 03-3840-4646
10月の休館日 10/19(月)・30(金)

イベントのお知らせ

☎ = 受付開始日時
その他はP.4の「マークの内容」に準じます

バランスディスク体験と よみがたり

☎ 11/1(日) **当日受付**
11:00~11:20
👤 3歳~小学生と保護者
👤 2階じゅうたんコーナー

バランスボールを使いストレッチをした後に、よみがたりをします。



ぬいぐるみおはなし会

☎ 11/7(土) **先着順**
15:00~15:30
👤 幼児~小学生と保護者
👤 2階じゅうたんコーナー
☎ 10/10(土)9:00~
カウンター・お電話にて受付

大好きなぬいぐるみと一緒に、よみがたりに参加しよう！



おはなし会ひよこ

☎ 11/11・25(水) **当日受付**
11:00~11:20
👤 0歳~3歳と保護者
👤 2階じゅうたんコーナー

手遊びを交え赤ちゃん向けの絵本のよみがたりをします。



おはなし会

☎ 11/14(土) **当日受付**
11:00~11:30
👤 幼児~小学生と保護者
👤 2階じゅうたんコーナー

年齢や季節に合わせた様々な絵本のよみがたりをします。



おはなしひろば

☎ 11/25(水) **当日受付**
15:00~15:30
👤 幼児~小学生と保護者
👤 3階視聴覚ホール

山下芳子さんとボイスレッスンあめんぼさんによる、月1回の特別なおはなし会です。



落語会

☎ 11/28(土) **先着順**
14:00~16:00
👤 幼児~小学生と保護者
👤 3階視聴覚ホール
☎ 10/31(土)9:00~
カウンター・お電話にて受付

笑いと人情が詰まった、心に響く伝統話芸を古今亭志ん橋さんがお届けします。



あだちの人がすすめる一冊 第二弾

近隣施設で働く方々に、職場の「アピールポイント」と「おすすめ本」を紹介してもらいました！
9/1(火)~10/31(土)の期間、梅田図書館の展示コーナーで展示しています。ぜひ、お越しください。

喜田家(梅島店)

足立区梅田6丁目33番6号

アピールポイント
名物は黒糖どら焼き六人衆。昔ながらのどら焼きや季節の和菓子、お土産に便利なお菓子まで、皆様の日々の笑顔のお手伝いが私たちの喜びです。

おすすめ本
『おおきな木』 作:シエル・シルヴァスタイン 訳:ほんだきんいちろう 出版社:篠崎書林
人生で3回読んでほしい絵本。読むたびに感動が変わります。

Colom

足立区梅田7丁目29番20号

アピールポイント
国産小麦100%使用。手作りにこだわり、あんぱんやドーナツ、メロンパン、食パンなど、定番のパンをおいしく焼き上げています。

おすすめ本
『奇跡のリング「絶対不可能」を覆した農家 木村秋則の記録』 作:石川拓治 出版社:幻冬舎
人間と自然との関わりについて、改めて考えるきっかけとなった一冊です。

ティオーエスエスカレー TOS CURRY

足立区梅田7丁目28番10号

アピールポイント
足立区梅田にあるカレー & ダイニングバーのお店。スパイス香る本格カレーと、お酒に合う一品料理が楽しめます。

おすすめ本
『思考は現実化する』 作:ナポレオン・ヒル 訳:田中孝顕 出版社:きこ書房
仕事にも人生にも役立つ一冊。行動と人の想いの大切さを学びました。

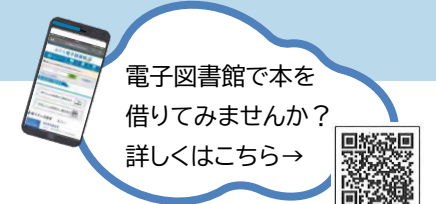
スタッフが紹介する 今月のおすすめ本

『芸人廃業』 著者:藤井ペイジ(飛石連休) 鉄人社



お笑いコンビ飛石連休の藤井ペイジ氏による、自身のYouTubeチャンネルでの対談をまとめた1冊です。紆余曲折を経て芸人を辞める決断をした者達の哀愁を感じながらもどこか親近感を覚える内容で、お笑いファンはもちろんの事、仕事や生活で大変な思いをしている方や、人生の岐路に立っている方にもおすすめの本です。

