あいパル

PALDISE

2026
Vol.137 12
【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



ぱるぱるちゃんがあいパルをご案内！

あいパルにある、たくさんのふしぎを発見・解説！
答えはこの冊子のどこかにあるよ♬

【特集】

あいパルみんなの防災DAYS / ゆく年 くる年 あいパル /
男女共同参画フォーラム「台所から考える男女共同参画」/
「地域情報ステーション」はじまります

講座・イベント案内 / 図書館情報ステーションだより / 戸田遺産
手始めの３冊 / ハッとして！ＧＯＯＤカード

次のおまつり▶▶▶ 12/5(土)「Toda ママフェスタ」

あいパルみんなの
防災ＤＡＹＳ

1/23(土) ～1/31(日)



同時開催

男女共同参画パネル展
10:00～16:00

ペット防災展示
防災グッズ販売あり

申込：12/5(土)～

広場で！みんなで！あったか防災

1/24(日)　正面広場 11:00～14:00　館内 10:00～15:00

さむ～い日に被災したらどうなる？　みんなで楽しく防災のことを考えよう！
災害時の歩き方教室や、応急手当体験イベント、防災グッズがもらえる！地震サバイバルゲーム、防災グッズの展示・販売などなど、盛りだくさんの内容でお届けします♪



◀災害時の支援用フードトラックもやってくる！
温かいドリンクなどをご提供する予定です。ぜひお立ち寄りください！

BO-SAI Club
オープンチャットで情報発信中！
登録してね♪

もし災害が起こったら…？ 防災日本語講座

1/24(日)　10:00～11:30

水害と地震に対する日頃の備え、災害発生、避難所に行くまでの流れについて、外国人の方向けに解説します。



対象：外国人（初級～日常会話ができる程度）
※日本人のサポート・見学歓迎
定員：20 人
講師：千原もも子（戸田市まちづくり応援団）
料金：無料

ママと赤ちゃんを守る 防災離乳食講座

1/27(水)　10:00～12:00

停電や断水の中でもできる離乳食の対応方法について、4 児の母でもある管理栄養士が実体験を交えながら伝えます。



対象：どなたでも
定員：24 人
講師：久留裕美子（管理栄養士）
料金：1,500 円

【市民大学講座】新しい避難所訓練 ～こんなときどうする？ みんなで一緒に考えよう～

1/31(日)　10:00～12:00

避難所ではどんなことが起きるのでしょう。赤ちゃんが泣きだしたら…？床で寝る感触は…？ワークショップを通して、みんなで一緒に考える新しい形の避難所訓練です。



対象：どなたでも
定員：50 人
講師：減災ナース、戸田中央リハビリテーション病院、すこやかボイス
料金：無料

このほか、

- **ビブリオバトル**
- **戸田市防災士会 連携の講座**

など、さまざまなイベントを開催♪

作って、食べて、世界の味を楽しもう！ 防災食ビュッフェ

1/30(土)　13:00～15:00

災害支援を経験したスタッフと防災クッキングに挑戦！作った料理をビュッフェ形式で食べ比べ、世界の保存食も試食。
各国の食文化に触れながら楽しく学びましょう。



対象：どなたでも
定員：30 人
講師：NPO 法人オペレーション・ブレッシング・ジャパン、防災士
料金：300 円

手芸ひろば 「心の防災アルバム」

1/29(金)　10:00～12:00

防災バッグに入れておける、アルバムをつくります。



対象：どなたでも
定員：20 人
講師：あいパル 手芸ボランティア
料金：500 円

新連載



ぱるぱるちゃんが行く！ あいパルにある たくさんのふしぎ No,6

2 階と 3 階を行き来できる屋外階段は、非常時には避難経路になります。1 階と 2 階の間は普段は通れませんが、非常時のみ通行できます。
あいパルでは、いざという時に皆さんを安全に避難誘導できるよう、毎年 2 回職員全員で避難訓練を行っています。
災害が起きた時には、慌てずに落ち着いて、職員の指示に従って避難してくださいね。

