

たけのこ

2026 10 月

- 02 たけのこ文化祭
- 04 図書館インフォメーション
- 06 お散歩竹の塚「Wine & Dine GINO」
- 07 コンサート情報
- 08 講座情報
- 10 他施設イベント情報

心ときめくお披露目！ たけのこ文化祭

(詳細は P2・3)



2025 年 10 月に開催した「第 39 回たけのこ文化祭」の様子

各学習センターで、14 センターすべてのミニコミ紙がご覧になれます。

記念すべき
第40回！

たけのこ文化祭

10月24日(土)
25日(日)

毎年恒例のお祭り、たけのこ文化祭。竹の塚地域学習センターの登録団体をはじめとする有志の方々が、日ごろの活動の成果を披露する場です。

年に一度の心ときめくお披露目を、ぜひ見にいらしてください！



▲皆様の前で成果をお披露目

舞台発表

- エトワール・アンサンブル（合唱）
- ギター合奏弾き語りサークル TUNE（ギター）
- 太極拳ささのは会（太極拳）
- 竹の塚オカリナサークル（オカリナ）
- 竹ノ塚ギターアンサンブル（ギター）
- 竹の塚劇団（演劇）
- 竹の塚ハーモニカクラブ（ハーモニカ）
- ドルチェ（ギター）
- パイパイフラ 竹の塚（フラダンス）
- はまなすクラブ（カラオケ）
- バンブー・エコー（合唱）
- ホ オナオナ竹の塚（フラダンス）
- ボイスレッシンあめんぼ（読み語り）

作品展示

- 麻の葉会（和裁）
- 水曜会（絵画）
- 竹の子フラワーサークル（アートフラワー）
- 手あみサークルー実会（編物）
- 蕩辞短歌塾（短歌）
- むつき書道会（書道）



▲力作揃いの展示作品

演芸大会

一般参加者による歌や踊りのステージです。
カラオケや日本舞踊、フラダンス等の様々な
プログラムをお楽しみください。



▲今回の演芸大会は全 59 組が参加予定

スケジュール

展示会場：3 階レクリエーションホール、
4 階ホールロビー
発表会場：4 階ホール

10月24日(土)

- ▶作品展示 10:00～16:00
- ▶演芸大会 10:30 開演

25日(日)

- ▶作品展示 10:00～16:00
- ▶舞台発表 10:00～10:10 オープニングセレモニー
- 10:10～10:30 竹の塚オカリナサークル
- 10:30～10:50 竹ノ塚ギターアンサンブル
- 10:50～11:10 ホ オナオナ竹の塚
- 11:10～11:30 太極拳ささのは会
- 11:30～11:45 パパイヤフラ 竹の塚
- 11:45～12:05 バンブー・エコー
- 12:05～13:00 ～休憩～
- 13:00～13:20 ボイスレッシンあめんぼ
- 13:20～13:40 エトワール・アンサンブル
- 13:40～14:00 ギター合奏弾き語りサークル TUNE
- 14:00～14:20 竹の塚ハーモニカクラブ
- 14:20～14:40 ドルチェ
- 14:40～15:00 はまなすクラブ
- 15:00～15:20 竹の塚劇団

どうぞ
お楽しみに!!



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

※時間や出演順は変更になる場合がございます。

※両日の開催プログラムは、竹の塚地域学習センターの窓口で 10/2(金)より配布します。
ご興味のある方は 3 階窓口までお問い合わせください。

4 階ホールロビーでは、今年も「有限会社 カズ スタイル」によるガーゼ
商品の販売を予定しております！手触りが良く優しい色合いの品々は、自分
用だけでなく贈り物にもぴったりですよ。

深まる秋に広がる楽しみ



スポーツ×読書でアクティブに

秋といえば、「芸術の秋」「食欲の秋」など、さまざまな過ごし方があります。その中でも、10月12日は「スポーツの日」。「スポーツの秋」を満喫する絶好の機会です。

足立区ではこの日、「スポーツカーニバル 2026」を開催します。総合スポーツセンターをはじめ、各地域体育館や温水プールなど、区内の15施設でスポーツ体験やレクリエーションが楽しめます。

【参考】足立区ホームページ

とはいいつつ、身体を動かすのはなかなか億劫になりがちなもの。そこでおすすめなのが、竹の塚図書館に設置しているバランスボール席です。体幹を意識しながら座ることで、本を読みながら普段使わない筋肉を自然と使い、正しい姿勢を保つ効果が期待できます（感じ方や効果には個人差がありますので、無理のない範囲でお楽しみください）。

