

あいソパル

PALDISE

2023 11
Vol.100

【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／
公共施設予約システム停止のお知らせ／
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

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

100号
ありがとう♪



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

「女性に対する暴力」は男女共同参画社会を実現するために、
克服すべき重大な課題。知ることから始めよう。
知っていますか？「女性に対する暴力」は、人権侵害です

女性に対する暴力には

配偶者等からの
身体的・精神的・経済的暴力等
性犯罪・性暴力
ストーカー行為
セクシュアルハラスメント
等があります

女性に対する暴力の
「未然防止」「拡大防止」のために

暴力の被害に遭っていないが
自覚がない人に認識してもらうために

あなたが知って、伝えよう

「女性に対する暴力」の根底に
「人権の軽視」があります

重大な人権侵害で
決して許されないものです



被害に気付いたら、教えてあげて。相談する窓口があることを！

参考) 男女共同参画推進本部 令和5年度「女性に対する暴力をなくす運動」実施要綱

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



ひとりで抱えていませんか？
ためらわずに、ご相談ください。

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。



ストップDV！コバトンをつくろう

11/23(木・祝) 10:00～11:00

※11/1(水)から申込開始 電話(048-229-3133)または窓口

11/12(日)・19(日) 13:00～14:00

11/18(土)・25(土) 10:00～11:00

※当日、窓口までお越しください 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！



公共施設予約システムに関するお知らせ

令和5年12月1日から 公共施設予約システムが 新しくなります

予約データの 引き継ぎなど 新しいシステムの準備のため 公共施設予約システムは 一時停止します
停止期間中は、施設を予約したり、取り消したり、空き状況の確認、お支払い手続き等が
できなくなります

<公共施設予約システムが一時停止する期間> **システムに アクセスできません**

11月26日(日)午後3時～12月1日(金)午前9時

インターネットで

☐ 空き状況の確認

☐ 予約内容の確認

☐ 施設の予約・取消

などは できません

<公共施設予約に関する窓口手続きができない期間>

11月26日(日)午後5時～11月30日(木)

窓口で

☐ 空き状況や予約内容の確認

☐ 施設や備品の予約・取消・返金

☐ 利用者登録、変更、更新、削除

☐ 利用者カードの再発行

などは できません

※当日予約手続きも できません

特に 下記に当てはまる方は お手続き期間をご注意ください

11月26日午後5時までにお手続きがない場合は、
施設の予約ができないため、ご利用できません

☐ 2月分の抽選予約を行い、施設利用が当選した方

☐ 11月27日～11月30日が支払い期限にあたる方

☐ 11月26日午後5時～12月1日に施設を利用したい方



11月26日午後5時でシステムの受付が
停止しますのでお早めにご来館ください

※予約システムのリニューアルに伴い、運用を一部変更します

Toda ママフェスタ

12月2日(土) 10:00~16:00

会場：1階 多目的室・あいパルひろば

Toda のママたちが中心となって企画・運営しています。
ワークショップ、ハンドメイドアクセサリーや小物など雑貨の販売、
模擬店やステージもあり、楽しいものやおいしいものがたくさん♪ぜひお越しください！

チャレンジカフェ

2階 キッチンスタジオ 11:00~16:00

自分のお店を持つことを目標に、3人が心をこめて提供します。
こだわりの逸品をぜひご賞味あれ♪ ※材料なくなり次第終了

同時開催

ドリンク
HINOWA
～日輪～



フード
Matricaria
～マトリカリア～



スイーツ
natural sweets
ALICE & EVE



2023
12/17(日)

【0歳から入場可能！】
【泣いても騒いでも大丈夫♪】

申込
11/5(日)～



午前の部 音感リズムあそびコンサート

10:30 開場 11:00 開演
料金 大人 1,500円 中学生以下無料

午後の部 親子 de クリスマスコンサート

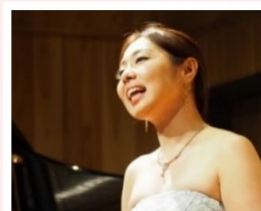
13:30 開場 14:00 開演
料金 大人 2,000円 小中学生 500円 未就学児無料

午後のクリスマスコンサートに出演してくれる子どもたちを大募集！

一緒に「世界中のこどもたちが」を手話付きで歌いましょう！
プロのオペラ歌手のレッスン付きです。
プロの演奏家と一緒に舞台上で歌っちゃおう！
詳細はホームページやチラシをご確認ください。