ゆく年 くる年 あいパル



冬休み書初め教室

12/25(金)･26(土)･27(日)
①10:30～12:00 ②13:30～15:00

講師:飯塚稚世　対象:小学３年生～中学生
定員:各 12 人　料金:各 800 円　申込:12/5(土)～



ROBOTIC SPORTS

↓前回のミニ大会の様子



はじめてのロボットスポーツ ～なかまに繋げ！勝利へのバトン～

12/25(金)･26(土)　9:30～12:30
1/10(日)　14:00～16:00　全３回

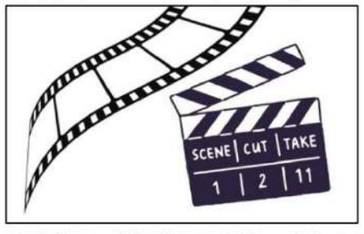
対象:小学３年生～中学生　1 日目　ロボットの組み立て
定員:12 人　2 日目　プログラミング
料金:20 円(保険料)　3 日目　ミニ大会(ロボラリー)
申込:12/5(土)～



戸一っ子作品展

12/13(日)～18(金)　10:00～16:00
会場：市民ギャラリー

大人のパルシアター



上映作品:「素晴らしき哉、人生！」
年末に感動を！
アカデミー賞受賞監督が贈る人生賛歌。

12/27(日)
10:30～12:15

※開場は 20 分前からになります。
会場:あいパル３階ホール
申込:12/1(火)～
申込・問合せは上戸田分館
(℡048-442-1211)へ

本の福袋



テーマ・シリーズごとに集められた福袋です。
年末年始でシリーズをイッキ読みできる
セットもご用意しました♪

12/20 日(日)～1/17 日(日)※
9:00～21:30

会場：あいパル１階 図書館情報ステーション
　　あいパル２階上戸田分館(２か所で開催)
※福袋はなくなり次第終了です。
※販売ではありません。
※図書館窓口で貸出のお手続きが必要です。

年末年始休館日 12/29(火)～1/3(日)

あいパルコンサートvol.38
新春スペシャルコンサート
【モーツァルトの饗宴】

2027年 1月16日(土)　マチネ　13：30 開演
　　ソワレ　17：00 開演

【プログラム】　詳細はチラシをご確認ください！
♪フルート四重奏曲　♪フルート協奏曲 ト長調
♪セレナード「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」
♪交響曲第 29 番(弦楽五重奏版)　ほか

会場：3 階ホール
定員：各 60 人
料金：各2,000円
申込：受付中



大塚 茜
(フルート)



小池 弘之
(ヴァイオリン)



小池 里枝
(ヴァイオリン)



成瀬 かおり
(ヴィオラ)



谷口 宏樹
(チェロ)



大西 雄二
(コントラバス)

大人の寺子屋
はじめよう!楽しい音楽
「モーツァルト」
12/13(日) 14:00～16:00
講師:小池 弘之
料金:無料　申込:受付中

せつこさんの
ときめく健康レシピ帳
vol. 03

ローストビーフ

材料
(6人分)

- 牛モモブロック　500g
- サラダ油（焼き用）　適量
- リンゴンベリージャム　大さじ2
  ※無ければブルーベリージャムなど好きなフルーツジャム
- しょうゆ　少々

A：だししょうゆ　大さじ3
A：赤ワイン　大さじ3
A：にんにく（薄切り）1片
A：セロリ（薄切り）　5ｃｍ
A：にんじん（薄切り）5ｃｍ
A：たまねぎ（薄切り）1/4個



作り方

1. 牛肉はA（だししょうゆ、赤ワイン、にんにく、セロリ、にんじん、たまねぎ）と一緒に袋にいれて冷蔵庫で一晩おく。
2. 一晩おいた牛肉を室温に３０分おき、フライパンで中火１５分程度まんべんなく焼く。※トングで焼き加減を確認する
3. トングで挟んで弾力を感じたら、二重にしたアルミホイルで包んでから、タオルを巻いて３０分保温し、その後、タオルをはずして３０分落ち着かせる。
4. なるべく薄く切る。
5. 肉を焼いたフライパンに肉を漬けていた漬け汁と漬けた野菜、ジャム、しょうゆを入れ、半分になるまで煮詰め、ソースをつくる。
6. ローストビーフを皿に盛り付け、ソースをかける。