図書館の「読書の秋」

館内では、10月末までの期間限定で、特集展示「スポーツの秋」を展開中です。一般書から児童書まで幅広くご用意しておりますので、図書館にお立ち寄りの際はぜひお手にとってご覧ください。

また、10月27日から11月9日までは、全国的な「秋の読書週間」です。この期間にあわせた館内イベントも開催予定ですのでこちらも楽しみに。詳細は来月号の「たけのこ」でご案内します。

ひとはこ図書館

9月からは「ひとはこ図書館」<Vol.17>も始まっています。今回の館長は、竹の塚図書館から徒歩10分ほどの場所にあるブックカフェ「ハレキタザワ」の常連・新留透さん。テーマは「私の愛おしき本達」。哲学から現代小説まで、幅広いジャンルから選んでいただきました。本と一緒に展示しているブックリストも、ご自由にお持ちください。

今月のおすすめ本

ー本で楽しむスポーツー



『ペンギんたいそう』
齋藤 槇/さく 福音館書店

運動する前に、まずは準備体操。「ペンギんたいそうはじめるよ♪」

最初に深呼吸。それから首をのばして、縮めて、腕を振って、足をあげて。「いっちに いっちに」。ペンギンのまねをしながら、楽しく身体を動かしましょう。

出版社のHPでは、体操動画や楽譜、音源も公開されています。おうちでも、ぜひペンギんたいそうを楽しんでください。



『サクリファイス』
近藤史恵/著
新潮社

自転車ロードレースを舞台に、エースを勝利へ導くアシストとして奮闘する主人公の姿を描いた物語です。

白熱するレースの駆け引きに息をのみながら、同時にサスペンスとしての緊張感も楽しめる、欲張りな1冊。タイトルの意味が明かされるラストに、深い余韻が残ります。スポーツの秋にぜひ読んでみてはいかがでしょうか。

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。

ふわふわで美味しいパンが食べたい！

ぐうぐうやまのふくらパン屋さんは、きれいな水と最高の小麦を使った美味しいパンを作っています。しかし、村から離れた山の奥にぼつんと一軒建っていて、お客さんはなかなか来ません。そこに、山のくいしんぼうな動物たちがやってきて……。

隅々まで描かれた優しいイラストには、いろいろな種類の動物が登場します。森の果実をふんだんに使い、動物の形をしたかわいいパンからは美味しそうな香りが漂ってきそうです。にわとりさんのたまごパンのレシピも掲載されており、実際に作ることもできますよ。



『ぎょうれつのできるパン屋さん』
ふくざわゆみこ/さく
教育画劇

サッカー×イタリアン

今回訪れたのは、竹ノ塚駅東口より徒歩4分ほどの場所にある「Wine & Dine GINO」。

オーナーの南裕司さんは、元Jリーガーで、引退後は西新井ヴェルメリオでコーチを務めていました。取材に応じてくださったバリスタの松本遥希さんは、その時の教え子だそうです。今回は、そんな愛弟子、松本さんの選りすぐりの2品をご紹介します！

ここでしか味わうことのできない……

まずは、何といってもPINSA。一般的なピッツァとは異なり、小麦粉に米粉や大豆粉をブレンドした生地を使用したローマ発祥の料理で、サクッとした食感が特徴的です。ピッツァに比べて低カロリーなのもうれしいポイント。提供時には一口サイズにカットされており、おつまみ感覚でいただけます。都内でもまだまだ珍しいPINSAをぜひお試しください！

2品目は和牛ローストビーフ。使用しているHannari Beefは、欧米のミシュラン店でも好まれている希少な黒毛和牛で、なんと、国内でいただけるのはGINOだけ。一口噛むと、旨味のある上質な脂が口いっぱいに広がります。まさしく「はんなり」とした上品な味わいは、バルサミコ酢のソースと相性抜群です。

オープン2年目を迎えた今年は、新たに2階の増築やランチ営業を開始。発展しつつあるGINOに、今後ご注目ください。



▲バリスタの松本遥希さん



▲限定メニューPINSA/コッパ&セルバチコ（税込 1,400 円）



▲和牛ローストビーフ（税込 1,880 円）

店舗情報

【住所】 東京都足立区竹の塚 1-28-10

【電話番号】 03-4400-5025

【営業時間】 火～木 11:30～15:00 18:00～24:00
金 11:30～15:00 18:00～27:00
土 18:00～27:00
日 18:00～24:00

