

中央区の暮らしがもっと楽しくなる！  
つきじ・にほんばし・つきしま・はるみで  
学び合う地域コミュニティマガジン

築地

日本橋

月島

はるみ

# 社会教育会館だより



2025 夏号



今号は

「ゴールデンチルドレン」さんです。



イベント終了後、  
指導いただいている作曲家  
橋本先生(写真左端)と  
メンバーで撮った写真



ファミリー向け  
イベントにてアカペラ  
パフォーマンス中の様子



地域のパパコミュニティ「日本橋パパの会」の歌好き有志が集まって2017年11月19日(良い育児の日)に発足。月2回日本橋社会教育会館音楽室を中心に、作曲家橋本剛先生の指導を受け、主に中央区内で行われる家族向けイベントにて、古今東西の名曲のカバーをアカペラで披露しています。

特集

## 『まなびと MANABITO』ご紹介 Vol.18

今回は、築地社会教育会館で  
活動中のサークル「Tango Cereza」の  
藤井寿美子さんです。

## 『夏休みこどもイベント紹介』

7月～8月に実施予定の  
こども・親子対象のイベントの紹介です。

## 『2025年 夏のイベント情報』

7月～9月に実施予定の  
各種イベントのお知らせです。



## 「公式Instagramアカウント」

講座やイベントの案内、サークル紹介など社会教育会館の最新情報をお届けします。フォローといいねをお願いします。



CHUOSHAKYO



## 「公式LINEアカウント」

「友だち追加」をすると、抽選日程のリマインド(社会教育関係登録団体向け)や、最新のイベント案内が届きます。



## Tango Cereza代表 藤井寿美子さんインタビュー

中央区立社会教育会館にて  
サークル活動や様々な講座に  
積極的に参加されている  
Tango Cereza代表の藤井寿美子さんに  
インタビューをしました！



Tango Cereza 代表 藤井さん▲

### Q サークルを立ち上げたきっかけ

A アルゼンチンタンゴをもともと習っていたのですが、お教室の値段が高くて…。健康にも、友達作りにも良いダンスなので、もっと多くの方に知ってほしいと思ったことがきっかけです。サークルを作ったらもっと気軽に、練習もたくさんやれるんじゃないかな？…とタンゴの先生と周りに相談し、皆さんが賛同してくださって、じゃあサークルを作ってやってみようということになりました。

### Q アルゼンチンタンゴの難しいところ

A 私もですが、年齢を重ねてから始めた方が多いので、日常生活で使っていない体の部位は思うように動かせずにいました。O脚だったので最初はまっすぐに歩くのも大変でした。もともと内ももの筋肉がなかったのですが、アルゼンチンタンゴは内ももを寄せるのが大事で、内ももをちゃんと閉めないというリーダーが指示した正しい位置に足をつけないので、その辺は難しい部分でしたが、意識することによって少しずつできるようになってきました。先日の健康診断でも下半身の筋肉量が115%ありタンゴで結構鍛えられているんだなと感じます。先生は「難しい」って言葉を使っちゃだめだっておっしゃるんですね。難しいっていうのは、もうそれを頭から遮断して逃げちゃう言葉だから、できると思わなきゃできるようにならないよっていうことをよくおっしゃいます。

### Q 続けられるコツはありますか？

A どんなダンスでもそうだと思うんですけど、終わりがないっていうかいつまでも上達ができることです。アルゼンチンタンゴをやられている方だと10年は当たり前みたいな、20年とか30年とかずっとやられている方が多くて、やり始めると長く続けられる方が多いですね。あとは非日常的な部分で楽しめる部分もあって…。年齢を重ねるとおしゃべりっていつも限られてくると思うんですが、アルゼンチンタンゴのパーティーに行くと普段着ないような服装（フィッシュテールというスカートのフロントの丈が短く、後ろが長めになっているものやグッピーの尾のように腰からフリルがあるデザインや背中を開いたデザインのドレスなど）やピンヒールを履いたり…女性があこがれるものが多いので、そういうところですごく楽しみが多く皆さん生き生きして見えます。海外旅行先でもタンゴを踊りに行かれている方が多いです。

### Q サークル発表会に参加したきっかけ

A 皆さんに見ていただくのできれいに踊りたいという目標ができ、上達のきっかけにもなりますし、アルゼンチンタンゴを知らない方々にも知っていただくいい機会なので参加しています。