冨岡 節子
・キッチンバル　BUONO代表
・アロマコーディネーター
・京王ソレイユハーブティー元講師
・あいパル講座
「つくって食べよう！お喜楽食堂」講師

講　座　案　内



赤ちゃんとママのための ニコニコたいむ

★1 月 12 日･19 日(火)
※19 日は男の子の身体や成長について
☆12 月 1 日･22 日(火)
※22 日は女の子の身体や成長について
10:00～12:00
対象：0 歳児（1 ヶ月健診終了後～）と母親
定員：各 7 組
講師：小村陽子
料金：各 700 円（保険料込）
申込：★12/5(土)～　☆受付中



パパも一緒にふれあいタイム

★1 月 10 日(日)
☆12 月 13 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：★12/5(土)～　☆受付中



ハワイアンリトミック A･B･C

1 月 21 日、2 月 4 日･18 日、
3 月 4 日･18 日(木)全 5 回
A 9:45～10:30　B 10:45～11:30
C 11:45～12:30
対象：A 6 ヶ月～1 歳 6 ヶ月の子と保護者
　　B 1 歳 6 ヶ月～未就園児と保護者
　　C 6 ヶ月～未就園児と保護者
定員：A、B 15 組　C 10 組
講師：熊木恵梨、古賀彩香
料金：各 4,300 円（保険料込）
申込：12/7(月)～



美姿勢エクササイズ

1 月 9 日･16 日･23 日･30 日(土)
全 4 回
10:30～11:45
対象：女性のみ
定員：23 人
講師：有山美由紀
料金：3,040 円（保険料込）
申込：12/6(日)～



やさしいヨガ（入門編）

1 月 4 日･25 日、
2 月 1 日･8 日･22 日、
3 月 1 日･8 日･29 日 (月)
全 8 回
9:30～10:45
定員：33 人
講師：AI
料金：5,040 円（保険料込）
申込：12/7(月)～



リフレッシュヨガ

1 月 4 日･25 日、
2 月 1 日･8 日･22 日、
3 月 1 日･8 日･29 日 (月)
全 8 回
11:00～12:15
定員：33 人
講師：AI
料金：5,040 円（保険料込）
申込：12/7(月)～



双眼鏡･望遠鏡を使って見る 戸田の星空観望会

2 月 13 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：12/5(土)～



写真は過去のメニューです

つくって食べよう！お喜楽食堂

★1 月 21 日(木)　☆12 月 17 日(木)
10:00～13:00
対象：おおむね 60 歳以上
定員：各 20 人
講師：冨岡節子
料金：各 1,000 円（保険料込）
申込：★12/5(土)～　☆受付中



写真は過去の講座で参加者がはじめて作った餃子です

メンズキッチン 料理初心者のための手始めの三品

★1 月 23 日(土)　☆12 月 26 日(土)
10:00～13:00
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：★12/5(土)～　☆受付中

申込・問い合わせ 申込方法：窓口・電話（℡048-229-3133）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。



曲に合った弾き方を学びたい人のための 「UKULELE 中級講座」

1 月 10 日･17 日･24 日･31 日(日)
全 4 回
10:00～12:00
対象：どなたでも
定員：34 人
講師：kulele（クーレレ/しまさん）
料金：3,200 円
申込：12/5(土)～



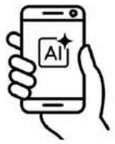
超初心者からのステップアップを目指す人のための 「UKULELE 講座」

1 月 10 日･17 日･24 日･31 日(日)
全 4 回
13:00～15:00
対象：小学 5 年生以上
定員：20 人
講師：山口まく
料金：3,200 円
申込：12/5(土)～

独学で！AI 講座をきっかけに！
AI って面白いなと感じた人、
もっと AI を使いたい人、
AI でこんなに便利になった人、
こんな作品作っちゃった人、
あいパレ AI 講座でおなじみの西塔幸由氏と一緒に、お茶やお菓子を楽しみながら AI についてお話ししましょう♪

「日常生活にもっと AI を」 一歩前進する会

12 月 15 日(火)
14:00～16:00
対象：どなたでも
定員：10 人
料金：500 円
申込：受付中





初めての生成 AI ～AI って?ChatGPT って? をスマホで体験～

1 月 8 日(金)
10:00～12:00
対象：生成 AI を触ったことがない、
　　これから生成 AI を使いたい方
定員：10 人
講師：西塔幸由
料金：530 円
申込：12/5(土)～