※祝日は 18:00～24:00 営業

※ランチ L.O.14:00

※ディナー L.O. Food 閉店 1 時間前
Drink 閉店 30 分前

【定休日】 月曜日



【Instagram】



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！

10/26(月) 募集開始

12/5 ±

t コンサート
「パシフィック・プラス
クリスマスコンサート」

OPEN / 13:30

START / 14:00

12 月の t コンサートは、米国空軍太平洋音楽隊「パシフィック・プラス」が登場！金管楽器によるクリスマスソングのアンサンブルを披露します。

【出演】米国空軍太平洋音楽隊「パシフィック・プラス」

【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



11/14 ±

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



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。

10/26（月）から受付開始

《受付時間》
午前 9 時～午後 8 時（窓口・電話）
インターネットのみ初日は午後 1 時からの受付です。

インターネットからの申込方法

足立区ホームページのメニュー内から「文化・スポーツ」→「講座・サークル・生涯学習」→施設・利用方法の「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（外部サイト）をご選択ください。

申込方法は画像横のアイコンをご覧ください。

 窓口

 電話

 当日受付

 インターネット

 図書館事業

※講座の詳細はセンターまでお問い合わせください。
※都合により開催内容の変更・中止になる場合がございます。

子ども・親子向け



あかちゃんおはなし会



あかちゃん向けの絵本のおはなし会です。

【日時】11/4・18（水）
①午前 10 時～10 時 30 分
②午前 10 時 40 分～11 時 10 分
【対象】3 歳以下の子どもと保護者
【定員】各 10 組 【料金】無料

おはなし会



絵本や紙芝居のおはなし会です。

【日時】11/4・18（水）
午後 3 時 15 分～3 時 45 分
【対象】幼児～小学生
【定員】各 15 人
【料金】無料

親子ヨガ



お子様と一緒に参加できるヨガ体験です。

【日時】11/18（水）
①午前 10 時 30 分～11 時
②午前 11 時 10 分～11 時 40 分
【対象】3 歳以下の子どもと保護者
【定員】各 10 組
【料金】無料

サークル体験
「女声合唱」(5 日制)
★9/26 より受付中



登録団体「バンブー・エコー」のサークル体験講座です。

【日時】11/12～12/10 毎（木）
午前 9 時 50～11 時 50 分
【対象】18 歳以上の女性
【定員】15 人
【料金】無料

心も体もボカボカ
「リラックスヨガ」(4 日制)
★9/26 より受付中



新陳代謝を高める動きとともに、その効果についても学びます。

【日時】11/13～12/11 毎（金）
（11/20 を除く）
午後 1 時～2 時
【対象】16 歳以上の方
【定員】25 人
【料金】2,640 円

はつらつ教室
※11/2 より受付開始



介護を必要としない元気な体づくりを目指します。

【日時】11/30（月）
午後 2 時～4 時
【対象】足立区内在住の 65 歳以上で要介護・要支援の認定を受けていない方
【定員】30 人
【料金】無料
※参加は抽選で決定します。

暮らしに彩りを
フラワー
アレンジメント体験



フラワーアレンジメントに挑戦しましょう。

【日時】12/10（木）
午後 1 時 30 分～3 時
【対象】16 歳以上の方
【定員】10 人
【料金】500 円

季節の薬膳料理講座



デモスタイルで薬膳料理のレクチャーを行います。

【日時】12/22（火）
午前 10 時 30 分～
午後 0 時 30 分
【対象】16 歳以上の方
【定員】10 人
【料金】1,000 円

どなたでも



将棋サロン



じっくりと戦略を練って、将棋を楽しみましょう。

【日時】11/7（土）
午後 2 時～4 時
【対象】どなたでも
【定員】10 人
【料金】300 円（小学生以下は無料）

歌声サロン「昭和歌謡」



マリリン先生と一緒に昭和歌謡を歌いましょう。

【日時】11/11（水）
午後 2 時～4 時
【対象】どなたでも
【定員】200 人
【料金】600 円

ニコニコサロン
「五感リトミック」(2 日制)