るーぽ HP



岩間望実 ソプラノ



松居美樹 ソプラノ



永野仁美 マリンバ



田邊安紀恵 ピアノ

共催
るーぽ、上戸田地域交流センターあいパル

女性チャレンジショップ事業

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～

戸田市では、市の起業支援セミナーを受講した方で、自身のビジネスプランの実現に向けたテストマーケティングや集客に挑戦する場として、女性チャレンジショップ事業を実施しています。
今回、それぞれのビジネスプラン実現に向けて、チャレンジショップをあいパルにて開催します。
ぜひお気軽にお越しください！

《シニアの歌声 at あいパル》

歌って健康寿命を伸ばしましょう♪
歌うことによって口腔環境が良くなり口腔機能もアップ
⇒シニア世代の生活機能の維持向上、自律のサポート講座です。



担当：佐藤 真理さん

- ・よみうりカルチャー横浜講師
- ・(株)カルチャー講師
- ・介護施設音楽レクリエーション講師
- ・地域音楽コーディネーター
- ・脳トレピアノ®Executive 認定講師
- ・武蔵野音楽大学卒業

こんな効果が！
♪免疫力アップ♪老化防止♪認知症予防♪ダイエット効果♪ストレス発散

特別な準備はいりません！
童謡～唱歌～歌謡曲までジャンル問わず
おしゃべり講師と一緒にワンチームで楽しく歌いましょう！

- | | |
|--|---|
| ★出店時間
11月17日(金) 午前10時～11時 | ★予約先
Tel 048-290-8400
(留守番電話) |
| ★参加費
お一人様 300円 | ※2点メッセージを残してください |
| ★予約の有無
事前予約有(当日参加も可能)
先着20名 事前申込優先 | ・お名前
・「11/17 歌声あいパル」
♪メール sugar.marin0105@gmail.com |

《美姿勢ウォーキング》※女性限定

はじめまして
モデルヒップアップウォーキング講師の漆原明子と申します。
綺麗になりたい方に向けて発信しております。
この度、美姿勢ウォーキングを担当させていただくことになりました。
宜しくお願いいたします。



担当：漆原 明子さん

- ・モデルヒップアップウォーキング講師
- ・美容健康 ヨガ歴 15年
- ・モデルラインワーク講師
- ・望む未来を実現するためのマインドセット考案者

- | | |
|---|--------------|
| ★出店時間
11月16日(木) 午前10時～11時
11月19日(日) 午前10時～11時 | ★詳細・申込はこちらから |
| ★参加費
一般 ワンコイン(500円)、学生 無料
※小学生高学年以上のお子さまも体験していただけます | |
| ★持ち物
動きやすい服装(できれば足のラインがわかりやすいもの)
※パンツスタイルでお越しください
靴下(汚れてもよいもの)、水分補給用の飲み物 | |
| ★予約の有無
事前予約有(当日参加も可能) 先着20名 事前申込優先 | |
| ★予約先
https://kireishisei.amebaownd.com/posts/48360612 | |



主催：戸田市経済戦略室 後援：あいパル

講座案内



冬休み書初め教室①②

12月23日(土)・25日(月)
26日(火)・27日(水)
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：飯塚稚世
料金：各800円
申込：11/5(日)~



フレッシュトリムII サークル体験講座「トリム体操」

12月7日(木)
10:00~11:30
対象：どなたでも
定員：15人
講師：フレッシュトリムII講師
料金：無料
申込：11/5(日)~



バレエサークルナーティ サークル体験講座 「子どものバレエ」①②

12月7日(木)
①17:00~18:00 ②18:00~19:00
対象：①3歳~小学2年生
②小学3~6年生
定員：各10人
講師：バレエサークルナーティ講師
料金：無料
申込：11/5(日)~



ペルビックストレッチ A・B

12月6日・13日・20日、
1月10日・17日・24日・31日(水)
全7回
A 10:30~11:45
B 13:30~14:45
対象：女性のみ
定員：各30人
講師：有山美由紀
料金：各4,620円(保険料込)
申込：11/6(月)~



美姿勢ボディメイク

12月9日・16日・23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：11/6(月)~



※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

★11月16日(木) ☆12月21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 ☆11/5(日)~



親子で竹細工をつくろう！①②

来年の干支である辰を作ります。
12月23日(土)
①13:00~14:00
②14:15~15:15
対象：市民の親子(小学生以上)
定員：各7組
講師：渡曾修
料金：各300円
申込：11/5(日)~



