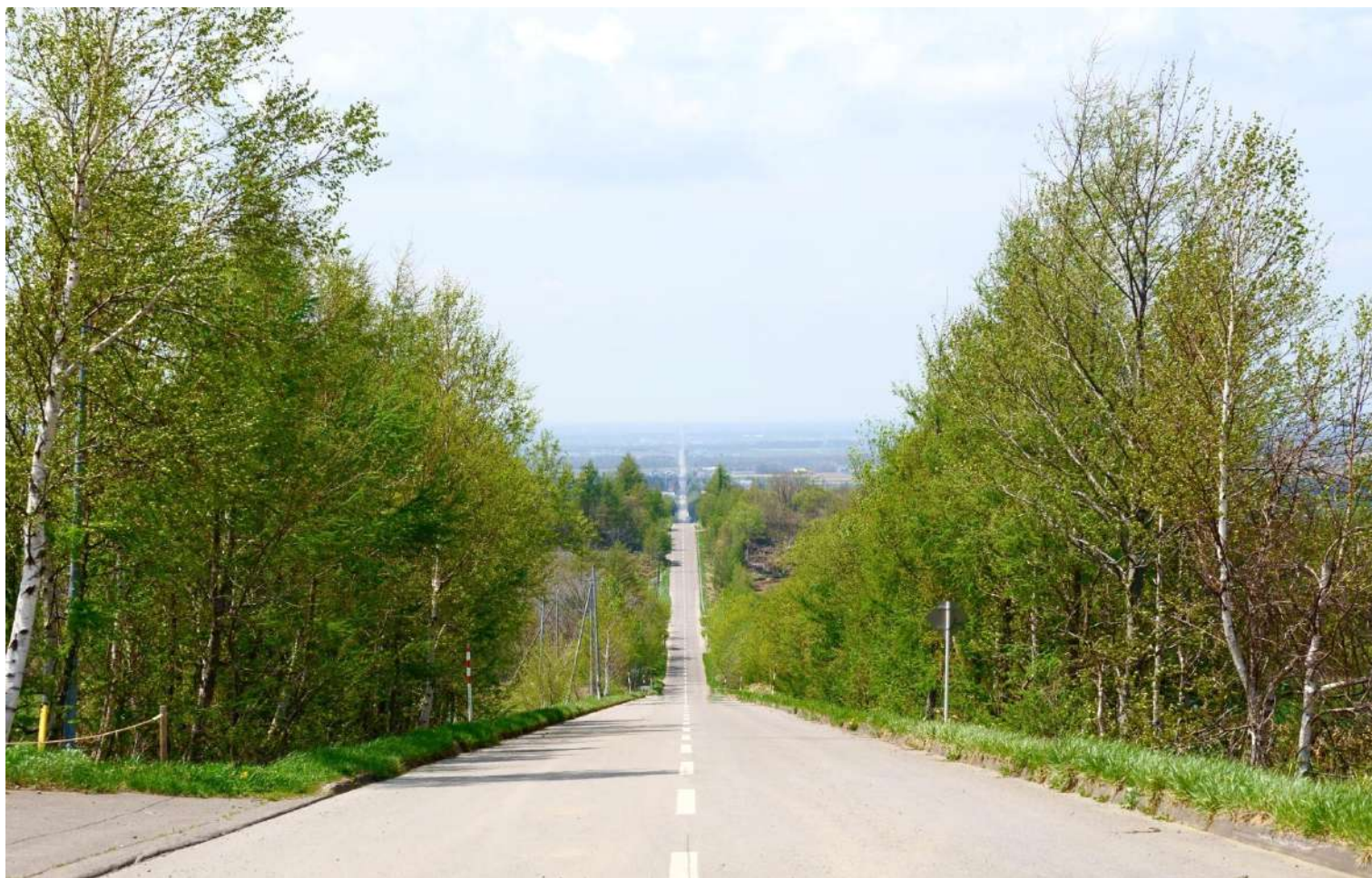




- 02 げんきに健康長寿！
歩くことは生きること
- 04 図書館インフォメーション
- 06 足立区立郷土博物館 開館 40 周年
- 07 コンサート情報
- 08 講座情報
- 10 他施設イベント情報

