

あいパル

PALDISE

2024 11
Vol.112

【パルダイス】
上戸田地域交流センター
戸田市立図書館上戸田分館



【特集】

「女性に対する暴力をなくす運動」期間 / Toda ママフェスタ /
ビジネスをもっと身近に！想いをつなげるチャレンジプロジェクト /
大人の寺子屋「はじめよう！楽しい音楽」開催しました /
絵本カフェ / クリスマスおはなし会 / 竹細工体験

講座・イベント案内 / 勝手に認定！みんなの戸田遺産 /
手始めの3冊 / ハツとして！GOODカード

11月12日～25日は 「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

あいパルでは、毎年パネル展やイベントを通じて、男女共同参画社会の推進活動を行っています。
11月12日～25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間。
身体的・精神的なものに関わらず、あらゆる暴力は人権侵害であり、決して許されるものではありません。



パープルリボンには、
女性に対するあらゆる暴力をなくしていこうとのメッセージが込められています。



あいパル パープル・ライトアップ

11月12日～25日 9:00～21:30

あいパル 1F 男女共同参画情報コーナー

パープル・ライトアップには、
女性に対するあらゆる暴力の根絶を
広く呼びかけるとともに、被害者に対して
「ひとりで悩まず、まずは相談をしてください。」
というメッセージが込められています。

戸田市配偶者暴力相談支援センター

戸田市では、令和4年度から
配偶者暴力相談支援センターを開設しています。
一人で悩まず、まずはご相談ください。

【DV相談専用ダイヤル】

048-299-5886

月曜～金曜(祝日、年末年始除く)
8:30～17:15 ※面接は要予約



戸田市男女共同参画キャラクター
ビリーちゃん・リブちゃん

当日受付

ストップDV!コバトンをつくろう

11月23日(土・祝)、24日(日) 11:00～12:00

DVがなくなるよう願いを込めて、
紫色の埼玉県のマスコットキャラクター
「コバトン」をつくりましょう!



あいパル男女共同参画相談

夫婦・家族・友達・性のことなど、
誰にも言えない...と思ったら。

ご予約はこちら▶



電話またはQRコードよりご予約後、
あいパルまでご来館ください。

電話受付時間:10時～17時(休館日を除く)
あいパル ☎ 048-229-3133



Todaママフェスタ

12/1(日) 10:00～16:00

1階多目的室・広場

Toda ママフェスタは今年で10周年をむかえます
ママをはじめとしてパパや子どもたち、
地域の方も楽しめるイベントです
ぜひ遊びに来てください!

出店数 30店
ワークショップ
ハンドメイド品の販売
ステージ発表
占い
飲食など



▲昨年度開催の様子

同時開催 チャレンジカフェ

2階 キッチンスタジオ

自分のお店を持つことを目標に、
3人が心を込めてお作りします。
※材料なくなり次第終了

スイーツ
¥400～



さつまいもの
ムース



笑菓
(えみか)

オーナー：渡辺さん

フード
¥400～



ルーロー
ハン



HINOWA
～日輪～

オーナー：久保田さん

ドリンク
¥300～



ホット
コーヒー



Matricaria
～マトリカリア～

オーナー：中村さん

ビジネスをもっと身近に! 想いをつなげる チャレンジプロジェクト ～輝く女性に会いに行きませんか～

2024年11月20日(木)～11月23日(土)

上戸田地域交流センター
あいパル 1階市民ギャラリー、多目的室4
(戸田市上戸田2-21-1)

*諸経費を差し引いた全額を能登地域に寄付します

～能登半島応援ショップ～

石川県・能登地方羽咋市(はくいし)の保育園の子ども達が育てたお野菜や、SDGsの観点から作られている竹炭・竹チップ等の農産物と、戸田在住のハンドメイド作家が心を込めて作った作品をお届けします。



ネイチャーギフト

左:平林 幸子さん(代表者)
右:仲野 彩海さん

- さつまいも(1本) 275円(税込)
 - 大根(1本) 220円(税込)
 - 発酵竹チップ(2L) 500円(税込)
 - ポーラス竹炭(2L) 700円(税込)
 - ハンドメイド水筒入れ 2,000円(税込)
- *収穫量により価格が若干変わる可能性あり
*予約不要
*なくなり次第終了

戸田市女性チャレンジショップ事業

起業を目指す女性が販売等の出店を行います!
ぜひお気軽にお越しください。



～特殊な専用ボールを使って筋膜リリース～

当講座では、特殊な専用ボールを利用して、短時間で筋肉の緊張を取り除き、リラックスを促しながら、自律神経のバランスも整えます。高齢者の方にも安心して受講いただけます。ぜひ一緒にコロコロして身体を整え、リラックスしていきませんか!?