▲ゆうゆう講座に参加されている様子



▲Tango Cerezaの皆さん



▲Tango Cerezaの活動風景



▲ヨガに参加されている様子

### Q 「はじめての健康体操」（築地で毎週金曜日実施）の講座に参加しようと思ったきっかけ

A 昨年の9月に階段から落ちそうになり、足首をねんざしてしまって…。ダンスもできなくなっていました。良くなったのでダンスを再開するにあたり、急にアルゼンチンタンゴというよりは健康体操とかで少し体をならしてからの方がいいのかなと思って参加してみました。昔整体に通ったこともあるんですけど、その時は直接ぐつとやるような感じでしたが、講座に参加してみると、すぐに体全部を使うというよりは徐々に体を使うことによって、少しずつ可動域が広がっていくような、とてもいい教え方だと思って毎週参加しています。

### Q 講座に参加されて交流が広がったことはありますか？

A ありました。月曜日の朝の「築地いきいき講座」に参加していた時に、「金曜日にも来てたよね？」と声をかけていただき、「この後キックボクシングもあるから出てみない？」と誘っていただきました。現在は誘っていただいたKBEサークル築地（キックボクシングエクササイズサークル）にも通い始めました。

### Q これからさらにチャレンジしたいことはありますか？

A 本当は自分のスキルを教えるっていうことにも興味があります。体操の講座で教えてくださる先生方の指導を見ると体操を取り入れることで、体の下準備をしてから体を動かす方がケガしなくていいのかなと思ったので、もう少し勉強していつか皆さんに自分のスキルを広められたらいいなと思っています。勉強することは自分のためでもあるし、自分がいただいた、いいスキルっていうかそれを伝えてあげられたらいいなと思っています。

お問い合わせは  
下記連絡先にアクセスしてね！



## 『Tango Cereza』会員募集中

- 会員の条件 特になし
- 活動日 毎週水曜日18:00~21:00  
その他希望の日程
- 活動場所 中央区立社会教育会館(築地・日本橋・月島)
- お問い合わせ 藤井寿美子  
メールアドレス  
tangocereza@gmail.com



# 夏休みこどもイベント

～こども・親子で楽しい体験ができるよ～



日本橋

## 文化のリレー「即席バンドで『さんば』を演奏しよう！」

実施日時●8月17日(日) 14:00～16:00  
申込締切●7月28日 費用●無料  
会場●日本橋社会教育会館・音楽室  
対象・定員●中央区在住・在学の小学生・15名  
(申し込み多数の場合は抽選)



トルナーレライブクラブの皆さんにご協力いただきます。ピアノやドラム、ベースなどの楽器を使った即席バンドを組んで、みんなで「さんば」を演奏しましょう。講座の最後には練習の成果を披露するミニライブを行います！

### 【協力団体紹介】トルナーレライブクラブ

社会教育関係登録団体としてのサークル活動だけでなく、社会福祉協議会でのボランティア活動や慰問演奏、様々なイベントでのライブ出演、小学校での楽器体験など街づくり・人づくりに繋がる幅広い活動をしています。

## 小学生・中学生集まれ！ キミの取材をまちのラジオで発信！ (全3回)

現役ラジオナビゲーターが先生 伝えよう“まちの魅力”

実施日時●8月18日(月)・19日(火)・21日(木)  
18日 10:00～12:00  
19日 9:30～16:45 グループごと90分(予定)  
21日 14:00～17:00  
申込締切●先着順 対象・定員●小学3年生～中学生・20名  
費用●3日分 4,000円(保険料込み)  
会場●日本橋社会教育会館・第1洋室 中央エフエム

人形町界隈を現地取材、皆さんの言葉と声でリスナーにまちの魅力を伝えます。今年の夏はラジオデビュー!?

協力:中央区コミュニティラジオ局「中央エフエム」



築地

## 親子でポーセラーツ体験

～ガラスの風鈴&プレート作り～

実施日時●7月26日(土) 10:30～12:00  
申込締切●先着順(Peatixにて7月1日より申込受付開始。  
定員になり次第募集終了)  
費用●3,500円(材料費・保険料込み)  
会場●築地社会教育会館・第3洋室  
対象・定員●小学生とその保護者・12組



好きな転写紙を貼って  
オリジナルの風鈴とプレートを  
作りましょう！



月島

## 文化のリレー 囲碁を楽しもう！

～初心者向け講座～

実施日時●8月6日(水) 14:30～16:00  
申込締切●7月23日、定員を越えた場合は抽選。  
費用●無料 会場●月島社会教育会館・講習室  
対象・定員●中央区在住・在学の小学生・16名

文化のリレーとは社会教育会館で活動している社会教育関係登録団体の皆様が、中央区内の子どもたちと交流しながら指導し、日頃の活動で培った技能・文化を伝えていただくボランティア企画です。

