ととなう、千住

千原ジュニアが千住めぐり

（左から）レイザーラモンRG、近藤区長、千原ジュニア、椿鬼奴

「千」「ジュ」の縁で起用された千原ジュニアと近藤やよい区長による北千住エリアのプロモーション発表会「ととなう、千住」が、９月19日に東京電機大学100周年ホールで開催された。

今年千住宿が開宿400年を迎えるのを機に実施する、千住の魅力を伝える特別企画で、ジュニアが北千住を巡り、銭湯やグルメ、アートなど様々な「ととなう」を体験する。この様子は東駅のポスターやジュニア自身の公式動画で発信、紹介され、来春まで展開。

２人は撮影時のエピソードや喫茶店・珈琲物語（千住３）が気に入ったことなどを話し、ゲストのレイザーラモンRG、椿鬼奴が「千住あるある」を披露。ジュニアは最後に「いやあ、おもしろい。（来るのは）１、２回じゃ済まんなあ。お会いしたい時は一杯のみましょう」と締めくくった。

※「ととなう、千住」の詳細は「ワケあり区、足立区」で検索を。

硬筆で大賞

加藤瑞晟さん

西伊興小５年・加藤瑞晟さん

幸流硬筆ペン習字教室 このほど、「第88回全日の加藤瑞晟さん（11）が 本ペン書道展（硬筆児童・生徒の部）で、見事に大賞を受賞した。

大賞、準大賞、特別賞等の賞の受賞者は、幼児から中学３年生まで各学年ごとに選出され、その年ごとに人数が変わるが、今年参加した小学５年生585人のうち大賞に選ばれたのはわずか４人。お題は「好きな詩を本から選んで自分のノートに書いてみました」で、瑞晟さんは「選」の字が難しかったという。

年中から硬筆を習い始め、ほかに水泳やヒップホップダンスにも取り組んでいる瑞晟さん。柔らかで優しそうな印象だが、お題や名前を書いた文字はしっかりしていて力強い。緊張もあり恥ずかしそうにしながらも「（大賞で）嬉しかった。もっといい賞をとりたい」と話してくれた。

春季学童はカバラホークス

優勝したカバラホークス

準優勝のレッドファイヤーズ

春季学童大会の決勝が９月14日、しょうぶ沼公園で行われ、カバラホークスが優勝した。

帝科大柔道部が流し踊りに

沿道には多くの見物人が

９月13日、千住の本祭りに合わせて、６年ぶりに大正通りで流し踊りが行われた。沿道には多くの見物人が詰めかけ、華やかな踊りを堪能した。

この流し踊りには、帝京科学大学の柔道部やTEIKA柔道クラブの子どもたちも初参加。揃いの黒Tシャツを着て楽しそうに踊っていた。

ショコラトリーリス開店！

入ってみたくなる洒落た外観

９月13日、竹ノ塚駅西口から５分ほど、赤山街道沿いに「ショコラトリーリス」がオープンした。フランスで修行を積んだパティシエ、北西大輔さんの人気パティスリー「ラヴィアンレーヴ（梅島３）のセカンドブランドで、店名の「リス（Ｔｙｓ）」はフランス語で「百合」。純粋、純白を意味し、フランス王家の紋章でもある。店には評判の各種ケーキ、焼き菓子に、約10種ほど揃える生チョコラ（一粒380円～）が並び、仕掛けのあるカフェスペース（営業開始日は後日告知）も。最近めっきり少なくなった町なかの洋菓子店、気分も上がる。営業時間は11時～18時、不定休。

日立亀有工場と「戦車道」

あたち歴史発見伝 99

多田文夫

足立郷土博物館バス停に行くバスはJR亀有駅の北口から発車します。時間が合わず歩いていくと、日立の名前を冠した会社があったり、アパートがあったりして「日立」の文字が目に入ります。そのワケは、かつて、この地に日立製作所の亀有工場があり、工場の城下町だったからです。

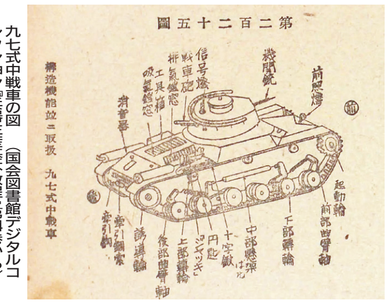
■戦車の工場　現在の足立区中川、かつての大谷田町にあった工場は太平洋戦争中には軍需工場として知られ、戦車や装甲車が製造されていました。昭和三年に戦車工場をつくり陸軍の主力だった九七式中戦車をはじめ装甲車や一式砲戦車などを製造していきました（『日立製作所史』第２巻）。