三塚 由子さん

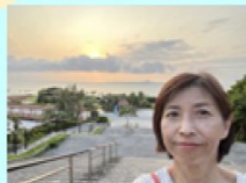
- ・筋膜リリースインストラクター
 - ・アスリートアロマセラピー
 - ・パピママインストラクター
 - ・日本体育大学卒業
- *持ち物:動きやすい服装・あればヨガマット
*事前予約(空きがあれば当日参加可)
予約サイト: <https://total-app.jp/s/feoaoumwemk9dm0aq50r>

★詳細・申込はこちらから→



	11/20(水)	11/21(木)	11/22(金)	11/23(土)
能登半島応援ショップ	9:30～16:00	9:30～16:00	9:30～16:00	9:30～16:00
特殊な専用ボールを使って筋膜リリース	*各回定員6名 ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ ④12:00～ ⑤13:00～ ⑥14:00～ ⑦15:00～	*各回定員6名 ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ ④12:00～ ⑤13:00～ ⑥14:00～ ⑦15:00～	*各回定員4名 ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ ④12:00～ ⑤13:00～ ⑥14:00～ ⑦15:00～	*各回定員10名 ①9:00～ ②10:00～ ③11:00～ ④12:00～ ⑤13:00～ ⑥14:00～ ⑦15:00～
海洋プラスチックでワクワク体験 ・アクセサリ販売 ・ワークショップ「アップサイクルでグッズづくり」			10:00～16:00 体験(各回定員2名) ①10:00～ ②11:00～ ③13:00～ ④14:00～ ⑤15:00～	9:30～16:00 体験(各回定員2名) ①10:00～ ②11:00～ ③13:00～ ④14:00～ ⑤15:00～
イメージコンサルティング(顔タイプ診断、骨格診断)				9:00～16:00

～海洋プラスチックでワクワク体験～



高野 恵美さん

こんにちは! @trip_chamaです。沖縄の海の美しさを守りたい。そんな思いからスタートした海洋プラスチックのアップサイクル。アップサイクルしたアクセサリ等の販売や、ワークショップ(制作体験)を開催します。

ワークショップ「アップサイクルでグッズづくり」

- *料金 ●しおり 500円
●キーホルダー 1000円～
- *予約:DMで「①お名前 ②希望日時 ③人数」をお知らせ下さい。
- https://www.instagram.com/trip_chama
- *当日現地での申込みも可(申込順)
- *作業時間:30分位～

★詳細・申込はこちらから↓



～イメージコンサルティング～

自分にぴったりのファッションやヘアスタイルが見つかる! 顔タイプ診断と骨格診断で、あなたの魅力を最大限に引き出すスタイリングアドバイスをお届けします。

- 診断時間:60分/人
- 顔タイプ診断のみ:2,000円
- 骨格診断のみ:2,000円
- 顔タイプ診断+骨格診断:3,000円

★申込はこちらから↓



*要予約:メールで第1希望、第2希望の希望時間をお送りください。
akao-ayano01@outlook.jp

赤尾 綾野さん

「大人の寺子屋 はじめよう! 楽しい音楽」 開催しました

9月29日(日)に、大人のための音楽の学び直しカフェを開催しました。

ドレミや五線譜、楽譜に書かれているものの紹介や、楽器や音楽のジャンルの種類、クラシックとは何か? などたくさんのお話をお聞きしました。さらに、講座の後半ではベートーヴェン「交響曲第5番」を8種類聞き比べ、同じ楽譜でも指揮によって演奏に違いが生まれることを感じるなど、2時間盛りだくさんの内容となりました。



参加者の声

- ・50年ほど前の音楽の授業を思い出し楽しかった。
- ・今まであまり学んでこなかった音楽の知識を学べて楽しかったし、壁のあるクラシックが少し近づき楽しく聞けた。私には始めの一歩だが、また他の曲の解説なども聞きたい。

◀あいパルのコンサートでも活躍されている小池弘之さんによる解説

今後のあいパルコンサート

11月9日・1月18日開催

アフタヌーンコンサート

開場 13:00 開演 13:30
料金 大人 600円
子ども(小学生以下) 400円
1歳未満無料

あいパルコンサート vol.31・vol.32 イブニングコンサート

開場 16:00 開演 16:30
料金 1,200円

アフタヌーンコンサートはお子さま参加できます♪



◀イブニングコンサートは静かに音楽を楽しんでいただけます

※イブニングコンサートは楽曲の解説を含みます。

※大人の前売り券は、当日のみ有効のあいパルカフェ引換券(コーヒーまたはミニソフト)付き。

11月9日(土) 弦楽四重奏

申込受付中

<演奏者>

小池弘之(ヴァイオリン)、小池里枝(ヴァイオリン)、
斉藤和久(ヴィオラ)、谷口宏樹(チェロ)

<予定プログラム(イブニングコンサート)>

W.A. モーツァルト 弦楽四重奏曲 第2番 二長調 K.155
ハイドン 弦楽四重奏曲 第23番 八短調 Hob. III:35 作品20-5
ブラームス 弦楽四重奏曲 第2番 イ短調 作品51-2

1月18日(土) 弦楽五重奏

申込11/5(火)～

<演奏者>

小池弘之(ヴァイオリン)、小池里枝(ヴァイオリン)、
斉藤和久(ヴィオラ)、成瀬かおり(ヴィオラ)、
間瀬利雄(チェロ)

<予定プログラム(イブニングコンサート)>

W.A. モーツァルト 弦楽五重奏曲 八長調 K.515
弦楽五重奏曲 ト短調 K.516



講座案内



赤ちゃんママのためのニコニコたいむ

★12月3日・10日・17日(火)
☆11月5日・12日・19日(火)
10:00~12:00
対象：0歳児(1ヶ月健診終了後)と母親
定員：各10組
講師：小村陽子
料金：各700円(保険料込)
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



パパと一緒にふれあいタイム

★12月8日(日) ☆11月10日(日)
10:00~12:00
対象：0歳児と家族
定員：各8組
講師：小村陽子
料金：各700円(保険料込)
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



親子de歌ってあそぼう!