日常生活に生成 AI を ～ChatGPT の活用を スマホで体験～

1 月 15 日･22 日(金)　全 2 回
10:00～12:00
対象：生成 AI とは何かを
　　理解している方
定員：10 人
講師：西塔幸由
料金：1,060 円
申込：12/5(土)～
当日までに Gmail アドレスをご用意ください。



生成 AI を使い分ける ～ChatGPT 以外の AI も スマホで体験～

1 月 29 日(金)
10:00～12:00
対象：生成 AI の操作に慣れてきた、
　　さらに使いこなしたい方
定員：10 人
講師：西塔幸由
料金：730 円
申込：12/5(土)～
当日までに Gmail アドレスをご用意ください。

【市民大学講座】男女共同参画フォーラム

台所から考える男女共同参画

～男性限定料理教室で見えてきた、役割・思いやり・すれ違い～

令和 9 年 2 月 20 日(土)　14:00～16:00

託児 あり	手話通訳 あり	申込 1/5(火)～



石田　美枝
（メンズキッチン講師）

「男子厨房に入らず」という言葉がある一方で、料理人の世界では男性が活躍してきました。
家庭の料理と仕事としての料理。同じ料理なのに、なぜ男女の役割に対するイメージが異なるのでしょうか。
私たちの暮らしには、知らず知らずのうちに「男性だから」、「女性だから」という役割意識が存在しています。
本フォーラムでは、男性限定料理教室「メンズキッチン」での経験を出発点に、
家庭や地域、職場における男女の役割、思いやり、すれ違いについて考えます。

あいパルのフリーイベント

「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日のはじまりにラジオ体操をして、みんなで健康な身体を作りましょう！

おもちゃの病院



12月12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。
※部品代がかかる場合があります

第2・4火 ちぎって貼って新聞ちぎり絵



過去の作品からも選べます♫

12月8日・22日(火)
「羊」
10:00～11:00
定員：各24人
料金：無料
※材料になる新聞の寄付をお待ちしています

モルックひろば



12月19日(土)
10:30～1時間程度
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楽しめます。
※雨天時は中止になる場合があります。

第2・4月 オセロひろば

12月14日・28日(月)
10:00～11:00
どなたでも
定員：各5組(10人)

第3土 こどもと初心者のための囲碁将棋ひろば

12月19日(土)
13:00～15:00
初心者(囲碁将棋を覚えたい方)
定員：18人

毎週水 音楽に合わせて脳トレ体操！

12月2日・9日・16日・23日(水)
10:00～10:30
どなたでも

土 ウクレレひろば

12月19日(土)
15:00～17:00
小学5年生以上
会場：キッチンスタジオ
料金：500円
持ち物：ウクレレ、上履き

毎週木 ぬりえセラピーでリラックス

12月3日・10日・17日・24日(木)
10:00～11:00
どなたでも

日 ボードゲームひろば

12月6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 クリスマスおはなし会

12月20日(日)
10:30～12:00
小学校1年生～とその保護者
定員：10組(20人)
※未就学児は入室不可
料金：50円(材料費)
申込：申込受付中
クリスマスキャンディを作ります。

日 赤ちゃん向けクリスマスおはなし会

12月18日(金)①10:30～11:15
12月19日(土)②10:30～11:15
対象：①0~3歳児とその保護者
②未就学児とその保護者
定員：各10組(20人) ※事前申込制
申込開始：12/1(火)～
申込・問合せは上戸田分館
(℡048-442-1211)へ

あいパルの健康フリーイベント

おしゃべりコミュニティルーム



12月9日(水)・24日(木)
10:00～12:00
どなたでも
話して、遊んで、みんなで楽しく健康になりましょう！
握力・血圧測定や、プチ脳トレを開催しています。

こころとからだの健康相談



12月9日(水)・24日(木)・25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。
℡048-229-3133
※お一人30分までです

金 赤ちゃんおはなし会

12月4日・11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

12月25日(金)
10:30～11:30
0～3歳児とその保護者
定員：10組(20人)
おはなし会後、保健師への相談と司書への絵本の相談ができます。

パルシアターとかみとだおはなし会

12月13日(日) 10:30～11:30
1月10日(日) 10:30～11:30
対象：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
12月「クリスマスのおくりもの」
1月「ガリバー旅行記」