### 【協力団体紹介】水曜囲碁会

毎週水曜日に活動中の団体。2024年度文化のリレーでもご協力いただき、中央区の小学生に楽しく囲碁をご指導くださいました。講座のご参加お待ちしております！

はるみ

## スティールパンを弾いてみよう！

～カリブ海の音色を楽しむ～

実施日時●7月19日(土)  
①10:00～11:30 ②13:00～14:30  
申込締切●先着順 費用●3,200円(楽器レンタル代込み)  
会場●アートはるみ・音楽室  
対象・定員●①小学校3年生～中学生  
②高校生以上(大人)・各10名

ドラム缶から作られた「スティールパン」ってどんな楽器？どんな音色？



講師:スティールパン奏者  
二ノ宮千紘

(講師YouTubeチャンネル  
『Chihiro Ninomiya』より)



## 砂絵ワークショップ

～13色のカラフルな砂で色彩の海を描こう～

実施日時●7月12日(土) ①10:30～12:00 ②14:00～15:30  
申込締切●先着順 費用●2,000円(材料費・保険料込み)  
会場●アートはるみ・美術工芸室  
対象・定員●5歳～小学生(5歳～小学校2年生は  
保護者同伴必須)・各回12名

B5サイズの砂絵を作成します。砂の手触りを楽しみつつ様々な色彩に触れることができることから、絵筆を用いた絵画とは一風変わった楽しみ方が可能です。



## ロボットハンド制作体験！ 機械のしくみをまなぼう

実施日時●8月23日(土) 10:00～12:00  
申込締切●先着順 費用●2,000円(材料費込み)  
会場●月島社会教育会館・講習室  
対象・定員●小学生・12組(子ども+保護者)※要保護者同伴

「工学博士」で「ものづくりマイスター」の平塚剛一先生が考案した教材であるロボットハンド！ 制作を通して、機械装置やリンク機構について運動の仕組みを学ぶことができます。ゼロから作るロボットハンドづくりに挑戦してみよう！





## 7～9月開催分イベント情報



**実施日時**●7月14日・28日・8月25日・9月8日・22日・29日の月曜日 10:00～11:30

**築地**

**築地いきいき講座 7月 8月 9月 ～からだのメンテナンス～**

申込締切●各回定員に達し次第、受付終了。 会場●築地社会教育会館・第三和室  
対象・定員●18歳以上・20名 費用●各回1,000円(保険料込み)

いつまでも日常生活で使える体づくりのためのメンテナンスの方法を学びます。  
慢性的な腰痛、膝痛、肩凝り、血行不良、冷え性の改善も目指していきます。

**実施日時**●7月24日(木) 13:30～16:00

**季節を楽しむ手作り和菓子  
～涼やかな食べる宝石 琥珀糖～**

申込締切●7月8日。定員を越えた場合は抽選。 会場●築地社会教育会館・料理教室  
対象・定員●18歳以上・14名 費用●3,000円(材料費・保険料込み)

シャリとした食感がクセになる宝石のような和菓子「琥珀糖」を作ります。涼やかな見た目と食感の和菓子にピッタリです。

**実施日時**●9月7日・14日の日曜日 14:00～16:00

**レザークラフト講座(全2回) ～バッグインバッグ～**

受付開始●7月18日 14時より先着順受付。定員達し次第、受付終了。  
会場●築地社会教育会館・第3洋室  
対象・定員●18歳以上・10名(※2回とも参加できる方)  
費用●4,000円(材料費・保険料込み)

端切れの革を使って、バッグインバッグとして日常的に使用していただけるバッグを作ります。

**実施日時**●9月27日(土) 13:30～16:00

**かぼちゃのバスクケーキとマサラチャイ**

申込締切●9月14日。定員を越えた場合は抽選。  
会場●築地社会教育会館・料理教室 対象・定員●18歳以上・24名  
費用●3,500円(材料費・保険料込み)

かぼちゃを使ったアレンジバスクケーキとマサラチャイで夏の疲れを癒すティータイムをどうぞ。

**実施日時**●7月19日(土) ①10:00～11:30 ②13:00～14:30

**はるみ**

**スティールパンを弾いてみよう!  
カリブ海の音色を楽しむ**

申込締切●先着順 会場●アートはるみ・音楽室  
対象・定員●①小学校3年生～中学生・10名  
②高校生以上(大人)・10名  
費用●3,200円(楽器レンタル代込み)

スティールパンはトリニダード・トバゴの音階のある打楽器。  
初心者の方もゼロから学べる入門講座! 陽気な音色とリズムで夏を感じませんか。

**実施日時**●7月21日(月・祝) 10:30～12:00

**はるみ**

**ひまわりのアーティフィシャルフラワーでサマーリースづくり  
お家に飾って夏を彩ろう!**

申込締切●先着順 会場●アートはるみ・美術工芸室  
対象・定員●小学1年生以上(小学生は要保護者同伴)20名  
費用●4,300円(材料費・保険料込み)