■「戦車道」　いまの中川公園が工場の跡地となりますが、そこから国道四号線に至る道のことを地元の皆さんは「戦車道」といいました。ルートは中川公園あたりから西に向かい、綾瀬新橋を超えて四家交差点に至り、南に折れて千住新橋で国道と交差する道です。

戦車の重量に耐えられるようコンクリート舗装されていたそうです。

■各地にのこる足跡　もっとも有名な九七式中戦車は、中国大陸からマレーシアまで各地で撮影された写真が伝えられています。まも重両が世界各地で保存されており、東京では靖国神社の展示施設、遊就館で見ることができます。

今年は戦後八〇周年、足立区にも多くの歴史が刻まれていると実感します。



九七式中戦車の図　国会図書館デジタルコレクション『兵器生産基本教程』第14巻から

熱暑の中開催

区民スポーツ大会・水泳

総合スポーツセンタープール（東保木間２）で９月７日、足立区民スポーツ大会の水泳競技大会が実施された。各クラスの１位は以下の通り。２の後は所属名。

【優勝】〈小学生の部〉▽Mレーン＝女子ミニティッチ／ケア（花畑M）▽男子＝田中佑田翔／四中（MYS花畑M）▽SS＝２分20秒72＝（同中学生）▽女子＝足立十四中A／四中（２分12秒24）▽男子＝足立十四中A／四中（２分01秒60）▽BIG＝（一般）▽女子＝花田（２分28秒11）▽男子＝東京マリン（１分59秒27）〈銀色の部〉▽ファミリーレー＝母子＝原ちゃんズ（NEX、59秒66）▽父子＝安田チーム／花畑（58秒63）〈一般の部〉▽24歳以下レー＝CS＝マンズ／CS（３分06秒98）▽男子＝ビッグ・エスポ竹の塚／BIG（２分24秒12）〈（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分11秒59）▽男子＝（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分01秒36）〈（同）成人〉▽女子＝東京マリン／マリン（２分42秒46）〈小学生50以下〉▽女子＝渡辺結（60）〈（同）般D〉▽女子＝片月アクア（２分64秒46）▽男子＝成島咬實（３分36秒）〈（同）中学生〉▽女子＝川原雷那／中（31秒01）▽男子＝三島猛道／十四中（28秒85）▽女子＝中本紅葉／マリン（29秒75）▽男子＝三吉真輝／新田（27秒76）〈（同）一般E〉▽女子＝黒松葉子／中和興（２分01秒24）▽男子＝田中和興／２分01秒24）▽女子＝羽矢敏子／BIG（４秒73）▽男子＝堀口純也／コナミ（３秒50）〈（同）一般C〉▽男子＝柴田大（29秒35）〈（同）般B〉▽女子＝相場夏生／ASI（33秒65）〈会新記録〉▽男子＝鈴木桜咲／２01（28秒44）〈（同）般A〉▽女子＝鈴木桜咲／NEX（33秒80）▽男子＝水男／NEX（59秒66）▽父子＝宮田チーム／花畑（58秒63）〈一般の部〉24歳以下〉▽女子＝CS＝マンズ／CS（３分06秒98）▽男子＝ビッグ・エスポ竹の塚／BIG（２分24秒12）〈（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分11秒59）▽男子＝（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分01秒36）〈（同）般D〉▽女子＝片桐（43秒）▽男子＝田中佑田翔／四中（37秒68）▽女子＝内田美輝／十四中（41秒）▽男子＝田中佑田翔／四中（32秒08）〈（同）般E〉▽女子＝御子柴光寧／新田（41秒）▽男子＝上杉裕子／CS（54秒33）▽男子＝上田一郎／コナミ（43秒）▽女子＝片桐愛／十四中（34秒32）▽男子＝平田美／マリン（44秒46）▽男子＝鈴木誠／２01（41秒）▽女子＝羽田安吾／マリン（32秒）▽男子＝小山悠来／C（30秒16）▽女子＝新田（26秒）▽男子＝三吉真輝／新田（26秒）▽男子＝堀口純也／コナミ（35秒50）〈（同）般C〉▽女子＝岩崎利江／マリン（43秒32）▽男子＝田中利典／２01（31秒47大新記録）▽男子＝桝谷優子／ル（40秒92）▽男子＝佐吉健郎／ASI（28秒91）〈（同）一般C〉▽女子＝吉沢佐枝／マリン（35秒29）▽男子＝大橋一進／30秒66）〈（同）般B〉▽女子＝原まとか／NEX（30秒89）▽男子＝谷澤翔／２01（26秒61）〈（同）般A〉▽女子＝鈴木桜咲／NEX（30秒51）▽男子＝吉松魔／輔（千住（26秒92）▽女子＝清園梨50（背泳ぎ）▽女子＝清園梨／BIG（１分59秒）▽男子＝吉松魔／央／マリン（36秒52）▽男子＝吉沢佐枝／マリン（34秒13）〈（同）中学生〉▽女子＝工藤心／CS（３分06秒98）▽男子＝ビッグ・エスポ竹の塚／BIG（２分24秒12）〈（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分11秒59）▽男子＝（同）成人〉▽女子＝ビッグ・エス竹の塚／BIG（２分01秒36）〈（同）般D〉▽女子＝片桐（43秒）▽男子＝田中佑田翔／四中（37秒68）▽女子＝内田美輝／十四中（41秒）▽男子＝田中佑田翔／四中（32秒08）〈（同）般E〉▽女子＝御子柴光寧／新田（41秒）▽男子＝上杉裕子／CS（54秒33）▽男子＝上田一郎／コナミ（43秒）▽女子＝片桐愛／十四中（34秒32）▽男子＝共、毛長川＝毛長川の妖精▽男子＝鈴木誠／２01（41秒）▽女子＝飯島愛華／新田（46秒18）▽男子＝堀切＝堀切SSC、綾瀬＝綾瀬水泳運場、千住＝千寿温水プール、C＝C＝竹の塚、ゴール＝ゴールデンスイマーズ、UK＝UK２SST