①読書カフェ/②絵本カフェ

①12月13日(日)
「サンタクロースっていうんでしょうか？」
②1月17日(日)「チリンのすず」
各日14:00～15:30
対象:中学生以上
定員：各15人
※事前申込制①受付中/②12/13(日)～
申込・問合せは上戸田分館
(℡048-442-1211)へ

図書館情報ステーションだより【vol.8】

今年の一冊、誰かの一冊

2026年も、いよいよ締めくくりの季節となりました。今年、心に残った本や、「読んでよかった」と思える作品との出会いはありましたか？その素敵な一冊は、ぜひ次の読者へつないでいきましょう。





今月の展示では、これまで開催してきた「ビブリオバトル」（1人1冊ずつおすすめの本を紹介し、「読んでみたい！」と思った人の投票でチャンプ本を決めるイベント）で紹介された本や、見事チャンプに輝いた本を展示しています。

11/21（土）の「あんさんぶる図書館フェスタ」で実施した「本の交換所」もご紹介します。ギフトのようにラッピングしてリボンをかけた本に、中身のヒントとなるメッセージカードを添えました。カードにはあえてタイトルを書かず、紹介文だけを載せています。どんな本が入っているのか、開けるまでのわくわく感も味わえます。次回は12/5（土）に開催予定です！

読書は一人でも楽しめますが、本の面白さや感動を誰かと分かち合うのも、また素敵な楽しみ方です。この機会に、新しい本と出会い、本を通じたつながりを感じてみませんか。

展示している本は、カフェで読んでもOK！図書館で借りてもOK！ぜひお気に入りを見つけてください♪

New！「地域情報ステーション」はじまります

あいパル1階の廊下に、「地域情報ステーション」がオープンします！
地域情報ステーションでは、地域のイベント情報や地域活動・サークル活動の募集、子育て情報など、公共施設に限らず、地域を楽しみ、暮らしに役立つ、地域のさまざまな情報を発信します。
日々をゆたかにする情報をそろえていきますので、ぜひお立ち寄りください。



<こんな声に応えます>

- いろんな場所の子育て情報をまとめて知りたい！
- 近場でなにか楽しいことやってないかな～
- 新しい趣味を探しているんだけど…

※配架に関する詳細はあいパル窓口までお問い合わせください

手始めの３冊（てはじめ）【No.63】

問いを見つける、アート思考

「答え」も「絵」も、生成 AI がすぐに差し出してくれる時代。そんな時代にアートはもう要らないのでしょうか？…いえ、むしろ逆かもしれません。それらしい答えがあふれる今、自分だけの「問い」を立てる力として注目されているのが「アート思考」。楽しい世界をのぞいてみませんか。

作品は「花」だとして、見えない根っこには何がある？



『13歳からのアート思考』
末永幸歩／著　ダイヤモンド社

「アート」と聞いて、何を思い浮かべますか？絵や彫刻などの「作品」でしょうか。

著者は、アートを一本の植物にたとえます。作品は、地上に咲いた「花」の部分。その根元には好奇心や疑問の詰まった「興味のタネ」があり、そこから作品が生まれるまでの「探究の根」が伸びています。大切なのは、目に見えない根のほう。作品をつくらずとも、描かずとも、根は日常で伸ばすことができます。本書は、アート思考を常識や正解にとらわれず、「自分の内側にある興味をもとに、自分のものの見方で世界をとらえ、自分なりの探究をし続けること」と紹介しています。数学の答えが太陽のように一つなら、アートの答えは雲のよう。同じ雲にゾウを見る人も、鳥を見る人もいます。

言葉で景色をなぞると、見えていなかったものが見えてくる。



『目の見えない白鳥さんとアートを見にいく』
川内有緒／著　集英社インターナショナル

「自分のものの見方」って、どういうことでしょう？「見る」ことからアート思考を始めてみましょう。全盲の美術鑑賞者・白鳥建二さんは、一緒に見る人に「何が見えるか教えてください」と声をかけます。見える人が言葉にしていくと、同じ絵でも、人によって受け取り方がまるで違うことに気づかされます。美術館のスタッフが「湖があります」と説明しかけて「あれっ」と声を上げ、原っぱだと言い直したこともありました。何度も見てきたはずの絵でもそういうことが起こるのです。白鳥さんの隣では、視点が「作品の上を自由にさまよい」始めるといいます。解説文や歴史ではなく、作品の見え方を語り合う。そういう楽しみ方をしていいんだ、ということに気づかせてくれます。