★12月18日(水) ☆11月20日(水)
◇びびびクラス 10:15~11:00
◆らららクラス 11:00~11:45
対象：◇0歳児と保護者
◆1歳~4歳の子と保護者
※1人で歩ける子
定員：各10組
講師：松居美樹、岩間望実、田近詩子
料金：各800円
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



パパと一緒にリトミックA・B

★12月15日(日)
「クリスマスミニミニコンサート」
☆11月24日(日)
「おもいほり」
A 10:00~10:45 B 11:00~11:45
対象：A 歩ける子~3歳未満と保護者
B 3歳以上~未就学児と保護者
定員：各8組
講師：今井麻子
料金：各800円
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



ヴァイオリンと一緒にリトミックA・B

12月21日(土)
A 10:00~10:40 B 11:10~11:50
対象：A 0歳~2歳未満の子と保護者
B 1歳6ヶ月~未就学児と保護者
定員：各35人
講師：小池里枝(ヴァイオリン)
栗原久恵(ピアノ)
料金：大人300円、子ども200円、1歳未満無料
申込：11/5(火)～



健康情報ステーションフレイル予防講座

(地域包括支援センター共同開催)
12月6日(金)
10:00~11:30(受付開始9:45~)
対象：満18歳以上の市民
定員：20人
内容：フレイル予防講座、血圧測定、握力測定、血管年齢測定、野菜量測定(ベジチェック)
※内容が変更となる場合があります
申込：11/1(金)～ ※事前予約制
福祉保健センター 健康づくり担当
(048-446-6453)



つくって食べよう! お喜楽食堂

★12月19日(木) ☆11月21日(木)
10:00~13:00
対象：おむね60歳以上
定員：各12人
講師：富岡節子
料金：各1,000円(保険料込)
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



メンズキッチン 料理初心者のおための手始めの三品

★12月14日(土) ☆11月23日(土)
13:30~16:30
対象：市民の男性
定員：各16人
講師：石田美枝
料金：各2,510円(保険料込)
申込：★11/5(火)～ ☆受付中



手芸ひろば

★「木目込巾着 干支がざり」
☆「ステンドグラス風のクリスマスオーナメント」
★12月20日(金) ☆11月15日(金)
10:00~12:00
対象：どなたでも
定員：各20人
講師：あいパル手芸ボランティア
料金：各500円
申込：★11/5(火)～ ☆受付中

対象： ■乳幼児 ■小学生・中学生以上 ■その他 ※詳細は各講座をご覧ください



わくわくサイエンスA・B

12月22日(日)
A 13:00~14:30 B 15:00~16:30
対象：A 小学1,2年生と保護者
B 小学3~6年生(小学3年生は保護者同伴)
定員：A 16組、B 16人
講師：松本悠(東京大学 Educational Transformation 部門 特任講師)
料金：各1,030円(保険料込)
申込：11/5(火)～



サイエンスカフェ

11月24日(日)
14:00~16:00
対象：中学生以上
定員：20人
講師：松本悠(東京大学 Educational Transformation 部門 特任講師)
料金：無料
申込：受付中



冬休み書初め教室

12月25日(水)・26日(木)・27日(金)
①10:30~12:00
②13:30~15:00
対象：小学3年生~中学生
定員：各12人
講師：飯塚雅世
料金：各800円
申込：11/5(火)～



双眼鏡・望遠鏡を使って見る 戸田の星空観望会

1月11日(土)
19:00~20:15
対象：高校生以上の市民
※小学4年生~中学生は保護者同伴
定員：25人
講師：戸田天文同好会
料金：100円(保険料込)
申込：11/5(火)～



【市民大学講座】日本語で外国人と話そう ~やさしい日本語講座~

11月30日(土)
10:30~12:30
定員：20人
講師：千原もも子
料金：無料
申込：受付中



ペルビクストレッチA・B

12月4日・11日・18日・25日、
1月8日・15日・22日・29日(水) 全8回
A 10:30~11:45 B 13:30~14:45
対象：女性のみ
定員：各32人
講師：有山美由紀
料金：5,280円(保険料込)
申込：11/6(水)～



夜のリフレッシュ&リラクソヨガ

12月6日・13日・20日、
1月10日・17日・24日・31日(金)
全7回
19:15~20:30
定員：30人
講師：岡本一美
料金：4,410円(保険料込)
申込：11/5(火)～



体幹筋トレ&ソフトエアロ

12月3日・10日・17日・24日、
1月7日・14日・21日(火) 全7回
19:15~20:30
対象：30歳以上の市民
定員：30人
講師：岡本一美
料金：4,410円(保険料込)
申込：11/5(火)～



美姿勢エクササイズ

12月7日・14日・21日(土)
全3回
10:30~11:45
対象：女性のみ
定員：23人
講師：有山美由紀
料金：2,280円(保険料込)
申込：11/6(水)～


申込・問い合わせ 申込方法：窓口・電話 (TEL048-229-3133) 受付時間：9:00~20:00 (各種申込、支払い)

