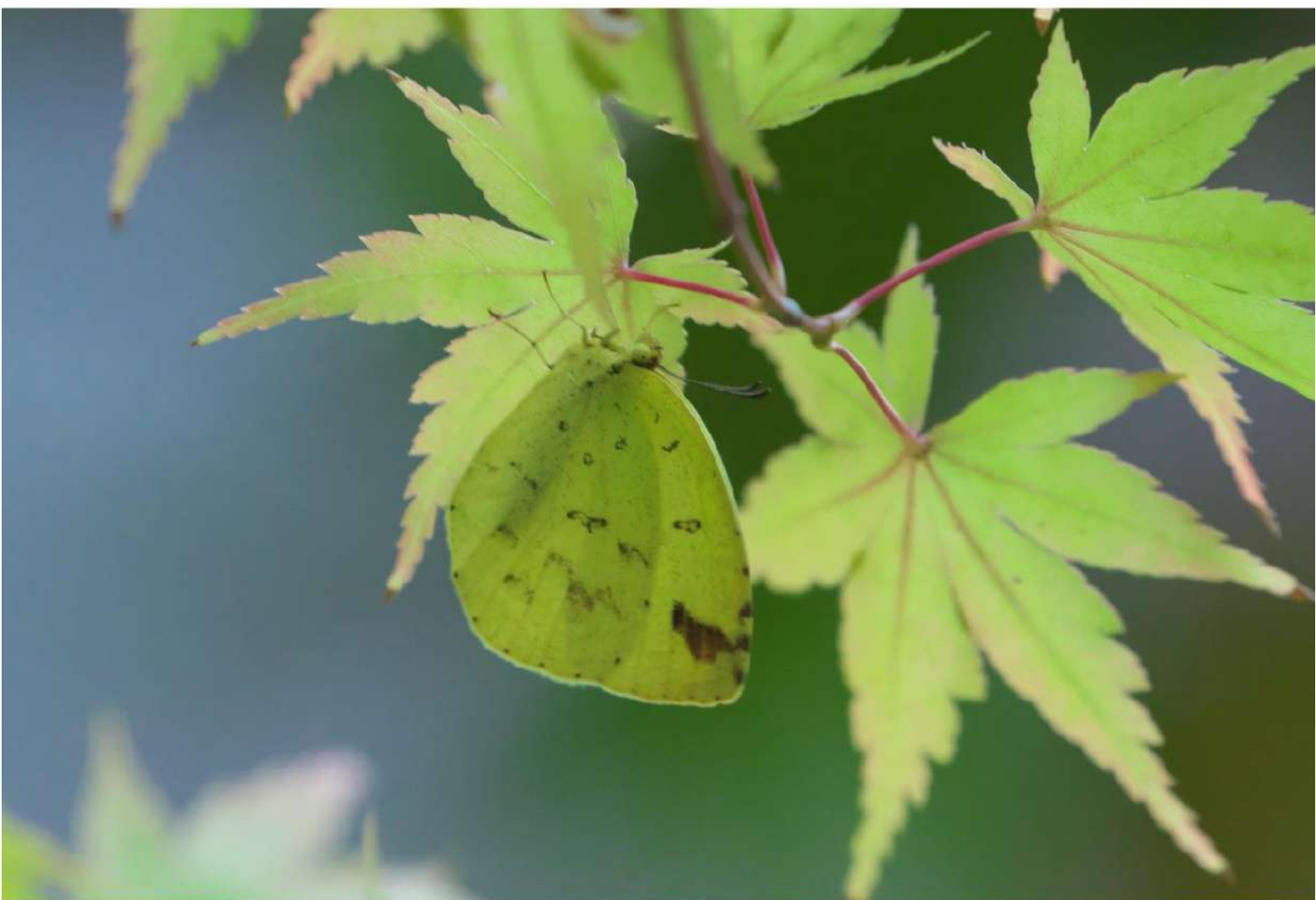


あいパル

PALDISE

2023 10
Vol.99

【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】

男女共同参画フォーラム 東大女子学生に聞く
～「理系という選択」と「サイエンスの楽しさ・可能性」～/
そこが知りたい！地域を盛り上げるイベントの作り方/
戸ーっ子作品展／とだ環境フェア 2023／人権講演会