ヴァイオリンと一緒にリトミック A・B

12月23日(土)
A 10:00~10:40 B 11:10~11:50
対象：A 0歳~2歳未満の子どもと保護者
B 1歳6ヶ月~
未就学児の子どもと保護者
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(日)~



健康情報ステーションフレイル予防講座

12月4日(月)
10:00~11:30
対象：満18歳以上の市民
定員：30人
講師：戸田市福祉保健センター
内容：各種測定、講話、運動実技
※動きやすい服装でお越しください。
料金：無料
申込：11/1(水)~
※福祉保健センター成人保健担当
(048-446-6453)まで



体幹筋トレ&ソフトエアロ

12月5日・12日・19日・26日、
1月9日・16日・23日(火) 全7回
19:15~20:30
対象：30歳以上の市民
定員：20人
講師：岡本一美
料金：3,710円(保険料込)
申込：11/5(日)~



夜のリフレッシュ&リラックスヨガ

12月15日・22日、
1月5日・12日・19日・26日(金)
全6回
19:15~20:30
定員：20人
講師：岡本一美
料金：3,780円(保険料込)
申込：11/5(日)~



わくわくサイエンス A・B

「親子で挑戦！プログラミング」

12月10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年生と保護者
(4年生以上は1人でも参加可)
定員：各8組
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(日)~



親子で歌ってあそぼう！

12月20日(水)
◆らららクラス 9:30~10:00
◇びびりクラス 10:15~11:00
対象：◆1歳~4歳の子と親
※1人で歩ける子
◇0歳児と親
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(日)~



① 親子ふれあいヨガ

② ママのリフレッシュ親子ヨガ

11月16日・30日、
12月7日・14日(木) 全4回
①9:50~10:50 ②11:10~12:10
対象：①6ヶ月~1歳6ヶ月までの子と母親
②1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



赤ちゃん和妈妈のための ニコニコたいむ

★11月7日・14日・21日(火)
☆12月5日・12日・26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 ☆11/5(日)~



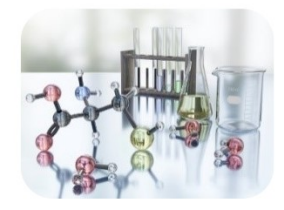
パパと一緒にふれあいタイム

★11月12日(日) ☆12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：★受付中 ☆11/5(日)~



「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~

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：受付中



【市民大学講座】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」~

11月18日(土) 13:30~15:30
対象：小学5年生以上の市民
定員：50人
ファシリテーター：
松本悠(東京大学 Educational Transformation
部門 特任講師)
登壇者：東京大学女子学生
共催：東京大学教養教育高度化機構
Educational Transformation 部門
料金：無料
申込：受付中

申込・問い合わせ

申込方法：窓口・電話(Tel.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。

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 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  11月11日・25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3土 11月18日(土) サンタさんとトナカイ 10:00～11:00 定員：24人 料金：20円 申込：当日受付	みんなでパルるんひろば  11月24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2・4月 オセロひろば 10月11日(土)・13日(月)・25日(土)・27日(月) 10:00～11:00 どなたでも 定員：各5組(10人)	第2・4土 第1・3土 こどもと初心者のための囲碁将棋ひろば 11月4日・18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 11月26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 11月3日・10日・17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 ゆりえセラピーでリラックス 11月2日(木)・10日(金) 11月16日(木)・24日(金) 10:00～11:00 どなたでも	第2・4金 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 11月3日(金祝)・5日(日) 12日(日)・19日(日) 23日(木祝)・26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 パルシアターとかがみとだおはなし会 11月12日(日) 14:00～15:00 12月3日(日) 13:30～14:30 どなたでも 定員：各30人 上映作品 11月「チップとデール」 12月「トムとジェリー3」

あいパルの健康フリーイベント

大人のパルシアター  11月23日(木祝) 14:00～16:00 どなたでも 定員：40人 上映作品「雨に唄えば」 ※11/5(日)～事前申込制。 申込・問合せは上戸田分館まで。	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6日(月)・22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  11月6日(月)・22日(水) 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。 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好みで!いろいろな仕立て方もご紹介します。 ※事前申込制。受付中 申込・問合せはあいパルまで。
--	---	--	--