※ご本人様(ご家族様)以外の申込は、受付開始日12:00からとなります。
※市内在住、在勤、在学以外の方は受付開始1週間後から受付をさせていただきます。

あいはるのフリーイベント

「先着順・定員制」のイベントがあります。当日、各部屋にて受付をお願いします。

ラジオ体操



平日 **毎週土**

9:30～
どなたでも
※雨天時は室内で開催
1日のはじめにラジオ体操をして、みんなで健康的な身体を作りましょう！

おもちゃの病院



11月9日、23日(土)
11:00～14:00
どなたでも
壊れたおもちゃをトイ・ドクターが修理してくれます。

新聞ちぎり絵ひろば



第1土

11月2日(土)
「パンダ」「パープルリボン」「ピリーちゃんリブちゃん」
10:00～11:00
定員：24人
料金：20円
申込：当日受付

パルシアターとがみとだおはなし会



日

11月3日(日) 10:30～11:30
どなたでも 定員：各30人
※開演20分前から受付開始
上映作品
11月「うらしまたろう」ほか

第3土 **第2・第4月** **第1・第3土**

オセロひろば

11月11日(月)・16日(土)・25日(月)
10:00～11:00
どなたでも
定員：5組(10人)

こどもと囲碁将棋ひろば

11月2日・16日(土)
13:00～15:00
初心者(囲碁将棋を覚えたい方)
定員：18人

第4日

ボードゲームひろば
ボランティア募集中！
詳しくはお問合せください

11月24日(日)
13:00～16:30
3歳以上
定員：20人
料金：中学生以下100円
高校生以上200円

日 **パルシアター**

12月1日(日)10:00～16:00
どなたでも 定員：30人
※開演20分前から受付開始
上映作品
12月短い作品をたくさん上映
※Toda ママフェスタ同時開催

毎週木

ゆりえセラピーでリラックス

11月7日・14日・21日・28日(木)
10:00～11:00
どなたでも

毎週水

音楽に合わせて脳トレ体操！

11月6日・13日・20日・27日(水)
10:00～10:30
どなたでも

金

赤ちゃんおはなし会

11月1日・8日・15日・29日(金)
10:30～11:00
0～3歳児とその保護者
定員：各10組(20人)

金

みんなでパルるんひろば

11月22日(金)
10:30～11:30
0～3歳児とその保護者
定員：10組(20人)
おはなし会后、保健師への相談と司書への絵本の相談ができます。

あいはるの健康フリーイベント

歌声サロン



11月11日(月)、12月2日(月)
10:30～11:30
どなたでも
発声練習・喉と体をほぐすストレッチを行いみんなで歌います。

モルックひろば



11月4日(月祝)
10:30～11:30
どなたでも
運動神経に関係なく子どもから大人も一緒にできるスポーツ「モルック」。
初めてでも簡単に楽しめます。

看護師つじちゃんのおしゃべりコミュニティルーム



11月8日(金)・19日(火)
10:00～12:00
どなたでも
★竹細工体験あり！★
詳細は9ページへ

こころとからだの健康相談



11月8日(金)・19日(火)・22日(金)
10:00～12:00
どなたでも
自身と家族の健康、子育てのお悩みを保健師の相談員に相談できます。事前予約の他、当日受付も可能です。
Tel048-229-3133
※お一人30分までです。

絵本をテーマにおしゃべり！ 絵本カフェ～絵本のちょっとした話～

絵本をテーマにおしゃべりを楽しむカフェです。今回は一寸法師がテーマです。絵本を片手に、自由におしゃべりを楽しみましょう♪

一寸法師は嘘つき？

ついてもいい嘘ってある？



11月24日(日)
14:00～15:30

事前申込制

対象：中学生以上

定員：15人

会場：キッチンスタジオ

料金：無料

申込：11/5(火)～

※申込・問合せは上戸田分館

窓口またはお電話(Tel048-442-1211)まで

事前申込制

図書館のクリスマス

当日受付

赤ちゃん向け
クリスマスおはなし会

12月13日(金)

① 10:30～11:00

② 11:15～11:45

対象：0～3歳児とその保護者

定員：各10組20人

会場：和室 料金：無料

申込：12/1(日)～

※申込・問合せは上戸田分館窓口またはお電話(Tel048-442-1211)まで

クリスマスおはなし会

12月8日(日)

10:30～11:30

対象：3歳～小学校低学年

定員：10組20人

会場：研修室

料金：無料

申込：当日先着順



竹細工体験 in おしゃべりコミュニティルーム

パーツを組み立てて、オリジナルの竹細工を作ろう！
今回は「うさぎ」「かたつむり」のセットを作ります。



▲ボランティア講師
渡曾さん



11月19日(火)

① 10:00～10:55

② 11:00～11:55

対象：市民(小学生以下は保護者同伴)

定員：各7人

会場：多目的室

料金：各300円

講師：渡曾修

申込：11/1(金)～

※申込・問合せは上戸田地域交流センター

窓口またはお電話(Tel048-229-3133)まで

事前申込制

【No.39】 手始めの3冊 これってハラスメント？



山藤祐子／監修 朝日新聞出版
「ハラスメント言いかえ事典」



宮本剛志／著 誠文堂新光社
「ハラスメントの解剖図鑑」



堀井亜生／著 ゆい／漫画 小学館
「モラハラ夫と食洗機」

「ハラスメント言いかえ事典」
ハラスメントするぞーというつもりでコミュニケーションしている人は少ないはず。つまり、何気ない言葉が相手を傷つけているという場合もあります。