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／ハッとして！GOODカード

【市民大学講座】男女共同参画フォーラム

好評につき再講演！

東大女子学生に聞く

～「理系という選択」と
「サイエンスの楽しさ・可能性」～

11/18(土)

13:30～
15:30

10/5(木)～申込開始

ファシリテーター:松本 悠

(東京大学 Educational Transformation 部門 特任講師)

あいパルの講座「わくわくサイエンス」でお馴染みの松本先生を
ファシリテーターにお迎えし、理系を選択した東京大学の女子学
生の方々に話を伺います。



登壇者: 大須賀 佑里 (所属: 総合文化研究科、博士2年 専門: 細胞生物学・生理学)

劉 凱淇 (所属: 総合文化研究科、博士2年 専門: 理論物理学・素粒子物理)

田中 陽帆 (所属: 工学部物理工学科、3年)

鷺川 紗弥 (所属: 工学部物理工学科、3年)

対象・定員: 小学5年生以上の市民、50人

場所: 3F ホール

登壇者に聞きました

”男女共同参画”についてどう感じている？



東大には女子学生が少ないとは感じますが、分野によります。
今の生物の研究室では7割は女性。進学を選択する際には、
女性がたくさんいると安心感がありました。

日本は男女差に対する観念(女性はこうあるべきなど)が
強い国のような感じがします。香港の高校では、理系でも男女比は5:5で、
バランスがとれていました。東大には女性限定の募集がありますが、
長期的な視点から男女の格差をなくすには有効な手段だと思います。



学科の女性比率が小さい現状に対してかなり問題意識を持っています。
学科を選択する際には、ジェンダーバランスがネックでぎりぎりまで悩んでいました。
実際、学科に入ると女性が少なく、私自身不安なこともありました。



前回の講演の様子はこちら

2021.2.27開催 男女共同参画フォーラム

「なぜ科学が楽しいのか！？～東大生に聞く 私は中高生の時こうだった！～」

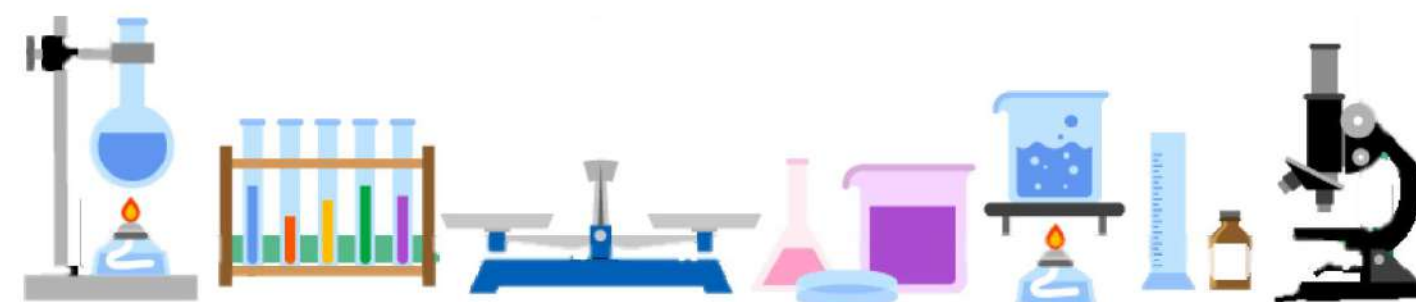
松本先生と東大生にご登壇いただきました。コロナ禍でオンラインでの開催でしたが、現役学生の
飽くなき追究は参加した中高生にとって将来への前向きな刺激となるだけでなく、大人にとっても
学びについて改めて考えるきっかけとなる講演会でした。