人それぞれの生き方や価値観に触れることで、自身のこれからについて見つめ直すきっかけにもなるでしょう。





information

館内・近隣住区センターからのお知らせ



男女参画プラザ

TEL 03-3880-5222

FAX 03-3880-0133

場所 L. ソフィア 2 階

休日 土・日・祝



←詳しくはこちら

講座「知ることから始めよう 外国人女性の困りごと」

日時:10/17(土)午後2時～4時

内容:外国人女性が直面する孤立や生活困窮、DVなどの課題を事例から学び、地域でできる見守りや支援について考える。

定員:20人(要申込・先着順) 参加費:無料

対象:区内在住・在勤・在学の方

申込方法:電話／区のホームページからオンライン申請／FAX

※FAXの場合、住所(町名まで)・氏名(カタカナ)・年代・電話番号・FAX番号・保育希望の有無(保育有の場合は、お子様の氏名(カタカナ)・年齢)・「外国人女性の困りごと」を記入の上、送信ください。

消費者センター

TEL 03-3880-5385

FAX 03-3880-0133

場所 L. ソフィア 2 階

休日 土・日・祝



けい坊 きく坊 けん坊



↑詳しくはこちら

くらしフェスタ（消費生活展）

今日から始めるエシカル消費～未来を変える小さな思いやり～

日時:10/24(土) 午前10時～午後4時／場所:L. ソフィア

※エシカル消費は地産地消など人や地域、環境を思いやる行動です

＼学んで／

暮らしやエシカル消費に関するクイズラリーに挑戦して学びながら景品をゲットしよう！

＼買って／

福祉作業所の手作りパンやドライフルーツなどエシカル消費につながる商品を買ってみよう！

＼体験して／

ものづくりや制服着用（消防士）で自分だけの体験をしよう！
※一部有料

～その他のイベント情報～

子どもの「やりたい」を応援！有料体験ブースのうち最大2つが無料に！

小学生までのお子様先着250名に有料体験ブースで使える無料チケットを2枚プレゼント！

エシカルドライブ

「いらないけど、捨てたくない。そんな思いを届けよう！」

廃食油回収・文房具ドライブ実施します！

※詳しくはHPをご覧ください。

U&U クラブ クラブハウス

TEL 090-7214-7987

場所 L. ソフィア 3 階



ノルディックウォーキングで元気に歩こう！

日時:10/31・11/7・28(土)午前10時～11時半 全3回

場所:梅島公園

内容:体力づくり・スタミナアップ・減量などにとっても効果的な運動です。2本のポールを持って元気に歩いてみましょう！ポールは貸し出します。

申込み不要！参加無料！

※その他にも定期プログラムを開催しています。詳細は、L.ソフィア3階クラブハウスの広報紙にてご確認ください。

※天候や交通機関の運行状況などにより、イベントが中止・変更になる場合がございます。

地域包括支援センター 梅田

TEL 03-3889-1487

FAX 03-3887-1407

場所 梅田2-15-12



オレンジリング

認知症サポーター養成講座

認知症について学び、地域の応援者になろう！

日時:10/29(木)午前10時～11時半

場所:足立成和信用金庫中央支店2階会議室(梅田8-2-16)

定員:30人

参加費:無料

申込:地域包括支援センター梅田 03-3889-1487

※養成講座修了者にはサポーターの証【オレンジリング】を差し上げます。

■出張相談窓口

健康づくりや介護のことなど気軽にご相談ください(申込不要)

日時:10/15(木)午前9時～11時

場所:足立成和信用金庫中央支店(梅田8-2-16)

梅田住区センター

TEL&FAX 03-3848-3421

場所 梅田6-26-1

休日 日・祝・10/19・26(月)



各イベントの詳細は
HPやお電話にてご
確認ください！

梅田住区まつり

① 前日祭『演芸大会』

日時:10/17(土)午前10時～午後2時半

会場:悠々館大広間

② 住区まつり テーマ『みらい』

日時:10/18(日)午後1時～3時(2時半受付終了)

会場:梅田住区センター・梅田公園

(雨天の場合は梅田住区センター内)

参加費:無料(受付でチケット配布 売り切れご免)

内容:◇作品展示

◇縁日・ゲーム・工作など

(やさそば・ヨーヨー・おかしつり・40周年記念スタンプラリー)

※なるべく徒歩でご参加ください

本木関原住区センター

TEL&FAX 03-3849-9735

場所 関原1-21-11

休日 日・祝・10/19(月)



各イベントの詳細や
児童館のイベントは
こちらから！

第30回 住区まつり

日時:10/25(日)午前9時～午後1時

内容:生花、書道、手芸の展示、各教室の発表、演芸、模擬店



島根住区センター

TEL&FAX 03-3850-9966

場所 島根4-19-1-101

休日 日・祝・10/5(月)・13(火)