これなら自分でも作れる！…それって本当？



『5歳の子どもにできそうでできないアート』
スージー・ホッジ／著　田中正之／日本語版監修　藤村奈緒美ほか／訳　東京美術

表紙の作品は、ルーチョ・フォンタナの『空間概念・待機』。キャンバスに、切れ目が入っているだけに見えます。思わず「これなら自分にもできそう」と思ってしまいませんか？でも、それならなぜこれが「アート」なのでしょう。何をもって芸術とするのか。現代の美術は、その問いを見る人にも投げかけてきます。

本書は、そんな現代美術の100作品を大きな写真とともに取り上げ、「なぜ5歳の子どもにはつくれないのか」という視点で読み解きます。解説を読む前に写真をじっと見つめていると、「なぜ？」がいくつも浮かんでくる……アート思考を体験できる一冊です。

あなたはそこに、何を見ますか？

勝手に認定 みんなの戸田遺産

No.101　戸田城跡 ～戸田にお城があった…？～



最近はインターネットで地図を検索することも増えてきましたね。たまたま「あいパル」の地図を検索したところ、あいパルの近くに見慣れないマークが出てきました。よくよく見ると、元蔵第三公園の中に、「史跡」を示すマークがあるではありませんか。クリックしてみると、「戸田城跡」と表示されます。こんなところにお城？と不思議に思い、現地を見に行ってみると…たしかに周りから少し盛り上がった場所に大きな石が埋もれています。近くに由来などを書いた看板もなく、子どもたちが石に上って遊んでいました。これが本当にお城だったのでしょうか？気になったので調べてみました。

まずは図書館で「戸田城」と検索してみると、桃井直常について書かれた本がヒットしました。伝承として、上戸田氷川神社が「戸田城主直常の子である直和の勧請と伝えられる」ことや、海禅寺や観音寺にも桃井直和の伝承が伝えられていることが紹介されています。さらに、「戸田周辺には『戸田御所』『百の井屋敷』と呼ばれる居館跡があり、桃井氏居住伝承がある」と書かれているのですが、肝心の館の場所は、本町周辺の「大前遺跡」が候補の一つとして可能性がある、と書かれているのみで、どこに館があったのかは、はっきりと書かれてはいませんでした。

次に、戸田市の歴史について書かれた資料を探してみます。桃井直常は室町時代の武士だったので、『戸田市史』の「第三編　中世」を読んでみたところ、渋川氏という武士の居城である蕨城があった場所として、蕨の御殿町（蕨市中央）とする説と、戸田の元蕨（戸田市上戸田）とする説の二つがある、と書かれていました。桃井氏の城じゃなかったの…？と思ったのですが、どうやら『新編武蔵風土記稿』に書かれている伝承をもとに、桃井直和の伝承は渋川氏と関係があったのだとし、元蕨の戸田御所こそ、渋川氏の蕨城跡であったとする主張がある、としています。『戸田むかし史ある記』にも、「（蕨城があったのは）戸田の元蕨とする説は、南北朝時代に桃井播磨守直常の子直和が戸田城、あるいは戸田御所と呼ばれる場所に居城していたとする戸田に残る言い伝えを、これは桃井氏ではなく、これらはすべて蕨城主であった渋川氏のことであり、戸田城は蕨城であるとする説です」と解説されています。

さてさて、戸田城は蕨城だったのでしょうか？実は、この難問に真っ向から取り組んだ研究があります。それが、岡田恒三郎氏の「蕨城はどこにあったか」です。これは昭和36年から41年までの間、広報戸田に連載されていたもので、のちにその成果が同じタイトルの冊子にまとめられました。この研究は、『新編武蔵風土記稿』を始めとする歴史資料や、様々な場所の碑などを調査した大作です。戸田城の謎を解くために、岡田氏の研究を詳しく見ていこうと思うのですが、今回は紙幅が尽きてしまったため、また次回！

＊　＊　＊

参考にした資料

＊『桃井直常とその一族』松山充宏／著　戎光祥出版
＊『戸田市史　通史編　上』戸田市
＊『戸田むかし史ある記』戸田市教育委員会
＊『蕨城はどこにあったか』岡田恒三郎／著　戸田市教育委員会

