戸田市立
図書館 **上戸田分館** PRESENTS

2025
10
Vol.123

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？

『"深読み"の技法 』
小池陽慈／著
笠間書院

【ハッとして！GOOD ポイント】

情報化社会必見！"深読み"の極意

物事について考える時、今は PC やスマートフォンを使えば「答え」らしきものがすぐわかる便利な時代なので、白黒はっきりつけたくなりますよね、本書は"深読み"の大切さについて教えてくれます。わからない状態にあえてとどまり、思考を深めながら本を読む。一見すると時間の無駄のように思えることも、自分自身の考え方を形作る上でとても大切なことだと気付かされました。

⇦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
　　№3「戸田中央総合病院」徒歩約 5 分
　　№4「上戸田二丁目」　徒歩約 5 分
　川岸循環(赤)最寄りの停留所
　　№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

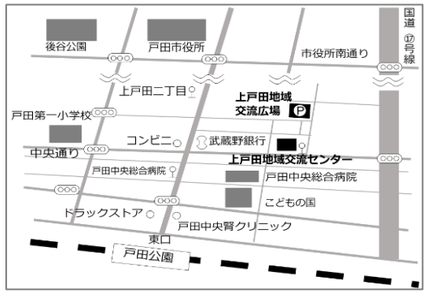
センター休館日 10/20（月）
図書館休館日 10/1(水)～10/3(金)
※特別整理期間、10/20(月)、10/31(金)

12/16(火) 臨時休館
館内工事のため

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）

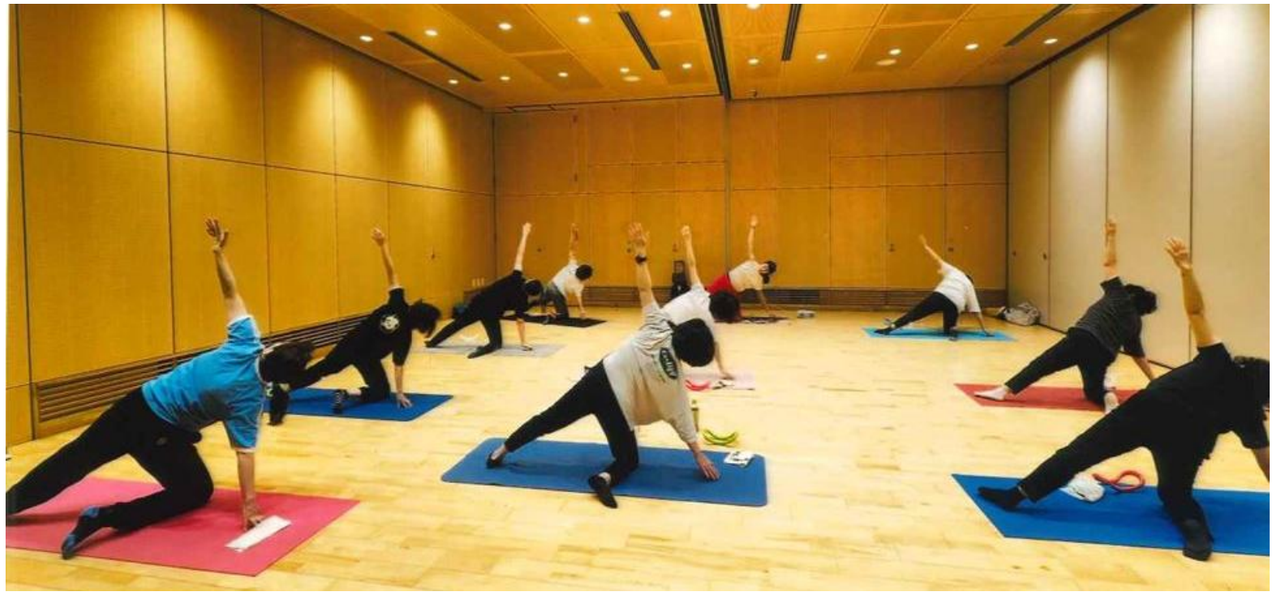
発　行／〒335-0022　埼玉県戸田市上戸田 2-21-1
　　上戸田地域交流センター
　　TEL 048-229-3133　　FAX 048-229-3996
　　Mail　kamitoda7kouryu@ipal-friendship.net
　　戸田市立図書館上戸田分館
　　TEL 048-442-1211　　FAX 048-229-3824
　　Mail　kamitoda7toshokan@ipal-friendship.net
責　任／フレンドシップ上戸田共同事業体

