

みんなの 生涯学習

No.112

Enjoy Learning

東京都



スポーツを通じた子供たちの育成

○ スペシャルインタビュー p.2

ため すえ だい

為末 大 さん ～スポーツはコミュニケーション力や考える力を育ててくれる～

○ 関わりから生まれる子供の成長(誌上座談会) p.4

～地域と学校がつながることでスポーツの可能性はもっと広がる～

【連載】もっと使おう！都立図書館「スポーツのことをもっと知りたい」 p.7



為末 大 さん 元・プロ陸上選手

「イメージしながら体で覚える」 スポーツを通じた経験は コミュニケーション力や 考える力を育ててくれる



<プロフィール>1978年広島県生まれ。全日本中学校選手権100m・200mで二冠、ジュニアオリンピックでは当時の日本記録を更新。以降、インターハイ、国体、世界ジュニア選手権などで短距離の新記録をマーク。法政大学時代は日本学生選手権400mハードル3連覇。シドニー、アテネ、北京五輪に出場。世界選手権では2度のメダリストに輝く。2001年エドモントン大会、2005年ヘルシンキ大会3位入賞。トラック競技で日本人初のメダリストとなる。著書に『走りながら考える』（ダイヤモンド社）、『子どもの足を速くする』（扶桑社）など。

為末大さんは、陸上競技400mハードルの日本記録保持者で、3度のオリンピック出場経験をもつ元プロの陸上選手。コーチをつけず、自らの理論に基づいた練習方法を取るなど、独自の道を貫く潔さから「侍ハードラー」「走る哲学者」などと呼ばれてきました。昨年の現役引退後からは、子供たちに向けて、運動はもちろんコミュニケーション力の育成を目的にした、新たな活動を始めています。自らの経験から子供たちに伝えていきたい思いをお聞きました。

あきらめないで立ちあがった経験が 勝利よりも自信につながる

選手時代の経験から感じるのは、本番に強い人ほど「ありのままの自分を受け入れている」ということ。自己肯定感がとても高いのだと思います。一方で、普段から強気に見える選手でも、自分を等身大で受け入れることができていると、いざとなった時にブレ始め、動揺や緊張が隠せなくなるのです。

自分もコンプレックスや悩みが人並みにありましたが、「自分は大丈夫」という自信は持っていたように思います。それはどんな時に生まれてきたかと振り返ってみると、勝負に勝ったことの積み重ねよりも「転んだのに立ちあがった」「逃げなかった」という経験によるものだと気づきました。

勝負には本人の強さに加え、運不運もつきものなのですが、「立ち上がる」ことは本人の意志のみ。自分で切り開いたぞ、という記憶はいざという時にとても強い味方になります。「自分の意志の力」というのは思った以上にすごいパワーなのです。

その疑似体験をしてもらうために、子供たちにハードルを指導する時、あえて高さをまちまちにして、自分で選んだ高さのハードルを跳んでもらっています。目標を自分で設定して、チャレンジする。失敗して転んでも、もう一度、ひるまずに「跳んでみよう」という気持ちを持つことが前進につながると思うからです。高すぎる目標に挑めば、たくさんの努力が必要だということにも気づく。跳べたとしてもそれでゴールではなくて、さらに挑

んで失敗してもまた立ちあがる。そういう体感を日常的にたくさんするなかで、自分を肯定する感覚が磨かれてくるのだと思っています。

海外での経験で感じた 議論や対話の必要性

プロの選手として、海外での試合やカンファレンスに多く参加するようになって驚いたことは、選手と大会スタッフたちとの対話の多さでした。例えば、自分の主張次第で走るコースの良し悪しも決まってしまう。国内では全くなかった経験で、日本人の議論ベタを痛感した瞬間でした。

日本独特の奥ゆかしさや相手を慮る文化というのは、とても素晴らしいものだと思います。ただ、世界の人たちと一緒に何かをしていこうということになると、対話が絶対に必要です。すぐには馴染まないかもしれないけれど、少しずつ日本にも主張する文化を根付かせていくことが必要で、子供たちには物おじせず世界に出ていけるスキルとして身につけておいてほしいと感じました。