▲オンラインで光と磁石のデモ実験を開催！
※今回デモ実験はありません

【参加者の声】

- ・ひとりひとりの話を詳しく聞いてよかった。
- ・現実的な話が多く、参考になり楽しかった。
- ・若い人の考え方を知って、自分も自分らしくやろうと
思った。
- ・様々な事が学べて、とても良い機会になった。



そこが知りたい！ 地域を盛り上げるイベントの作り方

～Toda ママフェスタ、トダイルミの主催者とお話しませんか～

定員: 25人 場所: 3F 研修室 対象: 地域活動に興味がある方

11/12(日) 10:00～12:00

無料
託児あり



申込受付中
お申込みはこちらから

※あいパルでの申込は10/5(木)～

エンジェルすまいる代表 清水まゆみ

「キラキラ輝く Toda ママフェスタ」を2015年から主催。
戸田市市民活動サポート補助金(現共創のまちづくり補助金)
の対象に4回なっている。「あいパル」
運営委員会にも過去に在籍。
他に子どもたち向けに「ものづくり
ワークショップ」や、ママ支援講座
「キラキラママの勉強室」などを開催。



トダイルミ実行委員会代表 阿部あゆみ

2017年より市役所南通りの景観と文化を育む会会長を
勤めながらトダイルミ実行委員長を兼任。「あいパル」
運営委員会なども過去に在籍。
トダイルミを広げるために
【クラウドファンディング】を
取り入れ、市内で「SNSを
活用した資金調達」講座の講師を
務める。



**8才の
あいパル
お誕生日会を
開催しました**

先着 150 名様に
バースデーケーキを
お配りしました♪

9月2日(土)・3日(日)の2日間、あいパルお誕生日会を開催しました。
当日は発表や展示、イベントや模擬店など様々な催しを楽しんでいただきました。
8才を迎えたあいパルも、どうぞよろしくお願いいたします♪



とだ環境フェア 2023

日時 11月5日(日)
10:00～15:00

会場 あいパル1F

戸田市で活動する環境団体や企業による
パネル展やワークショップを行います。
学生による環境学習コンペティションも実施予定！
環境について、深く考え、学んでみませんか？



戸一っ子作品展

10月17日(火)～10月28日(土)

9:30～16:30

戸田第一小学校の皆さんの作品を展示します
生徒の皆さんの力作をぜひご覧ください♪

会場 あいパル1Fギャラリー

【人権講演会】 パラアスリート 山下千絵選手の挑戦

10/15(日) ①13:00～14:30
②15:00～16:30

*申込受付中

対象:①小学4年生～中学生(保護者同伴可)

②市民

定員:各50人

会場:3F ホール



無料
スポーツ義足の
体験ができます



山下 千絵 (やました ちえ) 選手

1997年7月13日生まれ

所属: SMBC 日興証券株式会社

小学4年生の時に交通事故に遭い左膝から下を切断。5歳から続いていたテニスを、私立田園調布学園中高時代、そして現在も健常者に混ざって続けている。大学でスポーツを専攻していたことをきっかけに板バネの義足に興味を持ち、現在は2024年パリパラリンピックへの出場を目標に励んでいる。

【自己ベスト】

100メートル 13秒94

200メートル 29秒54

【山下選手からのコメント】

2021年パラリンピックを終えて、障がい者スポーツの認知度がさらに上がり、興味・関心を持つ人々が多くなりました。義足ってどれほど跳ねるのか、義足で走ることって大変なのか、普段なかなかできない体験を通して、さらに興味を持ってほしいと思います。