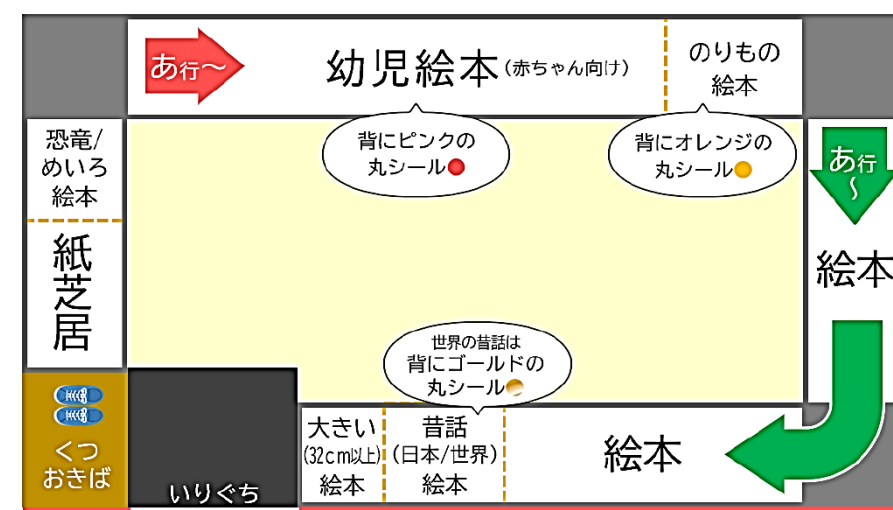
上戸田分館からののお知らせ



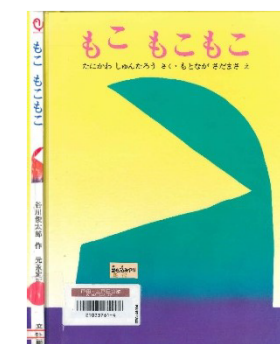
絵本の並び方が変わりました

「絵を描いた人の名前(姓)」の頭文字「2文字」で「あいうえお順」に並んでいます。赤ちゃん向け・幼児絵本(背にピンクの丸シール)と、のりものの絵本(背にオレンジの丸シール)、昔話絵本(日本と世界で分かれています)は、それぞれの場所で「絵を描いた人の名前(姓)」順に並んでいます。紙芝居は出版社の名前順です。

▼絵本コーナーの見取り図▼



たとえば…



▲あざやかな絵と言葉のひびきを楽しめる赤ちゃん向け絵本。

→ 背に●シール。幼児絵本の場所にあります。

タイトル：『もこもこもこ』
 出版社：文研出版
 たにかわ しゅんたろう/さくもとなが さだまさ/え

→ ラベルは「モト」です。

ぬいぐるみといっしょに来てね

ぬいぐるみ おとまり会

ぬいぐるみと一緒に絵本やおはなしを聞いた後、ぬいぐるみだけ残ってあいパルにおとまりします。

19日(日) おはなし会 ぬいぐるみを おあずかりします	20日(月) おとまり あいパル 休館日です	21日(火)～ おむかえ 1週間以内に お越しください
---	---	--

日 時：11月19日(日)
 ①10:30～11:30
 ②13:30～14:30

対 象：どなたでも

※未就学児は保護者同伴

定 員：各10組(20人)

申 込：11/1(水)～



申込・問い合わせ

戸田市立図書館上戸田分館：窓口・電話(Tel.048-442-1211) 受付時間：9:00～21:30

マークのひみつを考えよう!

○△□のひみつ

～マークにかくされたおやくそく～

マークがあるのは何のため? マークのひみつ、考えてみませんか?子ども向け「法」セミナーです!

日 時：11月26日(日) 10:30～11:30

対 象：小学1・2年生とその保護者

定 員：8組(16人)

講 師：寺田康子(行政書士)
 山賀良彦(行政書士)

申 込：11/5(日)～



おうちで絵本ひろば開催

図書館職員による絵本の選び方等についての話。

日 時：11月25日(土) 10:30～11:00

対 象：0～2歳児の保護者※おはなし会ではありません

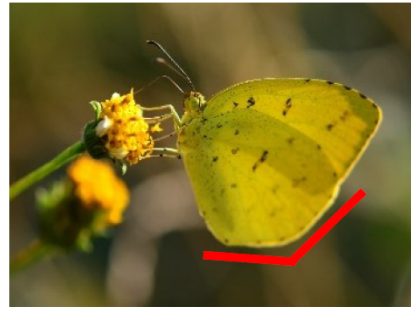
定 員：10人(お子様連れ可)