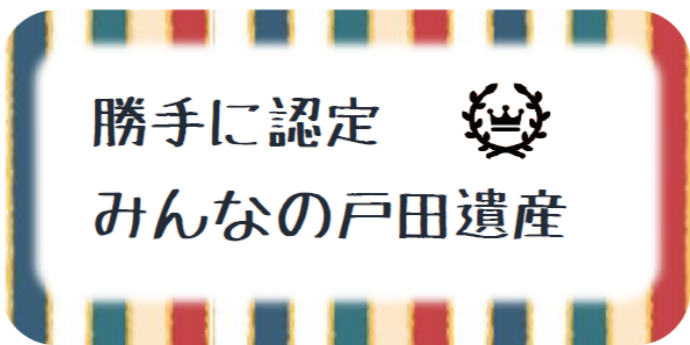
「ハラスメント」の解剖図鑑
部下や同僚から「パワハラだ」と言われなにか心配だという方もいらっしゃるのでは。なんとなく「自分はギリギリ違うよね？」と思っている方は要注意。安心できる人間関係を築くなら、ギリギリセーフではいけません。

「モラハラ夫と食洗機」
「モラハラ」とはモラル(倫理・道徳)ハラスメント。本書では、「相手を追い詰めるほどの精神的暴力」として扱います。司法統計で「精神的に虐待する」は、3番目に多い離婚動機。関係を断つ理由になる深刻なものが、明確な定義はありません。

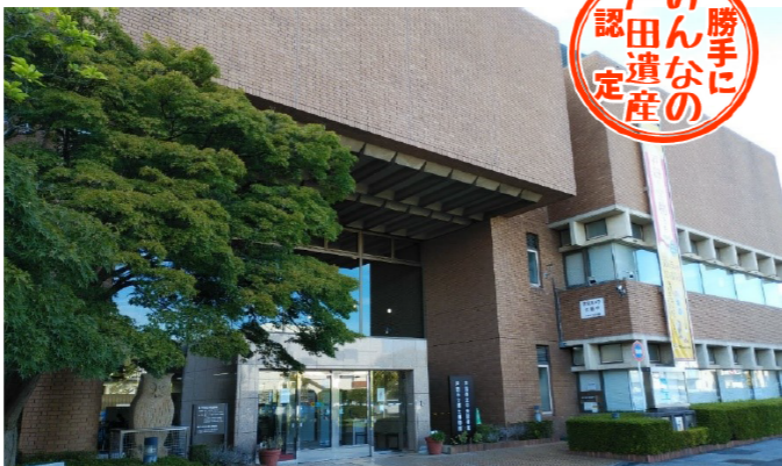
どんな言葉にハラスメントの要素が現れかねないか、具体的な場面とフレーズから考えられるのがこの本です。例えば依頼の際、「細かい作業は女性が上手いし、神経質な〇〇さんお願いします」「神経質」は相手を傷つけるかも。「丁寧」などの良い言葉に言い換えましょう。もう一つ、セクハラ要素があるのは気づきましたか？63ページで答え合わせしてみてください。

職場でもあるハラスメント
「ハラスメント」の解剖図鑑
部外や同僚から「パワハラだ」と言われなにか心配だという方もいらっしゃるのでは。なんとなく「自分はギリギリ違うよね？」と思っている方は要注意。安心できる人間関係を築くなら、ギリギリセーフではいけません。

「モラハラ夫と食洗機」
「モラハラ」とはモラル(倫理・道徳)ハラスメント。本書では、「相手を追い詰めるほどの精神的暴力」として扱います。司法統計で「精神的に虐待する」は、3番目に多い離婚動機。関係を断つ理由になる深刻なものが、明確な定義はありません。



No.089 戸田市立郷土博物館 ～祝！開館40周年～



戸田市立郷土博物館は今年の11月1日に開館40周年を迎えました。そこで今回は郷土博物館についてご紹介しましょう！
郷土博物館は現在の戸田市立中央図書館と同じ建物にありますが、開館は郷土博物館の方が1年あとの昭和59年でした。開館が1年ずれた理由は、展示の準備に時間が必要だったこと、建物に残っている水分を乾燥させて、資料に少しでも影響が出ないようにするためだそうです。

郷土博物館には常設展示室と特別展示室、そして収蔵庫があります。常設展示室では、戸田の歴史・民俗が総合的に学べる展示が行われており、戸田がまだ海の底だった時代から昭和の頃の様子までを知ることができます。開館以来のメインテーマは「荒川の流れと収穫の日々～低湿地のくらし～」戸田の歴史は、荒川を抜きには語れません。常設展示は令和2年4月に一部リニューアルされましたが、テーマは変わることなく引き継がれています。

特別展示室では、様々なテーマで企画展などが開かれます。第1回目の特別展は「4世紀の世界―鍛冶谷・新田口遺跡と方形周溝墓―」というタイトルで、昭和60年に開催されました。これまでの展示は図録で知ることができます。常設展や企画展で展示されているのは、資料のごく一部。それ以外の資料は館内に6つ、館外に1つある収蔵庫で保管されています。化石・昆虫標本、電化製品、おもちゃ、食器、衣類、農機具、漁具、考古資料など多種多様な資料があり、大きさや材料、使用年代などを記録した後、種類ごとに整理して保管されます。第2・第3収蔵庫と通路の間には2枚の扉があり、開閉による温度・湿度の変化や、万が一にも虫が入らないよう工夫されています。