戸田市立
図書館 **上戸田分館 PRESENTS**

2026
12
Vol.137

ハッとして！GOODカード

「ハッとして！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？



『きれいな色とことば』
おーなり由子／絵と文　講談社

【ハッとして！GOOD ポイント】

激情の正体を見つめなおす

泣いている表情と、怒っている表情は似ている、となにかの本で読んだことがあります。心が止まらなくなって、怒りに身を任せてしまう時があるかもしれないけれど、時間をおいて自分と向き合うことで、見えてくる気持ちがあります。



⇦この本のとあるフレーズに、ハッ！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！

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

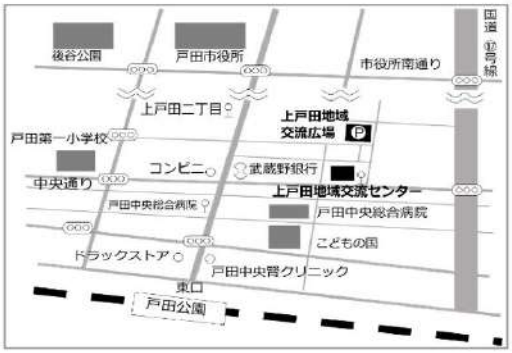
センター・図書館休館日

12/21(月)、12/29(火)～1/3(日)

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」12 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
　　℡ 048-229-3133　　FAX 048-229-3996
　　Mail　kamitoda7kouryu@ipal-friendship.net
　　戸田市立図書館上戸田分館
　　℡ 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

2026年12月　あいパルフリーイベントカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
←このイラストがある日はラジオ体操があります	1	2 ★10:00～ 脳トレ体操	3 ★10:00～ ぬりえセラピー	4 ★10:30～ 赤ちゃん おはなし会	5 Todaママフェスタ 10:00～16:00	6 ★13:00～ ボードゲーム ひろば
7	8 ★10:00～ 新聞ちぎり絵	9 ★10:00～ 健康相談 ★10:00～ コミュニティ ルーム ★10:00～ 脳トレ体操	10 ★10:00～ ぬりえセラピー	11 ★10:30～ 赤ちゃん おはなし会	12 ★11:00～ おもちゃの病院	13 ★10:30～ パルシアターと かみとだおはなし会 ★14:00～ 読書カフェ
14 ★10:00～ オセロひろば	15	16 ★10:00～ 脳トレ体操	17 ★10:00～ ぬりえセラピー	18 ★10:30～ 赤ちゃん向け クリスマス おはなし会	19 ★10:30～ モルックひろば ★10:30～ 赤ちゃん向け クリスマスおはなし会 ★13:00～ 囲碁将棋ひろば ★15:00～ ウクレレひろば	20 ★10:30～ クリスマス おはなし会 ※事前申込制
21 休館日	22 ★10:00～ 新聞ちぎり絵	23 ★10:00～ 脳トレ体操	24 ★10:00～ 健康相談 ★10:00～ コミュニティ ルーム ★10:00～ ぬりえセラピー	25 ★10:30～ みんなで パルるんひろば	26	27 ★10:00～ 大人の パルシアター ※事前申込制
28 ★10:00～ オセロひろば	29	30 年末年始休館日 12/29(火)～1/3(日)	31	戸一っ子作品展 12/13(日)～12/18(金)10:00～16:00 会場：市民ギャラリー		