とはいえ、いきなり議論を戦わせるのはハードルが高い。まずは「僕はこう思う」「私はこう思う」と自分の意見をオープンにするところから始めてみてはどう



ためすえ

か。それを具現化できる場として始めたのが「為末大学」という活動です。最初は、簡単なルールを決めることで意見を言いやすくしたり、次のステージでは、相手との違いに気づき、それを肯定する、日常的に考えをオープンにしていく…とステップアップしていく。どうすべきかより先に、上手に感情を出していき、感じたことをアウトプットする練習を徐々にしていくといいと思います。自分の気持ちを話すということにはみんな嘘はないと思うので、全て正解。否定はありません。

「国際化」というのは「英語」と思われがちですが、「対話」できることも重要。学びの中にどんどん取り入れてほしいと思います。日常にどんどん取り入れていけたらいいと思います。それは指導の場面においても言えることで、日本では、先生(コーチ)＝「教える人」、生徒(選手)＝「指導を受ける人」という一方的な関係性で長くやってきました。これは技術の習得において成果が出てくる面もあるのですが、一方で限界もある。海外ではコーチと対話していくのが当たり前です。フォームを改善するという場面の中にも、「なぜそのフォームにする必要があるか」ということを理解させていく。双方向で対話する姿勢をもっていけば、問答無用の状況で起きやすい体罰などの問題もなくなってくるのではないのでしょうか。

コミュニケーションを高める力は体感を通して身につけていく

多くの大人が気づいているように、社会に出てみると、自分の頭で考え、自分の意見を言ったりする場面が多くなります。学校では教えてくれなかったなあと思ったりしますよね。コンピューターが人間の頭脳という勝負をする進化を遂げてきていますが、人間の機能というのは、もっと複雑なものです。周りを察して意見をするとか、目標値の設定であるとか、人間の持っている素晴らしいセンスは「体感」の中でこそ高めていけるものだと思うのです。



「超えられるハードルの高さは?」「どこでだれにパスをすればいい?」「どんな声をかけるといいか?」など、スポーツの体験のなかには自ら考え、コミュニケーションを磨く機会があるのです。子供のころの経験は「癖」と

なって成長しても引き継がれます。失敗も含めて、たくさんの体感をこの時期に積んで、それが子供たちの自信につながっていつか願っています。



レポート

「為末大学 食育学部」の授業が開催されました

為末さんと日本製粉株式会社との共同企画『為末大学 食育学部』。杉並区の桃井第一小学校で、体力づくり(成功体験)と話し合い(多様性を認める)、食の大切さを伝える授業が行われました。6年生全員が、自分の設定した高さのハードルを跳ぶ体験をした後、自分が叶えたいと思う夢を発表し、互いの夢を共有する時間をもちました。授業の後は保護者向けの食育の話として、栄養士さんを交えて為末さんのアスリート時代の食生活の話や、学力や体力をサポートする食の大切さについてアドバイスをもらいました。子どもたちが自分で考え、それをアウトプットするということを、体感と座学を通して学べるプログラムでした。



1時間目

【自分へのチャレンジ・体育の時間】



2時間目

【多様性を認める・話し合いの時間】



3時間目

【明日の体を作る・食育の時間】



日本製粉株式会社 主幹
公認スポーツ栄養士こばたてるみさんとの食育アドバイス。

主催：日本製粉株式会社 問合せ：(株)エンパシージャパン 03-6721-1588



関わりから生まれる

子供の成長

学校で、地域で、スポーツを通じた子供たちの育成に取り組む方々から、お話を伺いました。

地域と学校がつながることで スポーツの可能性はもっと広がる

1 子供たちをみて、感じること

土屋●今日は地域と学校の連携による「スポーツ」を通じた子供たちの育成の意義というテーマでお話いただきます。よろしくお願いします。

まず、現場で活動されている皆様は、今の子供たちをどのように捉えていますか？

斉藤●外で遊ぶ子が少ないですね。だから怪我^{けが}をすることも少ないという状況ですね。

もう一つは簡単な動作ができないこと。跳び箱にまっすぐ手をつけなかったり、鉄棒を握るときにサル手(親指と人差し指をくっつけて棒を握る)になってしまったり…。サル手は滑って落ちやすいので、順手もしくは逆手で鉄棒を握ってほしいのですが…。