申 込：当日受付

10月号「今月の表紙」についてお詫びと訂正

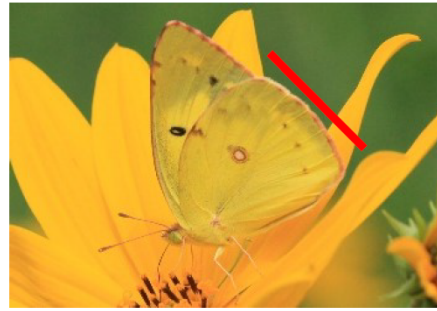
「コミ誌」PALDISE 10月号の「今月の表紙」において、誤りがございました。表紙に写っているチョウを「モンキチョウ」と紹介しましたが、正しくは「キタキチョウ」でした。ここに謹んでお詫び申し上げます。

今回は、似ているモンキチョウとキタキチョウの見分けるポイントを紹介いたします。



▲キタキチョウ（写真①）

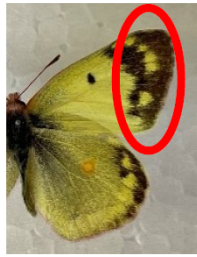
まず、はねの模様に着目するとキタキチョウの場合、黒い点がまばらに散らばっています（写真①）。対して、モンキチョウのはねの裏側には白く丸い点があるのが特徴です（写真②）。写真だとはねの真ん中にあるのが見えますね。加えて、はねの形を比べるとキタキチョウのはねが少し角ばつていて、モンキチョウのはねは直線的になっているのが分かるでしょうか（写真の赤線部分）。また、はねの表側も見てみると、キタキチョウは全体的に黄色く黒い部分に模様は入りません（写真③）。越冬する個体は、黒い部分がほぼ消えるものもあります。一方、モンキチョウのはねの黒い部分には、点々模様



▲モンキチョウ（写真②）



▲キタキチョウのはねの表側（写真③）



▲モンキチョウのはねの表側（写真④）

今回の記事作成にあたって、彩湖自然学習センター学芸員の山本理香様にご協力いただきました。チョウの写真も彩湖自然学習センターより提供いただきました。参考にした資料
*『日本のチョウ』日本チョウ類保全協会／編 誠文堂新光社

今月の表紙 シジュウカラ

撮影：堀田利雄 撮影場所：戸田市本町

今月は、大人になったシジュウカラ。特徴であるネクタイのような模様の黒色が一層濃くなり、凛々しい佇まいです。5月号の表紙を飾った幼鳥とぜひ見比べてみてください。バックナンバーはあいパルホームページからご覧いただけます。
5月号では「シジュウカラ」という名前が、昔の小鳥の鳴き声の表現「しゅう」に由来があるところを紹介しました。現在では、シジュウカラの鳴き声を書き記すと「ツツピ、ツツピ」や「ジュクジュク」等と表現できます。

鳥の鳴き声は、大きく分けて2種類あります。「さえずり（song）」と「地鳴き（call）」です。さえずりは、主にオスが縄張りの主張やメスへのアピール等に用いるもの。地鳴きは、ヒナがご飯をせがんだり、仲間

に天敵を警戒するよう呼びかけたりするものです。シジュウカラの例では、「ツツピ」と聞こえるのはさえずり、「ジュクジュク」は地鳴きに当てはまります。
更に、シジュウカラは「言葉」を操っていることが科学的に証明されて

参考にした資料
*『鳥類学が教えてくれる「鳥」の秘密事典』陳湘静・林大利／文 SBクリエイティブ
*『日本の野鳥さえずり・地鳴き図鑑』植田睦之／監修 メイツユニバーサルコンテンツ
*『動物たちは何をしゃべっているのか？』山極寿一・鈴木俊貴／著 集英社

勝手に認定 みんなの戸田遺産

No.078 戸田市立中央図書館 ～祝！開館40周年～



▲1988年（昭和63年）の様子。（戸田市立図書館 HP より）

戸田市立中央図書館は今年、開館40周年を迎えました！そこで今回は、中央図書館のことを紹介します。
中央図書館が開館したのは、昭和58（1983）年11月1日のこと。それまでは、上戸田・東部・西部・新曽の各福祉センター（公民館）にある図書室が地域の図書館の役割を果たしていました。まだ田畑が広がるのかな光景の中に新しく建てられた中央図書館は、床面積約4000㎡、蔵書冊数約25万冊と、当時は埼玉県内でも有数の広さを持つ図書館でした。オープン当日には、貸出券をつくる人で大変な賑わいだっ