人権ポスター展

10/9(月祝)～10/15(日)
10:00～16:00 1F 市民ギャラリー

株式会社電通の
ポスターを
展示します

男女共同参画パネル展

「セクシュアルハラスメントのない社会へ」

10/9(月祝)～10/15(日)
1F 男女共同参画情報コーナー

ケアラー月間パネル展

10/14(土)～10/19(木)
1F ラウンジ、2F 上戸田分館

11月は
埼玉県の
「ケアラー月間」
です



あいパルで展示を見て、感じて、考えてみよう！

講座案内



**「そこが知りたい！
地域を盛り上げるイベントの作り方」
～Toda ママフェスタ、トダイルミの
主催者とお話ませんか～**
11月12日(日)
10:00～12:00
対象：地域活動に興味のある方
定員：25人
講師：阿部あゆみ、清水真由美
料金：無料
申込：10/5(木)～



超初心者向け Zoom 体験会
11月11日(土)
10:00～11:00
対象：パソコンの基本操作のできる方
定員：6人
講師：あいパル職員
料金：無料
申込：10/5(木)～



美姿勢ボディメイク
11月4日・11日・18日(土) 全3回
13:00～14:15
対象：女性のみ
定員：15人
講師：有山美由紀
料金：2,280円(保険料込)
申込：10/6(金)～



**赤ちゃん和妈妈のための
ニコニコたいむ**
★10月3日・10日・17日(火)
☆11月7日・14日・21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：★受付中 ☆10/5(木)～



パパと一緒にふれあいタイム
★10月8日(日) ☆11月12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：★受付中 ☆10/5(木)～



つくって食べよう！お喜楽食堂
★10月19日(木) ☆11月16日(木)
10:00～13:00
対象：おおむね60歳以上
定員：各12人
講師：富岡節子
料金：各800円(保険料込)
申込：★受付中 ☆10/5(木)～



ハワイアンリトミック A・B・C
11月7日・21日、
12月5日・19日(火) 全4回
A 9:45～10:30 B 10:45～11:30
C 11:45～12:30
対象：A 6ヶ月～1歳半の子と母親
B 1歳半～幼稚園入園前の子と母親
C 6ヶ月～幼稚園入園前の子と母親
定員：A・B 各15組、C 12組
講師：水間瑞穂、高橋真理
料金：各コース3,440円(保険料込)
申込：10/7(土)～



**ウクレレ超初心者講座を
受講した人のための
「UKULELE 初級クラス・ネクスト」**
11月5日・12日・19日・26日(日)
全4回
10:00～12:00
定員：24人
講師：kulele (クーレレ/しま)
料金：3,200円
申込：10/5(木)～



**ウクレレに初めて触れる人のための
「UKULELE 超初心者講座」**
11月5日・12日・19日・26日(日)
全4回
13:00～15:00
定員：10人
講師：山口まぐ(プカラニフラ講師)
料金：3,200円
申込：10/5(木)～



親子de歌ってあそぼう！
11月15日(水)
10:15～11:00
対象：0歳～4歳の子と親
定員：10組
講師：岩間望実、田近詩子
料金：800円
申込：10/5(木)～
※11月は1コースのみの開催です



親子ふれあいヨガ
★10月19日・26日、
11月2日・9日(木) 全4回
☆11月16日・30日、
12月7日・14日(木) 全4回
9:50～10:50
対象：6ヶ月～
1歳6ヶ月までの子と母親
定員：各15組
講師：齋藤しのぶ、平野優美
料金：各2,880円(保険料込)
申込：★受付中 ☆10/7(土)～



ママのリフレッシュ親子ヨガ
★10月19日・26日、
11月2日・9日(木) 全4回
☆11月16日・30日、
12月7日・14日(木) 全4回
11:10～12:10
対象：1歳3ヶ月～未就園児と母親
定員：各15組
講師：齋藤しのぶ、平野優美
料金：各2,880円(保険料込)
申込：★受付中 ☆10/7(土)～

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。

第2回あいパル音楽祭

2024年5月11日(土)9:30～

・12日(日)10:00～ 開催決定！



出演者、ワークショップ等出展者を募集します

大好評だったあいパル音楽祭の次回の日程が決定しました。あいパル音楽祭は市民で作り上げる手づくりのお祭りです。音楽を通して様々な人が交流し、誰もが楽しめる音楽祭を一緒に作りませんか。ご応募お待ちしております。