郷土博物館の資料は発掘や採集によつて集めたものもあります。郷土博物館が出来る以前から、戸田の歴史や民俗についてまとめた本『戸田市史』の編纂が進められており、そのための資料が集められていました。当時は新曽小学校の教室を「戸田市郷土資料収蔵庫」とし、集めた資料を保管していました。

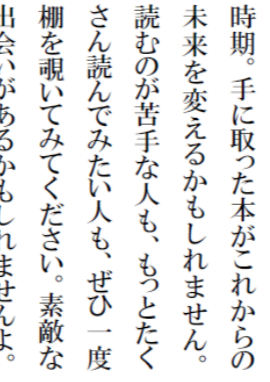
参考にした資料
*『図書館・郷土博物館25年大百科』戸田市立郷土博物館
*『特別展図録 第1回～第5回』戸田市立郷土博物館
*『常設展示図録 リニューアル版』戸田市立郷土博物館
*『広報戸田 昭和58年版』(10月15日号)戸田市役所秘書課/編集 戸田市役所秘書課
*郷土博物館40周年記念「新収蔵品展」ようこそ戸田の宝物たち」の開催について(戸田市ホームページ)
<https://www.city.utsunomiya.jp/soshiki/377/hakubutsu-tenzishop.html>

図書館のココに注目

YAコーナー

「YA」という言葉を聞いたことがありますか？「YA」とは、「Young Adult(ヤングアダルト)」若い大人」という意味です。子どもでも大人でもない10代の中高校生、子どもと大人の狭間の世代を指します。「ティーンズ」という呼び方をしている図書館もあります。

上戸田分館ではYA世代に向けて、「YAコーナー」を設置しています。小説だけでなく調べ学習や勉強に使える本、学校では教わらない生活の雑学からブックガイドまで様々なジャンルを揃えています。



▲YA進路コーナー

中でもオススメするのは「YA進路コーナー」。大学の学部紹介本、多様な職業紹介本、その職業を選んだ先輩たちのインタビュー本などたくさん！将来はまだ決まっていなくても、幅広い職業を網羅したお仕事図鑑があるので、見ているだけでも楽しいです。もちろん大人が読んでもOK、資格や年収にも言及して読んで応えがあります。



▲その職業に就くためのフローチャートが載った「なるにはBOOKS」(ぺりかん社)や、何を学んでどんな職業に就く人が多いか書かれた学部紹介シリーズもオススメ！



ハツとして！GOODカード

「ハツとして！GOODカード」とは本の中に書かれている、カッコいい、心揺さぶる、胸に響く、そんなグッとくる言葉やフレーズを紹介するPOPです。グッとくる言葉やフレーズをいくつも持っていれば、カッコいいと思いませんか？それも名刺サイズだからコレクションにもなります。館内でお配りしていますので、皆さんも集めてみませんか？

【ハツとして！GOODポイント】

音と味の深い関係

ポテトチップスを食べるとき、ポテトチップスが砕けるパリパリという音を変えるだけで、食べたときの印象が変わるそうです。食感が、聞いている音によって変わるなんて考えたこともありませんでした。何かを食べるとき、味覚だけでなく、聴覚や視覚など人間の五感全てがフル稼働していることに改めて気づくとともに、その理由が人間の進化にも関係があることに驚きました。

『おいしさ』の錯覚』チャールズ・スプンス/著 長谷川 圭/訳 KADOKAWA

この本のとあるフレーズに、ハツ！として書きました。

どのような言葉か、気になる方はぜひ館内で手に取ってみてください！

今月の表紙

晴れた日の夕方、学校の屋上で撮影をしました。

赤色に染まった秋らしい空。ファインダーを覗くと、いつもより大きく、綺麗な富士山を見ることができました。

戸田から見える風景ということで街中も一緒に写しました。

撮影者:埼玉県立戸田翔陽高等学校 中島 光風 撮影場所:学校の屋上 撮影日:2024. 10. 1

アクセス

公共交通機関

埼京線「戸田公園駅」東口から徒歩約10分

国際興業バス「上戸田地域交流センター」

西川 62 (西川口駅—北戸田駅)

西川 63 (西川口駅—戸田公園駅)

toco バス

喜沢循環(オレンジ)最寄りの停留所

No.3 「戸田中央総合病院」 徒歩約5分

No.4 「上戸田二丁目」 徒歩約5分

川岸循環(赤)最寄りの停留所

No.3 「戸田中央総合病院」 徒歩約5分

駐車場案内

8:30~21:30 100円/30分

21:30~8:30 100円/60分

第1駐車場 台数 18台 ※最大料金設定なし

第2駐車場(広場) 台数 30台 ※24h最大500円

開館時間

9:00~21:30

※センター窓口受付は20:00まで

あいパル 戸田市

検索

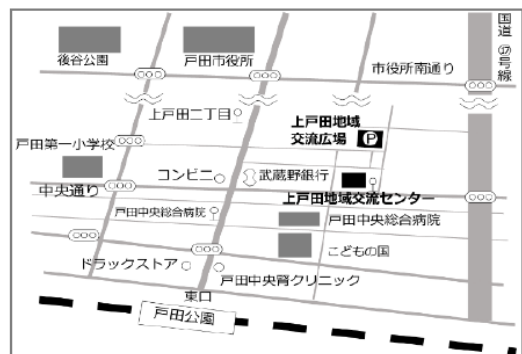
X(旧 Twitter)
Facebook
Instagram
LINE
YouTube