土屋●先生たちはこういった状況について、どう対処しているのでしょうか？

斉藤●子供たちの運動能力の低下に問題意識を感じて、色々な運動を取り入れている先生方はいらっしゃいます。しかし、体育が専門でないと、そもそもサル手が危ないということが分からないんです。先生方が適切な指導をできなければ、子供たちはサル手のまま続けてしまいますよね。

土屋●高秀さんが担当する小学校での子供たちの様子はいかがですか？

高秀●普段の運動習慣のあるなしで、子供たちの様子は差があるように思います。バランス感覚や反射神経などは特に。私に関わっている学校は、校舎の建て替えて何年か運動場が無かった時期、100mを全力で走りきれなかったり、体育に苦手意識をもったりする子が多くなりました。苦手意識は根気不足にもつながってしまいがち。でも、体力向上の取組や、

芝生の校庭ができてからの運動量の増加で、ずいぶん変化が見えてきました。

土屋●小学校の先生でも、体育が専門ではない先生が技術的な指導を行うことは厳しいですよね。そうすると、同い年の子から刺激を受けるような場面、例えばお手本になってもらうといった工夫が必要かもしれませんね。

斉藤●そうですね。しかし最近は「失敗することは恥ずかしい」という雰囲気が出ています。体育の時間にみんなのお手本になることは、僕らの時代はともうらやましいことだったんですが、今の小学生はお手本になりたがらない。むしろ、「見本にさせられちゃって残念だな!」といった声すら聞こえてきます。

高秀●今の子供たちは、シュートを外したり、パスを失敗したりすると、責められる傾向もあるみたいで(笑)。失敗を恐れて勇気が出ないこともあるようです。

土屋●さらに、失敗を恐れさせているのは親からのプレッシャーでしょうね。私も身に覚えが無いわけではないですが(笑)。ミスを許容することも必要ですよ。

紙本●チームに所属した場合も、勝つための役割を据えられ、役割をこなせなければ怒られますからね。そのため子供たちはストレスをためてしまうということもよくあります。

土屋●教室での勉強とは違い、スポーツが子供のストレスになっているとは考えてもみなかったですね。でも子供の立場になって考えてみると、スポーツ活動が新たなストレスを加えているという可能性は大いに考えられますね。

2 スポーツを楽しむことの効果

土屋●このように様々な問題を抱えている子供たちですが、地域スポーツ関係者はこの現状に対して、ど

座談会メンバー



つちや ゆき
土屋 由紀 さん

烏山スポーツクラブユニオン
(地域スポーツクラブ)

NPO法人世田谷まなびばネットで、学校の授業に地域の人材や外部人材を入れる活動を行う傍ら、一般社団法人東京スポーツリンクでスポーツ関係者のネットワーク作りにも取り組んでいる。



かみもと さとる
紙本 諭 さん

NPO法人はちきたSC
(地域スポーツクラブ)

地域の中でスポーツを通じて、人のつながりを作り、人のつながりでまちをよくすることを目標に活動している。サッカー、バスケ、チアダンスを子供向けに、また大人には健康体操や、多様なサークル活動を行っている。

のような活動をしていますか。

紙本●私たちが行っている地域でのスポーツの活動は、まずスポーツを楽しんでもらうことを考えています。ですから、指導者は技術を教えるというより、失敗を恐れない雰囲気作りにも重点を置いています。実際、そういった雰囲気を作り出すことで、子供たちはどんどんチャレンジして成長するし、楽しんでスポーツに取り組むようになります。