爽やかな夏らしいサマーリースを制作してお家に飾りましょう!  
(サイズは直径20cmを予定しています。)

**実施日時**●9月1日・8日の月曜日 14:00～16:30

**はるみ**

**初めてでもお洒落に描ける鉛筆クロッキー講座(全2回)2025  
短時間で人物の特徴をとらえて表現します**

申込締切●8月17日。定員を越えた場合は抽選。 会場●アートはるみ・美術工芸室  
対象・定員●18歳以上・16名(※2回とも参加できる方)  
費用●両日分 6,500円(材料費込み)

1日目はモデル写真を見てクロッキーのコツを掴み、2日目は実際にモデルをみてのクロッキーに挑戦します。

講座の詳細は2次元コードをご覧ください。

HP <https://chuo-shakyo.shoppro.co.jp/course>

※一部(先着順の講座)を除き、申し込み多数の場合は抽選、  
4館いずれの窓口でも申し込みできます。



## INFORMATION

### 令和7年度作品展とサークル発表会の開催日程と申し込みスケジュールのお知らせ

作品展とサークル発表会の日程が  
決定しましたので、お知らせいたします。

|     |           |                      |
|-----|-----------|----------------------|
| 作品展 | 築地社会教育会館  | 令和7年11月6日(木)～9日(日)   |
|     | 日本橋社会教育会館 | 令和7年11月13日(木)～16日(日) |
|     | 月島社会教育会館  | 令和7年11月20日(木)～23日(日) |

|             |           |                     |
|-------------|-----------|---------------------|
| サークル<br>発表会 | 月島社会教育会館  | 令和8年2月7日(土)・8日(日)   |
|             | 日本橋社会教育会館 | 令和8年2月14日(土)・15日(日) |
|             | 築地社会教育会館  | 令和8年2月21日(土)        |

- ◆募集要項、参加申込書はHPからダウンロードできます。各社会教育会館でも配布していますので、参加希望の会館にてお受け取りください。
- ◆参加条件など詳細につきましては、募集要項をご覧ください。ご不明な点は各社会教育会館までお問い合わせください。
- ◆参加希望の社会教育会館の申込書にて該当館にご提出ください。

#### 申込受付期間

7月14日(月)～9月8日(月)まで



### 人と人をつなぐ 取り組み

中央区立社会教育会館では  
「地域の交流拠点」として  
さらにご活用いただくために、  
各種広報活動に力を入れてまいります。

#### 地域コミュニティアプリ「PIAZZA」

会館のイベントはもちろん、地域のお役立ち情報をゲットできます。  
利用登録後、「さがす」から「会館名」で検索してください!



#### 「社会教育会館だより」(本紙)を さらにブラッシュアップします

社会教育会館ホームページに随時アーカイブ保存しています。



#### イベントプラットフォーム「Peatix」の導入

イベント案内と申込が一体となったサービス。  
講座やイベントの参加申込がよりスムーズに!



### 7月20日(日)参議院議員選挙による築地社会教育会館の利用休止について

20日に行われる参議院議員選挙に際して、築地社会教育会館は「開票所」となるため、選挙当日は全館で利用ができなくなります。  
また、その前後につきましても、準備作業と撤収作業のため、一部施設がご利用いただけません。ご利用の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、ご了承いただきますようお願い申し上げます。  
※利用の詳細につきましては、築地社会教育会館までお問い合わせください。

7月～9月の  
臨時休館日

8月18日(月)

築地

築地社会教育会館

〒104-0045 中央区築地 4-15-1  
Tel.03-3542-4801 Fax.03-3542-3696

8月4日(月)

日本橋

日本橋社会教育会館

〒103-0013 中央区日本橋人形町 1-1-17  
Tel.03-3669-2102 Fax.03-3669-2720

8月11日(月・祝)  
9月15日(月・祝)

月島

月島社会教育会館

〒104-0052 中央区月島 4-1-1  
Tel.03-3531-6367 Fax.03-3531-6369

8月4日(月)

はるみ

アートはるみ

〒104-0053 中央区晴海 1-4-1  
Tel.03-3531-9190 Fax.03-3531-9190

No.22  
2025年7月1日発行(季刊)  
発行 中央区立社会教育会館  
指定管理者  
㈱小学館集英社プロダクション  
企画・編集 清水 千里  
道下 雄二  
春名 弥郁  
小山 明恵  
デザイン 印刷 ㈱アド・クリ  
編集室  
〒104-0045 中央区築地4-15-1  
Tel.03-3542-4801 Fax.03-3542-3696  
編集部 担当: 清水



<https://chuo-shakyo.shoppro.co.jp>