歩いて、詠んで、 生きていく

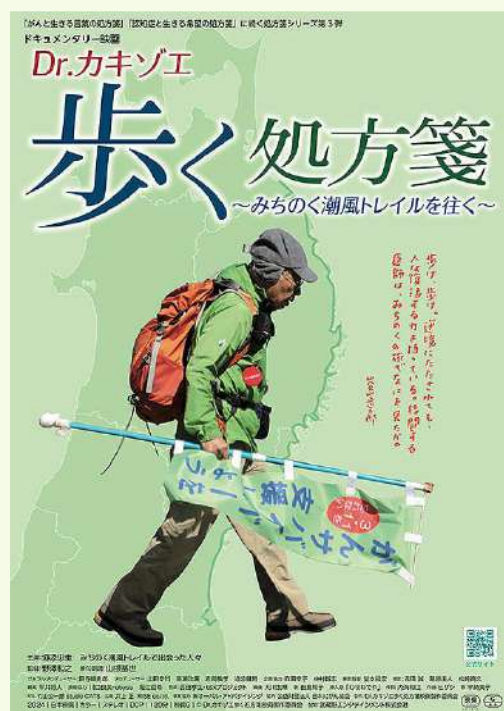
(詳細は P2・3)



写真はイメージです。

げんきに健康長寿！ 歩くことは生きることに

映画『歩く処方箋』上映会 & ウェルビーイング・トークショー
垣添忠生氏と「NHK 俳句」選者 堀田季何氏登壇！



昨年度好評を博した、映画『歩く処方箋』の上映会とトークショーイベントを再び開催します。

上映作品『歩く処方箋』は、がんの専門家である垣添忠生氏が、青森県八戸市から福島県相馬市までのみちのく潮風トレイル 1025 キロを歩くロードムービー。がんを抱えながら生活する人々や、震災をそれぞれの方法で乗り越えようとする人々との出会いが描かれています。また、本作品は松尾芭蕉の『奥の細道』をたどる旅路でもあり、15 の俳句が詠まれています。

今回は、前回ビデオ出演された堀田季何氏の登壇も決定。垣添忠生氏と佐々木一茂氏とともに、歩くことの本質を考え、俳句に思いを巡らせ、いのちのありようを見つめてみませんか。

さらに、昨年同様美しく歩くためのレクチャーも。歩くことにスポットを当てながら、「ウェルビーイング」とはなにかを一緒に考えてみましょう。

開催情報

10月10日(土)

午後1時～5時

(途中休憩あり)

@4階ホール



対象	どなたでも (小学生以下は保護者同伴)
定員	200人
料金	無料
受付	窓口・電話・インターネット にて受付中

主催：一般社団法人アジアがんフォーラム
共催：足立区竹の塚地域学習センター、東京大学スポーツ先端科学連携研究機構 (UTSSI)
後援：公益財団法人日本対がん協会、UICC-ARO
特別協力：株式会社ヤクルト本社
協力：東京足立ロータリークラブ、一般財団法人人生100年社会デザイン財団、
一般社団法人アジア未来研究機構、がんき泌尿器科クリニック (がんきクラブ)、
学校法人服部学園 服部栄養専門学校

お申し込み
はこちら



タイムスケジュール

12:30-13:00	受付開始・開場
13:00-13:10	開会のご挨拶
13:10-14:10	トークセッション ～歩くことは生きることに～
14:10-14:30	健康ウォーキング講座 ～BEAUTY あなたにつたえたい～
14:30-14:45	休憩
14:45-16:45	映画『歩く処方箋』上映会
16:45-17:00	クロージング

※記載の時刻は目安時間です。

※当日の状況により、時間が前後する場合があります。



▲2025年10月開催時の様子

登壇者・関係者一覧



垣添忠生

- 公益財団法人日本対がん協会 会長
- 一般社団法人アジアがんフォーラム 顧問



佐々木一茂

- 東京大学大学院総合文化研究科
准教授



田中貴恵

- 一般社団法人アジアがんフォーラム
プロジェクトリサーチャー



堀田季何

- 現代俳句協会 常務理事 (社会事業部長)
- 一般社団法人アジアがんフォーラム
理事

河原ノリエ (司会)

- 一般社団法人アジアがんフォーラム 代表理事
- 東京大学大学院総合文化研究科 特任准教授
- 岐阜大学医学部客員臨床系医学准教授

参加者の皆様の句を大募集！

今回は、トークセッションコーナーで俳句についても深く語り合います。そこで、皆様の句を大募集します！

句のテーマは「いのち」。お名前 (俳号も可) と句を記載の上、10月1日 (木) までに、竹の塚地域学習センター窓口、もしくは右記提出先までご提出ください。

皆様のご参加をお待ちしております。

句の提出は
はこちら



シルバーウィークも図書館で



▲竹の塚地域学習センター・図書館マスコットキャラクター たけピコ

シルバーウィークを楽しもう

敬老の日や秋分の日が続き、まとまった休日となるこの時期。今年は、祝日に挟まれた9月22日が「国民の休日」となるため、11年ぶりのシルバーウィークとなります。連休を利用した旅行や帰省を計画している方もいれば、近場でゆっくり過ごしたり、自宅でのんびりとした時間を楽しんだりする方もいたり、それぞれの過ごし方を考えていることでしょう。