ピアノに合わせて体を動かし、音感を育てます。

【日時】12/4・11（金）
午前 10 時～10 時 55 分
【対象】2 か月～2 歳 6 か月の子どもと保護者
【定員】25 組
【料金】1,700 円

一般向け



植物をおしゃれにアレンジ
プラントハンガー作り
★9/26 より受付中



種類の違う裂き布を編み込み、プラントハンガーを作ります。

【日時】11/3（火・祝）
午前 10 時～正午
【対象】16 歳以上の方（お子様の同伴可）
【定員】10 人
【料金】500 円

日本文化に触れる
「はじめてのお茶体験」(2 日制)
★9/26 より受付中



お茶の点て方から飲み方まで、基本的な作法を学びます。

【日時】11/7・21（土）
午後 2 時～3 時 30 分
【対象】16 歳以上の方（正座ができる方）
【定員】5 人
【料金】2,000 円

人権 DVD 上映会



現在ある様々な人権問題に関するビデオを上映します。

【日時】11/14（土）
①午前 10 時 ②午後 2 時
③午後 6 時 （全 3 回上映）
【対象】どなたでも
【定員】各 10 人
【料金】無料

ハーブティー講座



3 種のハーブティーを試飲し、ブレンドについて学びます。

【日時】12/6（日）
①午前 10 時 ②午前 10 時 30 分
【対象】どなたでも（小学生以下は保護者同伴）
【定員】各 4 人
【料金】500 円

ダンス公演
「七色～Nanairo～」



ダンス講座参加者による年に一度の発表会です。

【日時】12/20（日）
午後 4 時 30 分～6 時 30 分
【対象】どなたでも
【定員】200 人
【料金】1,000 円
※小学生以下は保護者同伴
※ひざ上鑑賞は 2 歳以下のみ可

マリリン先生と一緒に
ボイストレーニング！



発声練習を行い、正しい声の出し方を学びます。

【日時】12/22（火）
午後 2 時～3 時 30 分
【対象】どなたでも
【定員】30 人
【料金】1,000 円

ギャラクシティ NEWS

ギャラクシティのエンターテインメント

まるちたいけんドーム

大人のための
プラネタリウム
第3金曜

ピアノ、バイオリン、サクソなど多様なジャンルの音楽家が登壇し、
当日の星空解説を交えた演奏会を開催します。 ※ピアノ演奏がない月もあります。

午後7時30分～午後8時20分
(開場:午後7時20分)

2026年
10月16日

生解説&ライブ

星とピアノ

キアラ ボーカル
レンセイ ピアノ・ボーカル

料金: 大人 500円 高校生 100円 対象: 16歳以上
定員: 170人 ※車いす2席 残席の使用は不可
申込: 当日午前9時より1階総合受付でチケットを販売 (先着順)

年間
パスポート
1,500円

プラネタリウムが見放題!
「星とピアノ」も見られますよ!

※一部、適用外イベントがございます。

西新井文化ホール

歓喜の演 Vol.25 合唱

2026年 12月5日(土) 午後2時30分開場
午後3時開演

パロックスの巨匠
A. ヴィヴァルディ作曲
Gloria in D

作曲王
F. シューベルト作曲
Messe in As

指揮/近藤 直子 合唱/歓喜の演Vol.25合唱団
管弦楽/東京シンフォニックアンサンブル
ソプラノ/吉田 朋加 アルト/中野 由弥
テノール/荒木 俊雅 バス/金沢 平
オルガン/大森 茉莉衣

チケット
販売中

全席指定(税込)
一般: 3,000円 小学生～高校生: 1,000円
※未就学児の入場はご遠慮ください ※花束・贈り物はお預かりできません

主催: 歓喜の演実行委員会
(足立区演劇連盟/足立区合唱連盟/ギャラクシティ指定管理者みらい創造堂)
後援: 足立区/足立区教育委員会/(公財)足立区生涯学習振興公社

こども未来創造館

iPadを使って
曲をつくら
みよう!

大人対象

初心者
でもOK

デジタル
ミュージック部

～iPadを使ってかんたん曲づくり～

講師は
名探偵コナンの
楽曲も担当!