土屋●「スポーツを楽しむ」ですか。とても良い表現ですね。高秀さんの行っているラグビーはいかがですか。

高秀●激しいイメージのスポーツに対しては、苦手意識が高い子供たちがいるので、「楽しく激しすぎない運動」であることや、チームワークを学べるという観点で取り組んでいただいています。ラグビーは、遊び感覚の準備運動、鬼ごっこやゲームを通して、楽しみながら、でも、たくさんの運動ができ体力がつく。さらには運動神経の良し悪しに限らず、活躍できる役割が多いんです。

土屋●楽しみながら体力向上するなんて、とても良いことですね。今の子供たちの体力低下に危機感をもっている人は多いけれど、その解決方法が昔ながらの精神論に行きがちなのが、少し気がかりですね。

高秀●体力向上だけのためにスポ根のようなやり方をしてしまうと、子供たちは体育の時間が嫌いになり、逆効果になってしまうことも。詰め込み型の体育は、詰め込み型の勉強と同じで、たとえできたとしても、楽しくないので長続きしないですね。結果が見えてきて、自主的に練習に取り組んで、それがまた成長につながり楽しくなる。そんな良い循環が体感できると、同時に根気も育っていくのではないのでしょうか。

土屋●こういった「楽しむスポーツ」が徐々に地域で増えてくれば、今よりもっとスポーツに関わる人の裾野が広がると思うのですが、地域スポーツクラブもなかなか運営メンバーが変わらず、閉塞感を感ぜますよね。

紙本●たしかに「勝つんだ!」、「気合だ!!」というクラブは今も少なくはないですね。

しかし、勝利や体力向上も大事ですが、私としては、やはりスポーツを通してコミュニケーション能力であったり、人と接する力であったり、失敗から

立ち直ったりという、普段の生活では体験できないことを体験できるということ、地域スポーツとして担っていきたいと思っています。こういった良さをアピールしているつもりなのですが、なかなかそういう魅力は伝わりづらいんですがね。

高秀●まさに、スポーツの良さってその部分にありますよね。スポーツは実際に体を動かしてコミュニケーションを取ることで、体験を通じると、頭だけで考えることとは違う気付きがあり、理解し合える。しかも失敗を度々経験する場所なので、それと同じだけ克服できるチャンスがある。

紙本●そうなんです。それに加え、スポーツを通じて感情の起伏を作ってあげることも大事なんです。最近感情を表に出さない子がとても多い。

高秀●たしかに体を動かすと感情が出てきますからね。友達同士のぶつかり合いも、スポーツをすることで起こりますよね。表面化した問題は、その場ですぐに解決していけることが多いので、とてもいい経験になります。コミュニケーションの取り方など、その後の人生にも応用がきく部分も多いですよ。

紙本●子供たちはスポーツを行うことで、楽しくなるとどんどん気持ちを解放していく。心を解放した状態で、褒めるべきところは褒める、叱るべきところは叱るからこそ、意味があるのだと思います。

土屋●最近親に気をつかう子も多いですからね。子供にとって親は本当に大切な存在で、全て認めてもらいたいからこそ自分の気持ちを抑えるという子も多いのですが、それがストレスになってしまうこともある。だから親には色々な視点を意識して、我が子を見てあげてほしいけれども、どうしても親子の関係は固定化しやすいですからね。

高秀●そういった固定化した関係を良い意味で壊してくれるのが、地域の存在なんだと思います。子供の良さを、地域の方たちが第三者の様々な視点で見せてあげて、いいプレーなどを褒めてあげることで、この子、こんなにできるんだ、頑張れるんだと、親が気付くこともあります。

紙本●そうですね。最近の子供たちは、親や先生以外の大人と関わる機会が減っているので、是非、地域の色々な大人と関わって、褒めてもらって、子供たち自身も自分の色々な良さに気付けるようになると、なお良いですよ。



さいとう たく
斉藤 卓 さん

体育活動コーディネーター

大田区内の小学校で1年生から6年生の体育の授業に入り、担当の先生とともに指導している。今年は中学校の部活動のコーチをしながら、地域と学校とスポーツとをつなげる活動を行っている。