年末年始イッキ読みセット＆本の福袋

テーマ・シリーズごとに集められた福袋です。
年末年始でシリーズをイッキ読みできる
セットもご用意しました♪

12/20(日)～1/17(日)
9:00～21:30

会場：あいパル1階 図書館情報ステーション
　　あいパル２階上戸田分館

※福袋はなくなり次第終了です。
※販売ではありません。
※図書館窓口で貸出のお手続きが必要です。

赤ちゃんおはなし会

10:30～11:00　2F和室
0～3歳児と保護者、10組(20人)
読み聞かせ、手遊び、童謡などを行います♪

フリーイベントの一覧と詳細はこちら

2026年度　あいパルのフリーイベント

ラジオ体操　9:30～　正面ひろば　日曜、祝日、休館日はお休みです。雨天時の開催場所は当日ご確認ください。

モルック ひろば	10:30～1時間程度　場所は当日ご確認ください 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。
ウクレレ ひろば	15:00～17:00　2Fキッチンスタジオ　小学5年生以上、27人 料金：500円　持ち物：ウクレレ(レンタルはありません)、上履き/スリッパ かんたん1DAYレッスン、ウクレレよろず相談、オープンマイク　ほか
オセロひろば	10:00～11:00　2Fキッズスペース前　どなたでも、5組(10人) 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。
ちぎって貼って 新聞ちぎり絵	10:00～11:00　2F高齢者サロン　どなたでも、24人　料金：無料 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。12月は「羊」 をつくります。会場でちぎり絵で使う新聞紙の寄付をお願いします。
音楽に合わせて 脳トレ体操！	10:00～10:30　2F高齢者サロン 音楽に合わせて、座ったままでできる簡単な運動や頭の体操を行います。
ぬりえセラピー でリラックス	10:00～11:00　2F高齢者サロン　持ち物 色えんぴつ 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。
こどもと初心者のための 囲碁将棋ひろば	13:00～15:00　場所は当日ご確認ください　初心者(囲碁将棋を覚えたい方)、18人 初めての方でもお気軽にご参加ください。親子でのご参加も大歓迎です！ 囲碁・将棋をボランティアが丁寧に教えてくれます。
ボードゲーム ひろば	13:00～16:30　1F多目的室　3歳以上、20人 料金：中学生以下100円、高校生以上200円 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。※ボランティア募集中！詳しくはお問い合わせください。

おしゃべり コミュニティルーム	10:00～12:00　場所は当日ご確認ください 話して、遊んで、みんなで楽しく健康になりましょう！ 9日「体をあたためる方法」 24日「すこやかボイスのクリスマス会」
こころとからだの健康相談	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。10：00～12：00　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。
おもちゃの 病院	11:00～14:00　場所は当日ご確認ください 壊れたおもちゃをトイ・ドクターが直してくれます。 ※材料費が500円程度かかる場合があります。詳細はチラシをご確認ください。
大人の パルシアター	10:00～12:15　3Fホール　どなたでも、60人 上映作品「ああ素晴らしき哉、この人生！」事前申込制
みんなで パルるんひろば	10:30～11:30　3F軽体育室　0～3歳児と保護者、10組(20人) 読み聞かせと、親子や参加者同士の交流を楽しむ時間です。 保健師への相談、司書への絵本の相談もできます。
パルシアターとかみとだおはなし会	10:30～11:30　3F研修室　どなたでも、30人 12月は「クリスマスのおくりもの」の上映とミニ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。
赤ちゃん向けクリスマスおはなし会	①12/18(金)　10:30～11:15　②12/19(土)10:30～11:15　2F和室 ①0～3歳児とその保護者　②未就学児とその保護者　各10組(20人) 事前申込制（12/1(火)～受付開始）
クリスマスおはなし会	10：30～12：00　2Fキッチンスタジオ 小学校1年生以上とその保護者　10組(20人)　※未就学児は入室不可 料金50円（材料費）クリスマスキャンディを作ります♪事前申込制（申込受付中）

※料金の記載がないものは無料でご参加いただけます。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

福祉保健センターからのお知らせ

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！

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症などの 感染症を予防しましょう！

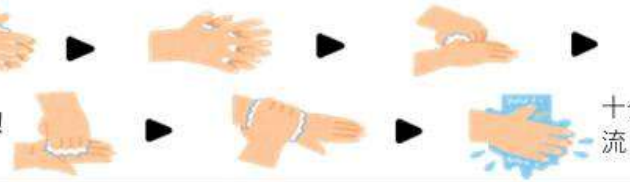
空気が乾燥し、ウイルスも活発に活動しやすい時期です。次のことを心がけましょう。

- **外出後や食事前に手洗いをしましょう**
- **規則正しい生活をし、免疫力を高めましょう**
  朝ごはんを食べ、３食バランスの良い食事をとりましょう。
- **十分な睡眠や休養をとりましょう**
  １日の適正睡眠時間は６～８時間です。
- **適度な運動を習慣的に行いましょう**
  ウオーキングは免疫力を向上させます。



★手洗いの仕方★

石けんをつけ、手のひら、手の甲、
指先と指の間・爪、手首も忘れず！
よくこすり、洗います。



十分に水で流します。