乳がんケア（２）

地中海食と低GI値食

性の部位別が癌患者数第一位で、毎年約十万人が新たに発症しているそうです。

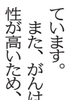
乳がん罹患率は増える傾向にあります。一方で、漢方薬や食事の工夫で発症率・再発率・転移率を減らせるという報告もされています。

スペインで心血管リスクの高い700人を対象に行われた試験で、通常の低脂肪食に比べて地中海食＋オリーブオイルやナッツ食を多く摂ったお地中海食は心血管リスクが30％低下した。更に乳がん、前立腺がん、大腸がんにおいて再発抑制が期待でき、がんに選んでみると良いでしょう。

また、がんは糖依存性が高いため、血糖値の上昇が緩やかな低GI値食、低GL値食がが発症・進行・転移予防に良いと言われています。

地中海食と低GI値食の組み合わせでは、野菜や果物、魚介類、豆類、ナッツ類、オリーブオイル、パンやパスタは全粒粉のもの、白米より雑穀米、うどんより蕎麦という食材を優先的に選んでみると良いでしょう。

阿部 佐知子の 続 漢方豆知識（国際中医師）



<＿133話>

足立区千住1－29－2

☎3881・2273

Twitter

◆飯島仁生堂薬局本店

http://www.jinseido.jp

炎天寺はいく想像力クイズ㊷

○○○○○の空を見上げて星さがす

昭和38年、東京都淵江小学校6年八千代さんが作った俳句。地名できましたか。○○○○に作者はどんな言葉を使ったでしょう。

①とうきょう　②ほっかいどう

正解は、11月7日号の本紙に掲載します。お楽しみに。

▽９月５日号の答えは「（1）ぜんぜんよ」でした。

桃月庵白酒 独演会

★千住落語会vol.29『桃月庵白酒 独演会』シアター1010の冬を彩るのは千住落語会で引取開始10月５日(日)～お馴染みの桃月庵白酒！心地良い語りで福を呼び込みます。ぜひご堪能ください！

【日時】2026年1月25日（日）14時開演

【料金】全席指定3800円／足立区民割引（在住・在勤・在学）3610円

※開場は開演の30分前。

※未就学児入場不可。※フレンズ会員割引あり。

【発売日】10月3日(金)10時～※窓口販売・予約

シアター1010 北千住駅西口マルイ11階

公演情報

シアター1010 ☎03-5244-1011 チケットセンター (10:00～18:00)

2025.10.3

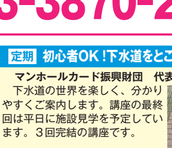
予告 次号は11月7日(金)発行

○新規広告募集中！☎5647・4343

◆日々の情報は X(旧Twitter)