たかひて あきこ
高秀 章子 さん

杉並区 学校・地域コーディネーター

杉並区立高井戸小学校を中心に、教育支援をしている。編集者としてのネットワークを活かしたキャリア教育、ラグビーを活用したチームワーク作りのプログラムなどに取り組む。一般社団法人「まなびの天才畑」代表。



3 地域のもつスポーツ人材を学校へ

土屋 ●こういった地域のもつ様々な視点を、学校の体育の授業に生かすことはできないでしょうか？

斉藤 ●私が体育の授業に入るときには、常に個を見ることを意識しているんですね。得意な子供たちはさらに上手くなるよう、また苦手な子供たちには目標を低く設定して見てあげる。例えば、たとえボールに触れなくても、人のいないスペースに走れば、ナイスプレーと褒める。そうやってどんどん褒めてあげることで、子供たちに自信をつけてもらって、動くことの楽しさを知ってもらいたいと思っています。

高秀 ●外部の指導者が入り、一人一人に指導していただくことで、子供たちは自分を見てくれる存在を意識し、頑張ってみようと思う子が増えますね。しかもアスリートのプレーを間近で見られるのですから、さらにやる気に火がつく。

土屋 ●やる気になった子供たちは成長が早いですからね。しかもどうしてもクラス全体のことを考えなければならない先生方とは異なった視点で、個に焦点を合わせて指導してくれるので、子供たちにとっては貴重な経験だと思います。

高秀 ●また頑張ろうというモチベーションにつながるんです。以前、外部講師の指導が起爆剤になって、夏休みに練習を頑張り、100m走で9秒も速くなった子がいます。こうやって成長した子が出てくると、周りの子供たちも先生も刺激になり、クラス全体に成果が生まれたという実績もあります。

土屋 ●それは、「頑張ればできる！」という言葉だけでは伝えられなかった実感を、子供たちが体育によって気付いたということですね。同じように先生方も参考になることが多いんですね。

紙本 ●たしかに成功体験はとても重要ですね。今の子供たちが自尊心や自己肯定感が持てない原因は、小さな成功体験を積み重ねていないところにあるのではないかと。というか、大人が子供たちの細かな成功体験を見つけられず、褒めてあげられてないんだと思いますね。

高秀 ●伸びしろのある子供のうちに、成功体験をたくさんしておくことは、彼らのその後の人生の支えにもなるので、積極的にいいところを見つけて褒めてあげようになりたいと思います。

4 スポーツコミュニティづくりを進めていくために

土屋 ●では、今後の地域の役割はどのようなものになるのでしょうか。

斉藤 ●例えば中学生の部活動で取り組んでいるような

規範意識を教える生活指導の側面を地域スポーツクラブが担っていかねばならないのではないかと考えています。

紙本 ●たしかに生活指導という側面を地域スポーツクラブも担わなければいけないと思います。今までの地域クラブの多くは、勝つことを主眼に置いていましたが、最近は生活指導を行うクラブも増えてきているので、今後は部活動と地域クラブの関係も変わってくるのではと感じています。うちも中学校と地域クラブが連携をとって、一人の生徒を様々な立場から見ることを意識しているの、学校の先生方と良い信頼関係を築くことができている。

土屋 ●やはり一人の子を複数の目で見るということが大切ですね。そのためにも若い方たちが地域スポーツに安心して関われる仕組みを作る必要がありますね。兄弟姉妹の少ない今の子供たちにとって、若いお兄さんお姉さんに接するのは貴重ですから。

紙本 ●子供たちに教えることは、若者にとってもいい経験になるんですよ。多世代と一緒に活動するプログラムでは、はじめ全く面倒を見ることができなかった中学生が、我慢を覚えながら、上手に小学生や幼児と一緒に遊んであげられるようになるなど劇的に成長しています。

また、小学校の放課後に校庭で実施しているスクールは、スタッフが小学校講師として働いているので、子供たちはコーチを知っている安心感、私たちは校庭の使用というWin-Winの関係が成立しています。こういった地元ならではのいい関係が広がればいいなと思っています。