SNS 一覧



HP



上戸田地域交流センター・戸田市立図書館上戸田分館
「PALDISE」11月号(毎月1日発行)

発行/〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田2-21-1

上戸田地域交流センター

Tel. 048-229-3133 FAX 048-229-3996

Mail kamitoda7kouryu@ipal-friendship.net

戸田市立図書館上戸田分館

Tel. 048-442-1211 FAX 048-229-3824

Mail kamitoda7toshokan@ipal-friendship.net

責任/フレンドシップ上戸田共同事業体

センター・図書館休館日 11/18(月)

2024年11月 あいパルフリーイベントカレンダー

※内容によって料金がかかるものもございます。詳しくはお電話・窓口にて 上戸田地域交流センター 048-229-3133、戸田市立図書館上戸田分館 048-442-1211

月 火 水 木 金 土 日

絵本カフェ 11/24(日)14:00～

絵本をテーマにおしゃべりを楽しむカフェです。
今回は「一寸法師と嘘」を取り上げます。
同じタイトルでも実はいろいろなバージョンがある一寸法師。
その違いに注目しながらみんなで考えたことを話します。

事前受付制
10/2(水)～申込・問合せは上戸田分館
窓口またはお電話(048-442-1211)まで



<h2>絵本カフェ 11/24(日)14:00～</h2> <p>絵本をテーマにおしゃべりを楽しむカフェです。 今回は「一寸法師と嘘」を取り上げます。 同じタイトルでも実はいろいろなバージョンがある一寸法師。 その違いに注目しながらみんなで考えたことを話します。</p> <p>事前受付制 10/2(水)～申込・問合せは上戸田分館 窓口またはお電話(048-442-1211)まで</p>				<p>1 9:30～[ラジオ体操] 10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]</p>	<p>2 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [新聞ちぎり絵] 13:00～15:00 [囲碁将棋ひろば]</p>	<p>3 文化の日 11:00～15:00 [とだ環境フェア] 10:30～11:30 [パルシアターと かみとだおはなし会]</p>
<p>4 振替休日 10:30～11:30 [モルックひろば]</p>	<p>5 【講座受付開始日】 9:30～[ラジオ体操]</p>	<p>6 【講座受付開始日】 9:30～[ラジオ体操] 10:00～10:30 [脳トレ体操]</p>	<p>7 【講座受付開始日】 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [ぬりえセラピー]</p>	<p>8 9:30～[ラジオ体操] 10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会] 10:00～12:00 [健康相談& つじちゃんルーム]</p>	<p>9 9:30～[ラジオ体操] 11:00～14:00 [おもちゃの病院]</p>	<p>10</p>
<p>11 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [オセロひろば] 10:30～11:30 [歌声サロン]</p>	<p>12 9:30～[ラジオ体操]</p>	<p>13 9:30～[ラジオ体操] 10:00～10:30 [脳トレ体操]</p>	<p>14 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [ぬりえセラピー]</p>	<p>15 9:30～[ラジオ体操] 10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]</p>	<p>16 【施設予約抽選日】 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [オセロひろば] 13:00～15:00 [囲碁将棋ひろば]</p>	<p>17</p>
<p>18 休館日</p>	<p>19 9:30～[ラジオ体操] 10:00～12:00 [健康相談& つじちゃんルーム ★同時開催竹細工(事前受付制)]</p>	<p>20 9:30～[ラジオ体操] 10:00～10:30 [脳トレ体操]</p>	<p>21 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [ぬりえセラピー]</p>	<p>22 9:30～[ラジオ体操] 10:30～11:30 [みんなで パルるんひろば]</p>	<p>23 勤労感謝の日 9:30～[ラジオ体操] 11:00～14:00 [おもちゃの病院] 11:00～12:00 [コバトンをつくろう] あいパル1F</p>	<p>24 13:00～16:30 [ボードゲームひろば] 14:00～15:30[絵本カフェ]</p>
<p>25 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [オセロひろば]</p>	<p>26 9:30～[ラジオ体操]</p>	<p>27 9:30～[ラジオ体操] 10:00～10:30 [脳トレ体操]</p>	<p>28 9:30～[ラジオ体操] 10:00～11:00 [ぬりえセラピー]</p>	<p>29 9:30～[ラジオ体操] 10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]</p>	<p>30 9:30～[ラジオ体操]</p>	<p>11/23(金)・24(土) 11:00～12:00 コバトンをつくろう ペーパークラブでコバトン を作ることができます</p>

福祉保健センターからのお知らせ

飲酒習慣について考えてみませんか？ ～11月10日から16日はアルコール関連問題啓発週間です～

飲酒は楽しさを感じる一方、飲み過ぎは、高血圧や糖尿病、肝臓・心臓などの病気、がん、アルコール依存症など身体にも心にも悪影響が及びます。
アルコールに関係した問題のすべてをアルコール関連問題と呼んでいます。これは様々な健康問題や社会問題が含まれています。