本と一緒に旅へ出かけませんか

旅行に行く方は出発前から帰宅後まで、さまざまな楽しみがあります。旅行ガイドや写真集で行き先を調べ、その土地の歴史や文化に思いをはせれば、旅行への期待がさらに膨らみます。

また、旅先を舞台にした小説や紀行文は、実際に訪れた景色や思い出をよりいっそう味わい深くしてくれるはずです。

お出かけの予定がない方も、ページをめくことで物語の世界や日本各地、さらには海外へと「本の旅」を楽しむことができます。1冊の本との出会いが、新しい場所や文化への興味につながるかもしれません。

図書館で「旅の1冊」を見つけよう

図書館には、旅行ガイドや地図、紀行文、旅をテーマにしたエッセイ、小説など、旅の気分を味わえる本が数多くそろっています。これから出かける方は旅の準備に役立つ本を、ゆっくり過ごす予定の方は、自宅にしながら楽しめる本を探してみたいかがでしょうか。

普段は忙しくてなかなか取れないまとまった時間だからこそ、新しいことに触れたり、好きなことに没頭したりする絶好の機会です。心も体もリフレッシュできる、充実した連休をお楽しみください。

今月のおすすめ本

－旅行－



『キノの旅 XIX the Beautiful World』

時雨沢恵一/著 黒星紅白/イラスト
KADOKAWA

旅人・キノが、人間の言葉を話す二輪車の相棒・エルメスとともにさまざまな国を渡り歩く、短編連作のロードノベルシリーズ。キノたちが訪れる国は、どれも個性的な場所ばかりです。どの巻からでも読み始められるので、ぜひ自分の好きな国を見つけてみてくださいね。ちなみに選書した職員のイチオシは、19巻「美しい記憶の国」です。



『ふるカフェ系 ハルさんの休日』

NHK『ふるカフェ系 ハルさんの休日』制作班/監修
昭文社

古民家などを再活用し、歴史を感じながら食事を楽しむことのできる都内近郊のカフェを紹介している1冊です。

築200年を超えるカフェの趣を感じられる内装や、オーナーこだわりの食事からデザート の作り方、カフェ誕生の歴史が掲載されています。

気になるカフェを見つけたら、ぜひ足を運んでみてください。

本×りょうり

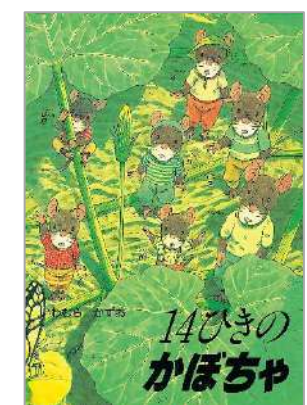
料理は物語の中で重要な役割をもつこともあれば、ちょっとした息抜きのように描かれることもあります。このコーナーでは、レシピ本やエッセイなど、料理に関する本をご紹介します。

14 ひきが育てる、いのちの実り

おとうさん、おかあさん、おじいさん、おばあさん、そしてきょうだい10ひき。14ひきのねずみの家族が、力をあわせてかぼちゃを育てていく物語です。

種をまき、芽吹きを喜び、嵐から守り、収穫して食卓を囲む。命を育て、いただくことの喜びが、家族のあたたかさと共にすんなりと胸に届きます。コロケ、まんじゅう、スープ、パイと並ぶかぼちゃ尽くしの食卓は、見ているだけでお腹が鳴ってしまいそうです。

子どもはもちろん、大人が読んでも心があたたかくなる1冊。シリーズの他の作品も併せて、手に取ってみてください。



『14ひきのかぼちゃ』

いわむらかずお/さく
童心社

足立区立郷土博物館は 今年開館40年を迎えます！

郷土博物館は、令和8年11月に開館40年を迎えます。開館40周年を記念して、秋以降、多彩な展示会やイベントを開催します。



40周年記念イベント



10月18日(日)
Sax, Piano & Bass
によるJAZZ



10月25日(日)
弦楽四重奏

詳細は随時、郷土博物館のホームページ
でお知らせします！



11月3日(火祝)
郷土芸能鑑賞会、お茶会、ワークショップ
館内スタンプラリー など

足立区立郷土博物館 **検索**

展示会開催情報

収蔵浮世絵展

新版

広重目線

9月19日(土)
～11月23日(月祝)