募集内容

- ★発表出演者(ホール・広場・和室)音楽のジャンル・演奏形態は問いません
- ★絵本『14ひきのあさごはん』生演奏者(グループ)
- ★ワークショップ出展者(多目的室、研修室、軽体育室)
楽器工作、楽器工作スペースでの生演奏、楽器体験等
- ★出展者(キッチンスタジオ)軽食の提供、キッチンスタジオでの生演奏
- ★その他



出演者・ワークショップ出展者募集に伴う事前説明会

11月11日(土) 14:30～15:30 ホール 定員100人(1団体につき2人まで)
11月19日(日) 14:30～15:30 研修室 定員30人(1団体につき1人まで)

※出演、出展者は、説明会への参加が必須となります。どちらかにお申込ください。

事前申込制
10/5(木)～
受付開始、先着順

募集要項は11月1日からあいパル1階ロビーで配布、あいパルHPからもダウンロードできます。

あいパル音楽祭実行委員会
問い合わせ先：あいパル窓口またはお電話にて ☎048-229-3133

🦋 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
ソーシャルディスタンス
を保ち、みんなで健康な
身体を作りましょう！

おもちゃの病院



10月14日(土)
11:00～15:00
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。
※修理内容によって材料費が
かかる場合があります。

新聞ちぎり絵ひろば



第1金 第3土
10月6日(金)・21日(土)
いちょうと銀杏
パープルリボン
10:00～11:00
定員：各24人
料金：各20円
申込：当日受付

みんなでパルるんひろば



10月27日(金)
10:30～11:30
0～3歳児とその保護者
定員：10組(20人)
前半は絵本の読み聞かせ、
手遊び、童謡など。後半は
保護者同士の交流や、保健師への相
談ができます。

第4月 オセロひろば

10月14日(土)・23日(月)・
28日(土)
10:00～11:00
どなたでも
定員：各5組(10人)

第1・3土 こどもと 初心者のための 囲碁将棋ひろば

10月7日・21日(土)
13:00～15:00
初心者(囲碁将棋を
覚えたい方)
定員：各18人

第4日 ボードゲームひろば

10月22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

赤ちゃん おはなし会

10月6日・13日・20日(金)
10:30～11:00
0～3歳児とその保護者
定員：各10組(20人)

第1・3木 第2・4金

ゆりえセラピーで リラックス

10月5日(木)・13日(金)
10月19日(木)・27日(金)
10:00～11:00
どなたでも

毎週水

音楽に合わせて 脳トレ体操！

10:00～10:30
どなたでも

日・祝 ステンドグラス風アート

10月1日(日)・8日(日)
9日(月祝)・15日(日)
22日(日)・29日(日)
10:30～11:30
どなたでも
料金：無料
※持ち帰る場合材料費10円

日 パルシアターと かみとだおはなし会

10月1日(日)
13:30～14:50
11月12日(日)
14:00～15:00
どなたでも
定員：各30人
上映作品
10月「おじや丸
満月ロード危機一髪」
11月「チップとデール」

【市民大学講座】 戸田ぶらりウォーク ～下戸田の巻～



10月29日(日)
10:00～12:30
9:45に多目的室2集合、10時出発
中学生以上
※小学生は保護者同伴
定員：15人
料金：10円(保険料)
戸田歴史ガイドの会と一緒に、
戸田の歴史と史跡を散策しな
がら学びます。
※10/6(金)～事前申込制。申
込・問合せは上戸田分館まで。

🦋 あいパルの健康フリーイベント

看護師つじちゃんの おしゃべりコミュニティルーム



10月6日(金)・25日(水)
10:00～12:00
どなたでも
地域で活躍するコミュニティ
ナースと一緒に、みんなで楽
しく健康について話します。
体脂肪・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