各イベントの詳細は
HPやお電話にてご
確認ください！

住区まつり

日時:10/4(日) 開館午前9時 開演午前9時半

詳しくはおしらせをご確認ください

● 悠々館

介護予防教室 テーマ「楽しく続ける腰痛予防」

日時:10/30(金)午前10時半～11時半

定員:20人程度

● 児童館

赤ちゃんひろば

日時:10/6(火)午前10時半～11時半

対象:1歳未満のお子様

ア ク セ ス

梅田地域学習センター

 東武スカイツリーライン
「梅島駅」より徒歩 3 分

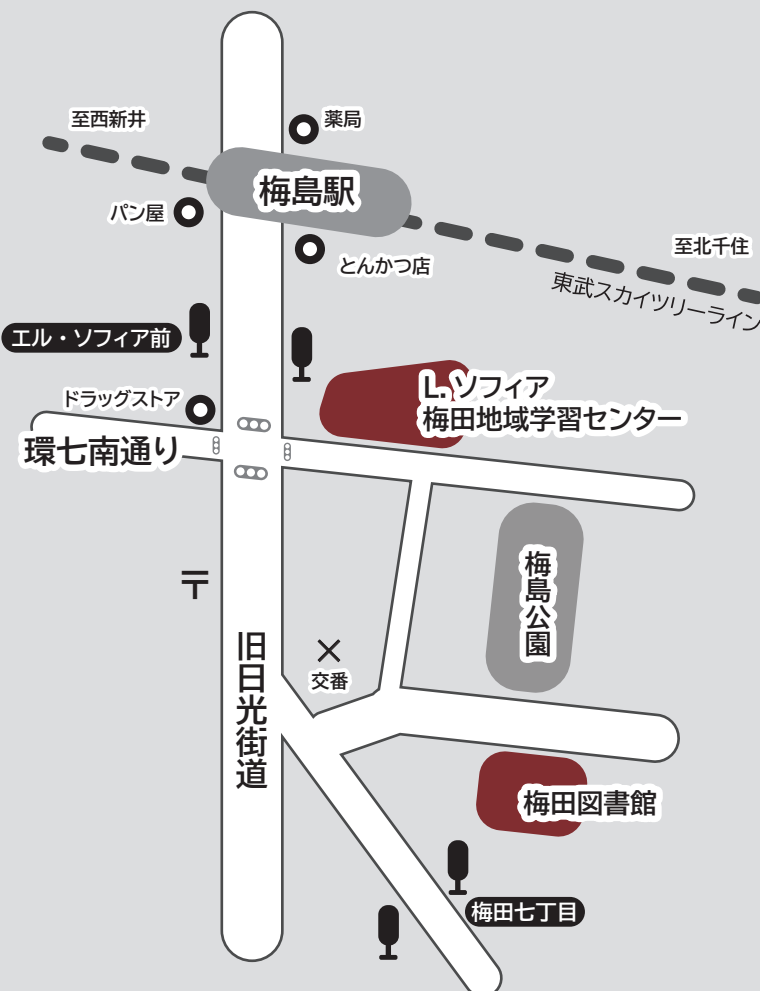
 都バス王 49 系統
(王子駅⇄千住車庫)
「エル・ソフィア前」より
徒歩 2 分



梅田図書館

 東武スカイツリーライン
「梅島駅」より徒歩 9 分

 都バス王 49 系統
(王子駅⇄千住車庫)
「梅田七丁目」より
徒歩 2 分



休 館 日

梅田地域学習センター

10/19 (月)

梅田図書館

10/19 (月)、30 (金)

※各学習センターで、足立区内 14 センター
すべてのミニコミ紙をご覧になれます。

足立区梅田地域学習センター・体育館・図書館
「かわらばん友 (ゆう)」

10 月号 (No.385 毎月 1 日発行)

発行／足立区梅田地域学習センター・体育館

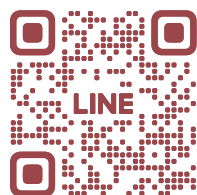
〒123-0851 東京都足立区梅田 7-33-1 L. ソフィア内
TEL 03-3880-5322

梅田図書館

〒123-0851 東京都足立区梅田 7-13-1
TEL 03-3840-4646

責任・指定管理者／みんなでつくるあだちの未来共同事業体

ホームページやSNSにて最新情報を発信
しています。皆様の「いいね」やフォロー
をお待ちしています！



LINE 公式アカウント
はじめました！
友達追加をして最新
情報をチェックしてみ
てください！

ホームページ



X



Instagram



梅田地域学習センター