斉藤 ●スポーツ選手の引退後のセカンドキャリアと結びつくシステムができれば、人材の有効活用の仕組みとしても、さらに工夫の余地がありそうですね。

土屋 ●そういった工夫を地域が包括的に連携して行えばいいですね。地域では若手もどんどん育てているので、世代交代を図りつつ、みんなで知恵を出し合えば良いものが生まれるはずですよ。東京では地域スポーツクラブとともに、学校を中心とした地域の支援組織も各所で作られています。子供たちの成長のために、スポーツを中心として様々なことを地域で連携して行えるシステムをさらに発展させていく必要がありますね。それでは本日は皆様どうもありがとうございました。



スポーツのことをもっと知りたい！

都立図書館は調べ物をお手伝いするための図書館です。中央図書館(港区)には185万冊の多彩な資料があり、多摩図書館(立川市)には16,000タイトルの雑誌があります。

他ではなかなか見ることのできないスポーツに関する資料をご紹介します。スポーツをするのが好きな方も、スポーツ観戦が好きな方も是非ご覧ください！



都立図書館の豊富な蔵書をご紹介します

最近、多くの資料が出版されている「サッカー」についてご紹介しましょう。実は、都立図書館には、タイトルに「サッカー」とあるスポーツ関係の資料だけで680冊の多様な資料を所蔵しています。

サッカーをする！

競技者向けの『いちばんうまくなるジュニアサッカー 8人制で役立つ基本をマスターしよう!』などや、指導者向けの『コーチのためのジュニアサッカー指導法と練習メニュー』、『サッカー選手の栄養と食事』なども所蔵しています。

また、『子どものスポーツ障害とリハビリテーション』などのケガ予防、リハビリ、トレーニングに関する資料も充実しています。

サッカーを知る・楽しむ！

ドキュメンタリーや選手の伝記、ビッグイベントの公式写真集はもちろん、『クラブづくりの4つのドア「総合型地域スポーツクラブ」育成マニュアル』や、市販されていない『クラブサッカーの始祖鳥 読売クラブ〜ヴェルディの40年』なども所蔵しています。

また、『高校サッカー年鑑 公式記録』など毎年発行される資料も揃っています。



皆様の調べ物をお手伝いします—レファレンス

相談カウンター^{レファレンス}の司書に気軽にお尋ねください。資料のご案内や、調べ方のアドバイスをします。

たとえば「今年国民栄誉賞を受賞した長嶋茂雄氏について調べたい」との質問には…



中央図書館にはこんな図書があります

- 『永遠のミスター—長嶋茂雄の世界』(報知新聞社 2012.6)
大学時代からプロ野球の現役、監督時代までをまとめた写真集です。
- 『野球は人生そのものだ』(長嶋茂雄著 日本経済新聞出版社 2009.11)
日本経済新聞の連載「私の履歴書」に大幅に加筆したものです。
- 『ネバーギブアップ』(長嶋茂雄著 集英社 1981)
このような古い資料もあります。

都立多摩図書館「東京マガジンバンク」創刊号コレクションからのご紹介

詳しくはホームページ「動画で見る都立図書館」で御覧ください。

多摩図書館にはこんな雑誌があります

『別冊週刊ベースボール』(1巻2号(1974冬季)長嶋茂雄その栄光の軌跡)のように、古い雑誌もたくさん所蔵しており、書庫にあるバックナンバーを一度にまとめてご覧になれます。