飲酒習慣が適切か、健康への被害や日常生活への影響が出るほど問題があるのか、
オーディット (AUDIT) で見てみませんか？



あなたの飲酒を見守る「アルコールウォッチ」



※飲んだお酒と量を選ぶと「アルコール量」と「分解時間」のチェックができます。
アルコールが分解されるまでの間は車の運転はやめましょう。

※AUDITとは、飲酒習慣（アルコール問題）のスクリーニングの一つです。WHOが
問題飲酒を早期に発見する目的で作成したもので、世界で最もよく使われています。

あいパル2Fで健康に関する情報を発信しています。
「健康情報ステーション」開設中！

もっと知りたい方は、戸田市のホーム
ページをご覧ください。



<p>月～土 「ラジオ体操」</p> <p>場所 1F広場 ※雨天時は当日ご確認ください 対象 どなたでも 費用 無料(日・祝日・休館日はお休み) 内容 1日のはじまりに、みなさんで集まってラジオ体操をしましょう！ どなたでも自由に参加できます。</p>	<p>木 「ぬりえセラピーでリラックス」</p> <p>場所 2F高齢者サロン 対象 どなたでも 費用 無料 持ち物 色えんぴつ 内容 子ども向けの簡単なぬりえから、大人向けの細かいぬりえまで幅広い世代が楽しめます。ぜひご参加ください</p>	<p>土 「囲碁将棋ひろば」</p> <p>場所 当日ご確認ください 対象 初心者(囲碁将棋を覚えたい方) 費用 無料 定員 18人 内容 初めての方でもお気軽にご参加ください。囲碁・将棋をボランティアが丁寧に教えてくれます。</p>	<p>日 「パルシアターとかみとだおはなし会」</p> <p>場所 3F研修室 対象 どなたでも 費用 無料 定員 30人 内容 11月は『うらしまたろう』など昔話の上映とおはなし会を行います。おはなし会は3歳児～小学校低学年向けです。</p>
<p>月 「歌声サロン」</p> <p>場所 3Fホール 対象 どなたでも 費用 無料 受付 10:00～11:30 内容 発声練習・喉と体をほぐすストレッチを行いみんなで歌います。</p>	<p>金 「赤ちゃんおはなし会」</p> <p>場所 2F和室 対象 0～3歳児とその保護者 費用 無料 定員 10組(20人) 内容 読み聞かせ・手遊び・童謡などを行います。</p>	<p>土 「おもちゃの病院」</p> <p>場所 当日ご確認ください 対象 どなたでも 費用 基本無料 ※材料費がかかる場合もあります。※原則一組、3つまでのお持込みとなります。※電池式のおもちゃの場合電池をお持ちください。 内容 壊れたおもちゃをトイ・ドクターが直してくれますよ！</p>	<p>日 「ボードゲームひろば」</p> <p>場所 1F多目的室 対象 3歳以上 定員 20人 費用 中学生以下 100円 高校生以上 200円 内容 七つの海ボードゲーム会のみなさんが楽しいボードゲームを持ってきてくれます。みんなで楽しみましょう。 <small>※ボランティア募集中！詳しくはお問い合わせください。</small></p>
<p>月・土 「オセロひろば」</p> <p>場所 2Fキッズスペース前 対象 どなたでも 費用 無料 定員 5組(10人) 内容 オセロのルールはシンプルです。自分の石で相手の石を挟んでひっくり返し、自分の石を増やします。簡単なルールで楽しくゲームをしましょう。</p>	<p>金 「みんなでパルるんひろば」</p> <p>場所 3F軽体育室 定員 10組(20人) 費用 無料 対象 0～3歳児とその保護者 内容 読み聞かせと親子、参加者同士の交流を楽しむ時間です。保健師さんへの相談、司書への絵本の相談もできます。当日会場にて受付いたします。</p>	<p>日 「パルシアター」12/1(日)</p> <p>時間 10:00～16:00 場所 3F 研修室 対象 だれでも 定員 30人 費用 無料 内容 時間中短い作品をたくさん上映します。 ※入退場自由。</p>	<p>「こころからだの健康相談」</p> <p>保健師をしている相談員に、健康について気になる事や、子育ての悩みを相談してみませんか。午前10時から、おひとり30分間相談できます。事前に予約された方が優先です。あいパル窓口または電話(048-229-3133)にてお申込みください。</p>
<p>水 「音楽に合わせて脳トレ体操！」</p> <p>場所 2F高齢者サロン 対象 どなたでも 費用 無料 内容 音楽に合わせて、座ったままでもできる簡単な運動や頭の体操を行います。</p>	<p>土 「新聞ちぎり絵ひろば」</p> <p>場所 2F高齢者サロン 対象 どなたでも 費用 20円 内容 誰でも簡単!新聞をちぎって台紙に貼りながら絵を完成させます。11月は「パンダ」と「パープルリボンとビリーちゃんリブちゃん」のちぎり絵を作ります。</p>	<p>「モルックひろば」</p> <p>場所 当日ご確認ください 対象 どなたでも 費用 無料 内容 数字の書かれた駒を倒して得点を競う「モルック」で遊びます。初めてでも簡単に楽しめます。</p>	<p>「看護師つじちゃんのおしゃべりコミュニティルーム」</p> <p>地域で活躍する看護師・コミュニティナースと一緒に、楽しく健康になってみませんか。体脂肪計や血圧計・プチ脳トレをご用意しています。座ったままできる簡単な体操も行っています。11/19(火)は竹細工(事前受付制)と合わせてイベントを行います。</p>