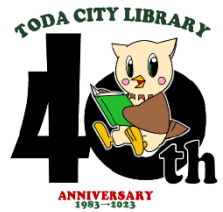
たそうです。
現在、入口の横に「ミミズクの石像があるのは皆さまご存知でしょうか。この石像も、中央図書館が開館する際につくられたものです。開館当初は入口の左上、3階部分に設置されていたもので、2020年4月にリニューアルオープンした際、今の場所に移されました。作者は彫刻家の空充秋（そらみつあき）氏で、ミミズクの羽の色に似ている「さび御影石」という石を使つてつくられています。大人の背丈くらいの高さがあり、高いところにあつた時には気づきませんでしたが、近くで見ると意外に大きく感じられます。



▲正面玄関横の石像

ところで、なぜ図書館にミミズクなのでしょう？その理由はギリシャ神話で学問や知識、技術をつかさどる神様ミネルバの使いがフクロウであり、ミミズクはフクロウの仲間だからだそうです。（※フクロウとミミズクは、呼び方に違いはありますが、生物学的にははつきりした違いは無く、英語圏ではフクロウの仲間をすべてOwと呼んでいます。）市民のつとまなびたい意欲にこたえる場所」にぴたり、ということでミミズクが選ばれました。図書館で発行している『わいわいだより』にも、ミミズクのキャラクター「みみちゃん」が登場します。昭和59（1984）年12月に発行された第1号から登場しており、40周年記念事業のロゴにもなっているの、皆さんもよくご存知だと思

います。
そんなみみちゃんですが、実は家族や友達などたくさん仲間がいることは、意外と知られていないのではないのでしょうか。中央図書館2階のレファレンスカウンターのマスコットガール「レミさん」や探検家にあこがれている「ホーリーくん」
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
*『戸田市立図書館開館30周年記念誌』戸田市立図書館／編 戸田市立図書館
*『月光浴びて飛翔する狩人』戸田市立郷土博物館
*『戸田市立図書館HP』図書館40周年記念ページ 写真で見る図書館の歴史
https://library.toda.saitama.jp/zentai/40anniversary/history/40history_top.html



▲40周年記念事業のロゴマーク



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？



『驚愕！竹島水族館
ドタバタ復活記』
小林龍二／著 風媒社

【ハッとして！GOODポイント】

輝くための七つのヒント

この七か条は水族館に限らず、全ての職業に言えることだと思います。ただ好きなものに囲まれて仕事を^{こな}し、給料をもらうことも幸せと言えそうですがもしも。しかし、好きなものに囲まれる余りに、お客様のことが見えなくなってしまうのです。「どうしたら良くなるだろう」「どうしたら喜んでくれるだろう」を常に考え、行動し、結果が出れば、給料といった即物的ではない、次へとつながる充足感が手に入ります。

⇐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 61 (西川口駅一下笹目)

西川 62 (西川口駅一北戸田駅)

西川 63 (西川口駅一戸田公園駅)

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

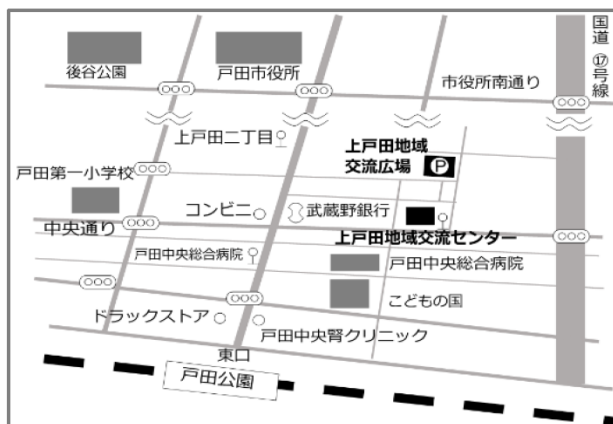
X(旧 Twitter)
Facebook
Instagram
LINE
YouTube



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」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

センター休館日 11/20(月)

図書館休館日 11/20(月)・30(木)