10月6日(金)・25日(水)
10:00～12:00
どなたでも
自身と家族の健康、子育ての
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。
TEL 048-229-3133
※お一人30分までです。

手芸ひろば クロスステッチで クリスマスを楽しみましょう！



11月17日(金)
10:00～12:00
どなたでも
(未就学児は保護者同伴)
定員：15人 料金：300円
※クロスステッチのみ行います。
どのように仕立てるかはお好み
で！いろいろな仕立て方も紹
介します。
※10/5(木)～事前申込制。
申込・問合せはあいパルまで。

身近な生き物 大研究！

新曽中学校生物育成研究部 成果発表

11月1日(水)～11月29日(水) ※20日(月)は休館日です



▲昨年の環境フェアでの展示

上戸田分館では、新曽中学校生物育成研究部の
活動を展示するとともに、身近な生き物から戸
田の環境を考える展示を行います。

ふだんは見過ごしがちな生き
物たちのことを、改めて見直
してみませんか？



事前 申込制

10月6日(金)～
受付開始

ハロウィンおはなし会

絵本や紙芝居、ゲームなどでハロウィン気分を楽しもう！
みんなで仮装して来てね♪

10月15日(日) 10:30～11:30

対象：3歳児～小学校低学年

定員：10組(20人)

会場：研修室

申込・問合せ先：2F 上戸田分館カウンター
TEL 048-442-1211



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？



『脳には妙なクセがある』
池谷裕二／著 新潮文庫

【ハッとして！GOODポイント】

左視野が重要視されがちな脳のクセ

私たちは知らない間に左視野を重要視し、右の視野を無視する傾向にあるようです。

たとえば、相手に好印象を与えたいのならば、その人の左側に座ると、印象的なのかもしれません。もちろん、座る位置だけにたよってはいは、駄目でしょうけど…。

⇨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！



□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 61 (西川口駅—下笹目)

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



閉館時間

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」10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

センター休館日 10/16(月)

図書館休館日 10/2(月)～4(水)・

※特別整理期間

10/16(月)・31(火)

2023年10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 上戸地域交流センター 048-229-3133、戸田市立図書館上戸分館 048-442-1211

月	火	水	木	金	土	日
 ピンクリボン×フラ 10月8日(日) 11:00～15:30 ～がんになっても安心して暮らせる社会を目指して～ がんとの共生社会についていっしょに考えてみませんか？		人権ポスター展 10月9日(月祝)～15日(日) 10:00～16:00 1階市民ギャラリー		戸っ子作品展 10月17日(火)～28日(土)9:30～16:30 1階市民ギャラリー 戸田第一小学校の皆さんの作品を展示いたします。 生徒の皆さんの力作をぜひご覧ください！		1  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  13:30～14:30 [パズルシアターと かみとだ おはなし会]
2  9:30～ [ラジオ体操]	3  9:30～ [ラジオ体操]	4  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	5 【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]	6 【講座受付開始日】  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [新聞ちぎり絵]  10:00～12:00 [健康相談& つじちゃんルーム]  10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]	7 【講座受付開始日】  9:30～ [ラジオ体操]  13:00～15:00 [囲碁将棋ひろば]	8  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  11:00～ [ピンクリボンプレス レットを作るう] ※詳細はピンクリボン×フラチラシ をご覧ください。
図書館休館日(特別整理期間)						
9 スポーツの日  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]	10  9:30～ [ラジオ体操]	11  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	12  9:30～ [ラジオ体操]	13  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ぬりえセラピー]  10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]	14  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]  11:00～15:00 [おもちゃの病院]	15  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  10:30～11:30 [ハロウィン おはなし会]
16 休館日	17 【施設予約抽選日】  9:30～ [ラジオ体操]	18  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	19  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ぬりえセラピー]	20  9:30～ [ラジオ体操]  10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]	21  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]	22  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  13:00～16:30 [ボードゲームひろば]
23  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]	24  9:30～ [ラジオ体操]	25  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]  10:00～12:00 [健康相談& つじちゃんルーム]	26  9:30～ [ラジオ体操]	27  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ぬりえセラピー]  10:30～11:30 [みんなで パルするひろば]	28  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]	29  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]
月 30  9:30～ [ラジオ体操]	福祉保健センターからのお知らせ たばこの煙にご配慮を  喫煙者本人が吸っている煙よりも、周囲の人に吸わせている煙のほうが多くの有害物質を含んでいます。 たばこは「百害あって一利なし」 ・たばこを吸わない人でも病気になるリスクが高い！ 肺がん、虚血性心疾患、脳梗塞など 年間15,000人が受動喫煙由来の肺がん、心筋梗塞などの虚血性心疾患で亡くなっています。 ・子どもや胎児への影響 乳幼児突然死症候群(SIDS)、ぜんそく、 妊婦の喫煙が早産・低出生体重・胎児発育遅延を引き起こします。 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！ 市民向け公開講座「がん防災」 ～がんは誰にでも突然やってくる災害のようなもの！～ 10月21日(土) 10:00～11:00 (受付9:45～) 場所：あいばる 3階ホール 事前申し込み不要 講師：一般社団法人がんと働く応援団 理事 廣田純子さん 対象：市内在住・在勤者 定員：先着順60人 費用：無料 もしも自分や家族、大切な誰かが、がんになったら…？ お気軽にお立ち寄りください。					
火 31 図書館休館日						