Utagawa Hiroshige's viewpoint

平成30年に大好評を博した「広重目線」が、アップデートして再登場。

歌川広重の晩年の大作「名所江戸百景」で描かれた、鳥瞰（超上から見下ろした図）や見切れの構図など、広重独自の「視点」を読み解きます。



文化遺産調査特別展

門井 掬水

令和9年
2月13日(土)
～4月11日(日)

かどいきくすい

美人画の名手・門井掬水（明治19～昭和51年）は、葛飾区亀有に居住し、足立の人々とも深く交流しました。



足立ゆかりの画家・門井掬水の画業を、ご遺族から提供された豊富な資料とともに紹介します。

広重作品をイメージ！

生け花展示

9月19日(土)
～23日(水祝)

足立区華道茶道協会による、歌川広重「名所江戸百景」の中の浮世絵をイメージした生け花を展示します！

ご利用案内

所在地 東京都足立区大谷田 5-20-1

アクセス JR 亀有駅北口から東武バス
「八潮駅南口」行、「足立郷土博物館」
下車（徒歩1分） ほか

開館時間 9:00～17:00（最終入館は 16:30 まで）

休館日 毎週月曜日
（祝日の場合は開館し、翌平日休館）

入館料 200 円（20 名以上の団体は半額）
※ 70 歳以上、中学生以下の方は無料
※ 障害者手帳所持者および介助者 1 名は無料

TAKENOTSUKA CONCERT コンサート情報

竹の塚を音楽あふれる街にしよう！
竹の塚はエンターテインメントの街に変わる！

9/26(土) 募集開始

11/14(土)

t コンサート
「Golden Autumn !
黄金色の響き」

OPEN / 13:30

START / 14:00

11 月の t コンサートは、国内外で受賞経験のある奏者によるトランペットコンサート。ピアノの伴奏と合わせて、黄金色に輝くような音色をお届けします。

【出演】佐藤友紀、大室晃子

【対象】小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

【定員】200 人 【料金】1,500 円



現在募集中



9/5(土)

t コンサート
「Shout !
魂を突き動かすゴスペル」

OPEN / 13:30

START / 14:00

9 月の t コンサートは、ブラックゴスペルを中心としたゴスペルソングを皆様にお届けします。

【出演】西新井ゴスペルクワイア

【対象】小学生以上の方（小学生は保護者同伴）

【定員】200 人 【料金】1,500 円



チケットの確保は、事前のご予約がおすすめです！
お申し込みをお待ちしております。
※当日券は残席がある場合のみ販売いたします。



《お申し込みについて》

お申し込みは足立区内の地域学習センター窓口・電話（9:00～20:00）にて承ります。

なお、募集開始初日の竹の塚地域学習センター以外の学習センターでのお申し込みは 13:00～です。

※都合により変更・中止になる場合がございます。

現在
受付中

木曜の午後は、体操の時間！

楽しく ストレッチ体操 (4 日制)



ストレッチや筋肉体操を中心とした、
軽運動を行います。

【日時】 10/1・8・15・29 (木)
午後1時30分～2時40分

【対象】 16 歳以上の方

【定員】 35 人

【料金】 1,920 円

【受付】 窓口・電話・インターネット
にて受付中

元気 いきいき体操 (4 日制)



普段使わない筋肉を意識して、元気よく
体を動かします。

【日時】 10/1・8・15・29 (木)
午後2時50分～4時20分

【対象】 16 歳以上の方

【定員】 30 人

【料金】 1,920 円

【受付】 窓口・電話・インターネット
にて受付中



【アクセス】

 東武スカイツリーライン
「竹ノ塚駅」より徒歩7分

 東武バス
綾 20・24 系統、竹 14・15・15-2 系統
「公園前」下車1分

 都バス
北 47 系統「公園前」下車1分

 東武バス
竹 17・17-2 系統「竹の塚一丁目」下車1分

休館日のお知らせ

竹の塚地域学習センター 9月14日(月)
竹の塚図書館 9月14日(月)、30日(水)

足立区竹の塚地域学習センター・図書館 Vol.457「たけのこ」9月号(毎月1日発行)

発行 / 足立区竹の塚地域学習センター・図書館

発行所 / 〒121-0813 東京都足立区竹の塚 2-25-17

竹の塚地域学習センター TEL 03-3850-3107

FAX 03-3850-0233

竹の塚図書館 TEL 03-3859-9966

mail takenotsukalccyc@zb.wakwak.com

HP は
こちら



SNS は
こちら



足立区 竹の塚センター

検索

責任 / ヤオキン商事株式会社 「ヤオキン商事は、生涯学習を通し、お客様に心のこもったサービスを提供します」