2023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
【市民大学講座】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」～ 11月18日(土) 13:30～15:30 料金:無料 対象:小学5年生以上 事前申し込み制※詳細はミニコミ誌をご覧ください。		1  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	2  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ぬりえセラピー]	3 文化の日  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]	4  9:30～ [ラジオ体操]  13:00～15:00 [囲碁将棋ひろば]	5 【講座受付開始日】  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  11:00～15:00 [とだ環境フェア]
6 【講座受付開始日】  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～12:00 [健康相談& つじちゃんルーム]	7  9:30～ [ラジオ体操]	8  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	9  9:30～ [ラジオ体操]	10  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]	11  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]	12  10:30～11:30 [ステンドグラス風アート]  13:00～14:00 [ストップDV！コバトンをつくろう]  14:00～15:00 [パルシアターと かみとだ おはなし会]
13  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]	14  9:30～ [ラジオ体操]	15  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	16 【施設予約抽選日】  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ぬりえセラピー]	17  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～12:00 [手芸ひろば]  10:30～11:00 [赤ちゃんおはなし会]	18  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [ストップDV！コバトンをつくろう]  10:00～11:00 [新聞ちぎり絵]  13:00～15:00 [囲碁将棋ひろば]	19  13:00～14:00 [ストップDV！ コバトンをつくろう]  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]
20 休館日	21  9:30～ [ラジオ体操]	22  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]	23 勤労感謝の日  10:00～11:00 [ストップDV！ コバトンをつくろう]  10:30～11:30 [ステンドグラス 風アート]  14:00～16:00 [大人のパルシアター]	24  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 パルるんひろば]	25  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]  10:00～11:00 [ストップDVコバトンをつくろう]  10:30～11:00 [おうちで絵本ひろば]  11:00～15:00 [おもちゃの病院]	26  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]
27  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～11:00 [オセロひろば]	28  9:30～ [ラジオ体操]	29  9:30～ [ラジオ体操]  10:00～10:30 [脳トレ体操]	30  9:30～ [ラジオ体操] 図書館休館日	2F上戸田分館 11月展示 LIFE ～ひろがるいのち～ 新曽中学校生物育成研究部成果発表 / 生き物の生態に関する図書 / 海洋インフォグラフィックコンテストノミネート作品 など生物について学べる展示を行います！ (～11月29日まで)		

福祉保健センターからのお知らせ

飲酒習慣を見直してみませんか？

～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、適量を超えると、健康を害したり、事件・事故を招いたりするおそれもあります。

お酒の適量をご存じですか？オーディット(AUDIT)で飲酒習慣を見直してみよう！

※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。

飲み過ぎは、肝臓病・高血圧・糖尿病・痛風・がん・依存症など心にも身体にも悪影響が及びます。適量を心がけましょう。妊婦や授乳中の方は、流産の危険や、子どもの成長の妨げになりますので、禁酒をしましょう。

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！

詳細については戸田市の
ホームページをご覧ください。
(通信料は自己負担)



月～土 「ラジオ体操」 場所 1F広場 ※雨天室内開催 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。 	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 「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 「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 各30人 内容 11月は『チップとデール』の上映とおはなし会、 12月は『トムとジェリー3』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。 ※11月は第2週目に開催します。 
月・土 オセロひろば 場所 2F高齢者サロンの隣 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 手芸ひろば 「クロスステッチ刺繍でクリスマスを楽しみましょう！」 講師 あいパル手芸ボランティア 場所 3Fアトリエ 対象 どなたでも 費用 300円 ※事前申し込み制です。 内容 クリスマスのモチーフでクロスステッチ刺繍を 楽しみましょう。はじめての参加も歓迎です！ 	土 「おもちゃの病院」 毎月第2土曜日(奇数月のみ第4土曜日も開催) ※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。 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！ 	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 「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 楽しむ時間です。 保健師さんへの相談もできます。 	土 「おうちで絵本ひろば」 奇数月第4土曜日 場所 2F和室 費用 無料 定員 10人 対象 0～2歳児の保護者の方 (お子様連れ可※託児はありません) 内容 図書館司書による絵本の選び方や絵本 による子育てのお話。 当日受付です。 	「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、おひとり様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 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 「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 定員24人 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「サンタさんとトナカイ」 のちぎり絵を作ります。 	日・祝 「スタ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 「大人のバルシアター」『雨に唄えば』の上映 場所 3F研修室 対象 どなたでも 費用 無料 定員 40人※11月5日(日)～申込受付 上戸田分館または電話(048-442-1211)にて お申込みください。	「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。座ったままできる簡単な体操も行ってい ます。 