都立図書館ホームページ <http://www.library.metro.tokyo.jp/>

都立図書館

検索

公益財団法人東京都スポーツ文化事業団 東京都埋蔵文化財センター 行事

平成25年8月24日～10月19日

■ 古代の布作り教室②

編衣(あんぎん)という古代の布作りの方法で、麻紐を使ってコースター程度の布を作ります。

日 時：8月24日(土) 9:30～11:30

募集人員：一般30名

参加費：無料

申込み：往復はがきで8月12日(月)必着

■ 縄文土器作り教室④

本物の土器を見本に、2日かけて縄文土器を作り、3週間後に野焼きを行います。

日 時：製 作—9月7・8日(土・日) 9:30～16:00

野焼き—9月28日(土) 9:30～13:30

募集人員：3日間参加できる一般30名

申込み：往復はがきで8月26日(月)必着

■ トンボ玉作り教室②

ガラス棒をバーナーで溶かして、オリジナルのトンボ玉を作ります。

日 時：9月14日(土) 10:00～16:00(5回)

募集人員：30名(各回6名)

参加費：無料

申込み：往復はがきで9月2日(月)必着

■ 遺構を実測してみよう

実際の測量道具を用いて、遺跡庭園の竪穴住居の図面を作成します。

日 時：10月5日(土) 9:30～16:00

募集人員：30名

参加費：無料

申込み：往復はがきで9月20日(金)必着

■ 縄文の村 自然観察会②

縄文庭園内の植物など、自然の様子を観察します。

日 時：10月19日(土) 10:00～11:30

募集人員：20名

参加費：無料

申込み：往復はがきで10月4日(金)必着

■ 問合せ先

東京都埋蔵文化財センター 広報企画係

〒206-0033 東京都多摩市落合1-14-2

電 話：042-373-5296

ホームページ：<http://www.tef.or.jp/maibun/>

都立中央図書館

■ 企画展示「江戸から伊勢へ ～絵図でたどる東海道と伊勢路」

江戸時代の測量地図『東海道分間延絵図』や歌川広重の『東海道五十三次』など当館の所蔵資料で江戸から伊勢への街道をたどります。道中の風景や生き生きとした旅人の様子などをお楽しみください。

錦絵『双筆五十三次 日本橋』や『旅行用心集』などの貴重な資料も公開します。

ご来場者には2週間ごとに異なる図柄の4種類のしおりをプレゼントします。

展示期間：8月18日(日)まで(休館日 8月1日(木)・16日(金))

展示時間：10:00～17:30

会 場：都立中央図書館 4階企画展示室(入場無料)



■ 東京都公文書館・東京都立中央図書館共催企画展示 「東京都の軌跡 一都制施行70周年」

昭和18年の都制施行から今日に至るまでの東京都のあゆみを、東京都公文書館と東京都立中央図書館が所蔵する公文書、地図等の貴重な資料で御紹介します。

展示期間：8月29日(木)～10月14日(月・祝)

(休館日 9月5日(木)・20日(金)、10月3日(木))

展示時間：10:00～17:30

会 場：都立中央図書館 4階企画展示室(入場無料)

■ 問合せ先

都立中央図書館

〒106-8575 東京都港区南麻布5-7-13

電 話：03-3442-8451(代表)

ホームページ：<http://www.library.metro.tokyo.jp/>

アクセス：東京メトロ日比谷線広尾駅、徒歩8分

都立多摩図書館

■ 企画展「これならできる！自由研究 —111枚のアイデアカードから選ぼう—」

身近な材料で自由研究ができる111枚のアイデアカードと本を展示します。「台所で宝石を作る」「どんな草も紙になる！」「夏をすずしく節電隊」など、理科、社会、国語、英語、せいかつ・家庭、図工の自由研究のヒントがいっぱい！好きなアイデアカードを1人5枚までプレゼントします。小学生の皆さんの来館をお待ちしています

展示期間：9月4日(水)まで(休館日 8月1日(木)・8月18日(日))

展示時間：9:30～19:00 ※土日祝日は～17:00

会 場：都立多摩図書館 企画展示エリア (入場無料)



展示時間：9:30～19:00 ※土日祝日は～17:00

会 場：都立多摩図書館 企画展示エリア (入場無料)

■ 問合せ先

都立多摩図書館

〒190-8543 東京都立川市錦町6-3-1

電 話：042-524-6428(ダイヤルイン)

ホームページ：<http://www.library.metro.tokyo.jp/>

アクセス：JR南武線「西国立駅」下車、徒歩10分