11月28日(土)、12月5日(土)
[全2回]午後5時～午後7時

10月24日(土)
受付開始

【対象】18歳以上
【定員】10人
【料金】1,000円
【講師】小澤 正澄

※詳細・申込方法はHPをご確認ください。

【住 所】〒123-0842 東京都足立区栗原1-3-1
【アクセス】東武スカイツリーライン「西新井駅」東口から徒歩3分
【開館時間】午前9時～午後9時30分(こども体験エリアは午後6時まで)
【休 館 日】毎月第2月曜(初日の場合は翌日、8月は休館日なし)、元日 ※1-3ヶ月に連続休館あり
【お問い合わせ・お申し込み】Tel 03-5242-8161 午前9時～午後8時

最新情報・詳細はWEBへ! [ギャラクシティ](#) 検索

※イベントが中止または内容変更になる場合がございます。
※イベント・公演について、受付終了・チケット完売の際は
ご了承ください。



区内唯一の動物園&水族館

足立区生物園



▲特定外来生物クビアカツヤカミキリ

生物園 HP▶



【住 所】足立区保木間 2-17-1
【電 話】03-3884-5577
【開園時間】午前9時30分～午後5時(2月～10月)
午前9時30分～午後4時30分(11月～1月)
【休 館】月曜日(祝日の場合は翌日)
年末年始(12/29～1/1)

外来昆虫展

開催期間: 11月15日(日)まで

内 容: 外国から来た昆虫類をテーマにした展示です。
外来種の侵入により生じている問題を紹介し、
被害を防ぐために私たちがどう外来種に向き合
う必要があるかを考えていただきます。

対 象: どなたでも

※未就学児は保護者同伴

費 用: 無料

※別途入園料

場 所: 2F むしむしコーナー

シアター1010 足立区文化芸術劇場

テレビの音楽で活躍する
バンドネオン4人の演奏と
バイオリン・ヴィオラ・チェロ・コントラバス、
ピアノを加えた豪華編成!

アルゼンチンタンゴ 日本渡来100周年

小松亮太
& オルケスタ・ティピカ

アルゼンチンタンゴの名曲、小松亮太の自作曲などを
最高の演奏でお楽しみいただけます!!

2026年 12月19日(土) 12月20日(日) シアター1010

全席指定 ¥7,000(税込) ※未就学児は保護者同伴 ※1-3ヶ月に連続休館あり
お問い合わせ: シアター1010チケットセンター 03-5244-1011 (09:00～18:00) <https://www.t1010.jp>

アルゼンチンタンゴ日本渡来 100 周年

小松亮太&オルケスタ・ティピカ

スペシャルゲスト: クミコ (シャンソン歌手)

日 時: 12月19日(土) 午後4時開演

12月20日(日) 午後2時開演

※開場は開演の30分前

公演紹介

バンドネオン奏者・小松亮太の原点である街、北
千住。タンゴの真骨頂とも言える、バンドネオン
4台と重厚なアンサンブルによる「オルケスタ・
ティピカ」が、ゆかりの地に響きます。
さらに、ゲストのクミコを迎えての特別なプログ
ラムが実現。躍動感と深みを、ぜひ会場でご体感
ください。

出 演: 小松亮太 (バンドネオン)

クミコ (シャンソン歌手/スペシャルゲスト)

ほか

会 場: シアター1010 11F 劇場

料 金: 全席指定 7,000円

足立区民割引 (在住・在勤・在学) 6,600円

※未就学児のご入場はできません。

※車椅子席はシアター1010 チケットセンター
にてご購入ください。

※足立区民割引はシアター1010 チケットセン
ター・シアター1010 窓口のみのお取扱とな
ります。

お問い合わせ: シアター1010 チケットセンター

【時 間】午前10時～午後6時

【電 話】03-5244-1011

シアター1010 HP▶



フェルデンクライスメソッドで 「整う」夜を

現在
受付中



リハビリにも用いられるフェルデンクライスメソッドは、心地よい動きを意識し、体の動き方・動かし方の質を高め、感覚を良くすることで体を楽にするレッスンです。ご自身にとっての最適な動きを発見し、日々の動作をより良いものにしていきましょう。

体験会

【日時】 11/9 (月)
午後 7 時～8 時 10 分

【対象】 16 歳以上の方

【定員】 30 人 【料金】 1,000 円

【受付】 窓口・電話・インターネットにて受付中

7 日制シリーズ

【日時】 11/16～1/18 毎 (月)
(12/14・28、1/4 を除く)
午後 7 時～8 時 10 分

【対象】 16 歳以上の方

【定員】 30 人 【料金】 7,000 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 10 月 13 日 (火)
竹の塚図書館 10 月 13 日 (火)、30 日 (金)

足立区竹の塚地域学習センター・図書館 Vol.458 「たけのこ」10 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」



知ると分かる。
すると変わる。

SDGs MODEL ADACHI

「美しいまち」は「安全なまち」



ビューティフル・ウィンドウズ運動展開中 足立区