よみうりカルチャー北千住

ルミネ9階


アイガー山頂に登った田部井淳子さん（左）と北村さん（1995年）

◆開設40周年記念講演会「エベレスト女性初登頂から50年～田部井淳子さんたちの軌跡～」。今から50年前の昭和50年５月16日、一児の母だった田部井淳子さんが女性として世界で初めてエベレストに登頂しました。日本女子登山隊のメンバーとして田部井さんの登頂を支えた元読売新聞記者の北村節子さんをお迎えして、若き日のエベレスト登頂から晩年の闘病生活にいたる田部井さんとの交友関係を振り返り、日本人女性の登山史をお話いただきます。10月31日には田部井さんの実話をもとにした映画「てっぺんの向こうにあなたがいる」が公開されます。女優の天海祐希さんが演じる北村さんの役は重要な役どころとなって登場しています。本講演会を聞いて映画のストーリーをより深く味わってみて下さい。日時10月18日(土)午後２時～３時半。会場：シアター1010ギャラリーA。受講料2200円。要事前予約。お問い合わせ・申し込みは、よみうりカルチャー北千住（03-3870-2061）へ。

北千住駅ビル「ルミネ」9階　読売・日本テレビ文化センター

2025年10月期受講者募集中

よみうりカルチャー北千住

下記以外にも約750講座を募集中！（予約が必要です）

HPはこちらから

お問い合わせ・申し込み ☎03-3870-2061

公開　膝のお悩みを解決しよう！医師から学ぶ正しい膝の知識
苑田会人工関節センター病院 膝関節専門医 林 孝典
膝関節専門医である林孝典医師が膝の痛みや原因について解説いたします。また、民間療法からCMで宣伝されている治療、さらに私たちが最も得意とする人工膝関節置換術についてお話しします。
★10/18（土）11:00～12:30（開場10:30～）
☆受講料1,100円 維持費220円
会場：シアター1010 ギャラリーA

公開　身長は伸びる！子どもはもちろん！大人になっても
アスリートゴリラ鍼灸接骨院院長 高林 孝光
フジテレビ系列「ホンマでっか!?TV」に出演の運動機能評論家が「身長を伸ばす!」コツを伝授。
★10/29（水）15:30～16:30
☆受講料2,750円 維持費220円

公開　知らなきゃ損！AIで変わる私の暮らしとお小遣い
AIコンサルタント 後藤 祐一
スマホやパソコンを使って、家にいながらカンタンな副業の始め方をやさしくお伝えします。AI（人口知能）を使うことで、初めての方でもムリなくスタートできます。
★11/2（日）15:00～16:00
☆受講料3,300円 維持費220円

定期　はじめての鉛筆画
鉛筆画家 よこた しょうこ
鉛筆や消しゴムなどの身近な画材で本格的な作品が描けるようになります。上手に描けるコツを指導します。
★第２火曜11:30～13:00
☆６か月6回 受講料21,450円 維持費2,310円
初日・事前体験 10/14

定期　季節を楽しむ山散歩
登山ガイド、ライター 西野 淑子
関東一円のハイキングコースの中から、歩行時間２～２.５時間の標高の低い山や丘陵を、景色を楽しみながらゆっくり歩きます。
★金曜10:00～12:30
☆６か月3回 受講料11,880円 維持費660円 保険料300円
初日11/28
©東京新聞

定期　初心者OK！下水道をとことん楽しもう
マンホールカード振興財団 代表理事 那須 基
下水道の世界を楽しく、分かりやすくご案内します。講座の最終回は平日に施設見学を予定しています。３回完結の講座です。
★第４日曜10:30～12:00
☆３か月3回 受講料9,900円 維持費1,155円
初日10/26

定期　タングドラムを奏でよう
パーカッショニスト 松本 ちはや
タングドラムとは、丸く加工した金属（スチール）に切り込みを入れた美しい音色を奏でる打楽器です。
★第１・３金曜10:15～11:15
☆３か月4回 受講料13,200円 維持費1,540円
初日10/17

俳壇

選者 吟 青山 丈　早川賀世子　坂田 和枝　中島とし子　田地野貞子　松本 政女　木村 徳夫　中津野洋一　大羽ミツ江　鈴木 一由　榎本 妙子　太田 君江　木幡 忠文　松永 京子　小林 愛浴　鵜澤吉出雄