月～土 「ラジオ体操」 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日のはじめに、みなさんと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。 	金 「赤ちゃんおはなし会」 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。 	土 「おもちゃの病院」 10月は第2土曜日に開催 ※変更する場合があります。表面をご覧ください。 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。 ※電池式のおもちゃの場合電池をお持ちください。 	日 「バルシアターとかみとだおはなし会」 場所 3F研修室 対象 どなたでも 費用 無料 定員 30人 内容 10月「おじゃる丸満月ロード危機一髪」 11月「チップとデール」の上映とおはなし会を行います。おはなし会は3歳～小学校低学年向けです。 
月・土 「オセロひろば」 場所 2Fコピー機前 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。 	金 「みんなでバルるんひろば」 場所 3F軽体育室 対象 0～3歳児とその保護者 費用 無料 定員 10組(20人) 内容 読み聞かせと親子、参加者同士の交流を楽しみ時間です。保健師さんへの相談もできます。 	日 「かみとだおはなし会～ハロウィンおはなし会～」 場所 3F研修室 対象 3歳～小学校低学年 費用 無料 定員 10組 ※未就学児は保護者同伴 内容 10月はハロウィン特別版おはなし会。 10月6日(金)～申込開始 	日 「ボードゲームひろば」 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ました。みんなで楽しみましょう。 
水 「音楽に合わせて脳トレ体操！」 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をしたり、映像を見て頭の体操をします。 	金・土 「新聞ちぎり絵ひろば」 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。 10月6日・21日は「パープルリボン」と「いちようと銀杏」のちぎり絵を作ります。 	日 「ピンクリボンブレスレットを作ろう」 場所 1F多目的室 費用 300円(当日支払) 定員 60人 対象 どなたでも (未就学児は保護者同伴) 当日受付 ※詳細はピンクリボン×フラのチラシをご覧ください。 	「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。午前10時から、30分間ずつ相談できます。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。 
木・金 「ぬりえセラピーでリラックス」 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！ 	土 「囲碁将棋ひろば」 場所 3Fアトリエ 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 初めての方でも囲碁・将棋をボランティアが丁寧に教えてくれます。 	日・祝 「ステンドグラス風アート」 場所 1F給湯コーナー前 対象 どなたでも 費用 無料 ※持ち帰る場合材料費10円 	「看護師つじちゃんのおしゃべりコミュニティルーム」 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。座ったままでもできる簡単な体操や手洗い講座も行っています。 