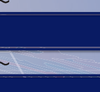
【評】八月十五日の月見の飾り物になくてはならぬ物の一つに、きぬかつぎがある。里芋の子を皮をむかないでゆでたもの。五六個を塩をつけて食べる。この六個が実に上手だ。透ける程引出し踊る四果かな　夕映のときめきにあり鰯雲　つややかに新米まうまし昨日今日　ベトナムの娘も秋の祭りかな　名水で作る濃厚新豆腐　風の吹くとくとくにくづれ雲の峰　栗飯や母と歩いた栗の山　敬老日の淋しき心すこしあり　乱れ咲く咲く竹桃や被爆の地　秋めけり紅茶ポットを温める　鹿の子の膝柔らかく土に伏す　虫のやうに渡ってみたる芒野かな　三日月に付かず離れず星一つ　谷在家の十月桜咲きにけり

前龍の一番上の秋茄子

【応募要項】はがきに当季雑詠２句、氏名、住所、年齢、☎を明記し、〒121－0831足立区舎人２－２－26 足立よみうり俳壇係へ。一人一通、締切は10月20日(月)到着分。初心者歓迎。

【応募】はがきに、〒住所・氏名・電話番号、秋の楽しみについて明記して、〒121－0831足立区舎人２－２－26足立よみうり新聞「プレゼント」係。10月14日(火)到着分まで。

申込みは電話、HP、メール申込みのいずれか。申込・問合☎080－5426－7238（10～17時、藤井）、HP＝https://yacchia.localinfo.jp/　✉teamyacchia@gmail.com



住宿400年にあやかって千住宿の晴にあやかっていただいてやないか

入場券を３人に

記念すべき千住落語会の第10回は、１万人第所として賑わう江戸時代の千住宿にタイムスリップしてみるのはいかがでしょうか。主人と旅人たちのやりとりや千住宿の魅力が楽しめる。出演＝春風亭柏枝、桂しうち治。▽10月26日(日)14時30分開演（14時開場）、旭町自治会センター（千住旭町29－５）。定員40人（未就学児は入場不可）。金席＝高校生以上2500円、小・中学生1000円（いずれも税込、当日受付にて支払い）。

プレゼントコーナー

オックスフォード大学ハート・フォードカレッジ提携校　アフリカ・ラオス・オーストラリア 志グローバルプログラム　Microsoft Showcase School 認定校

志くゆめ＞の実現のための挑戦

志（ゆめ）とは、せのため人のために自分の全てをかけて挑戦する（こころざし）のこと

７つのグローバルプログラムで、アフリカやラオスはじめ世界を経験

ICT教育先進校で将来を見すえたスキルを身につける日々の授業

▸高校説明会　10月11日(土) 14:00～
14:00 説明会、校内見学、個別相談

▸入試相談会　10月11日(土) 14:00～
14:00 入試相談会 15分ごと
【ご用意】通知表（コピー可）・考査（加点）資料（コピー可）・その他相談資料
※志自己推薦と正式手続きには筆記用具もご持参ください。

▸中学説明会　11月1日(土) 14:00～
14:00 説明会
15:00 入試問題説明会、校内見学
※入試問題説明会は各受験型をお選びいただき、ご予約下さい。
説明会・相談会は全てWeb予約が必要です。

高等学校／探究コース・文理コース・総合コース
足立学園中学校・高等学校
JR・東京メトロ・東武・つくばエクスプレス　北千住駅東口　徒歩１分
足立学園ホームページ

やわらかくておいしい足立区の銘菓　元祖東京 長崎バウムクーヘン　お友だちとのティータイムに

①ちょっとした御礼に	中２個入り	¥2,400	⑤化粧箱入りで重宝な	中６個入り	¥3,800
②食感抜群で人気の	特大２個入り	¥3,000	⑥お徳用段ボール箱入り	中８個入り	¥3,800
③プレーンとヨモギの味が楽しめる	特大２個入り	¥3,000	⑦化粧箱入りで御贈答で喜ばれる	大６個入り	¥5,000
④醤油のもろみを使った	百歳樹（２パック）	¥3,800	⑧お徳用段ボール箱入り	大８個入り	¥5,000

※全て、送料(日本全国どこでも)・消費税込みの料金です。※代金をお振込いただいてから、商品の発送となります。
●代金振込み先（口座名 ㈱足立読売）　三菱UFJ銀行 竹の塚支店（普通）1314598　ゆうちょ銀行（記号）10050 （番号）47568231

お申し込み
ネット通販 https://www.ayomi.co.jp/tuhan/
FAX申込み 03-5647-4388 電話申込み 03-5647-4343
▶同一のお届け先に2箱以上ご注文の場合は割引料金になります。　製造元/島田屋製菓有限会社　販売元/足立よみうり新聞事業部
→QRコード