あいパル

PALDISE

2025
Vol.123
10

【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



今月の表紙は　あいパルサポーターズ倶楽部
「ハッピーピラティス」の皆さんです

【特集】
Pink　Ribbon　×　Hula / 第４回 あいパル音楽祭 出演者・出展者募集 /
あいパル 10 才のお誕生日会 報告　/ ハッピーピラティス 紹介 /　がん講演会　/
【市民大学講座】戸田ぶらりウォーク～喜沢の巻～ / ケアラーパネル展
講座・イベント案内／ハッとして！ＧＯＯＤカード

あいパルは**男女共同参画**の推進拠点です

～がんになっても安心して暮らせる社会を目指して～

Pink　Ribbon　×　Hula

ピンクリボン×フラ

10/12(日)　10:00～16:00

フラダンス、ウクレレ、メレフラタイムあり

詳細は館内で配布中のちらしをご覧ください

Pink & colorful!! フラガールの森カフェ

多目的室 4・5

市内在住のアーティスト、kūlele shima さんによる
等身大のフラガールアートパネルがお出迎え♪
キッチンカー、あいパルカフェの食事を楽しみながら
家族みんなでゆっくり過ごせる空間です。

上戸田分館所蔵関連本紹介コーナー

国立がん研究センターが作成したがん情報の
冊子や、がんに関する本を展示します。
コーヒー・紅茶を飲みながらがんを知ろう♪

フラガールガレージセール

あなたの欲しかった何かが見つかる！！
寄付によるフラアイテムの販売です。

掘り出し物あり♡

フラドレス・ヘアクリップ・
ハワイアンレイなど 300 円
パウのみ 1,000 円
バッグ・サンダル・T シャツは
未使用品のみ。

ハワイアンクラフトストア

Hawaiian キルト展示

シュシュにもなる ハワイアンブレスレット

広　場

料金:500 円
対象:どなたでも
（未就学児～小学２年生は保護者同伴）
当日受付･材料なくなり次第終了

キッチンカー＆飲食販売

ハワイアン料理のお弁当や
スイーツなどを販売します。

✿Bear's PuPu　✿STOVE C.S.
✿étoile　✿ALOHA DOG CAFE

ロミロミ

ハワイの伝統的なマッサージ、
ロミロミが体験できます。(20 分/1,000 円)
癒しの技術で心身ともにリラックス♪

ウクレレオープンマイク！

ホール

ステージに立って
ウクレレを披露しませんか？
みんなでステージを盛り上げよう♪

エントリー方法:当日受付、
黒板記入方式
時間:12:30～14:00
ウクレレは貸出も出来ます。

ウクレレ無料体験！

ウクレレの楽しさを体験しよう♪
子どもから大人まで大歓迎！

対象：ウクレレに初めて触る方
（小学５年生以上）
時間：14:15～15:00

第4回

あいパル音楽祭

2026

5/9(土)―10(日)　出演者･出展者募集!

第４回あいパル音楽祭　出演者、出展者募集に伴う説明会

･11 月 8 日(土)　14:00～15:30　3F ホール
･11 月 16 日(日)　14:00～15:30　1F 多目的室

２日間のうちどちらかにご参加ください。両日内容は同じです。
出演・出展の申込には、説明会への参加が必須となります。

事前申込制
10 月 1 日（水）～
受付開始

募集要項は、10 月 25 日（土）から、あいパル 1F ロビーで配布、あいパル HP からもダウンロード可能予定

【　出演者　募集　】

発表出演者（ホール・広場・研修室）
絵本『14 ひきのあさごはん』演奏者
ワークショップとのコラボ演奏　等

【　出展者　募集　】

ワークショップ出展者
（楽器工作、楽器体験、音楽にまつわる小物の販売　等）

【新企画『MUSIC＋』(ミュージックプラス)　出展者募集】
～音楽と芸術の出会いが、化学反応を引き起こす、新しい形の展示会～　詳しくは館内にて配布のチラシをご確認ください。

あいパル音楽祭実行委員会
問合せ：あいパル窓口またはお電話にて
☎048-229-3133

「あいパル 10 才のお誕生日会」を開催しました！

IPAL 10th Anniversary

あいパルは 2015 年 9 月に開館し、今年で 10 周年を迎えました。
9 月 6 日(土)・7 日(日)の 2 日間、10 才の誕生日をお祝いするイベントを開催し、子どもから大人まで多くの方に来場いただきました。
2 日間晴天にも恵まれ、発表やイベント、模擬店など様々な催しを楽しんでいただきました。
10 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。

たくさんのお祝いメッセージ
ありがとうございました！

あいパルサポーターズ倶楽部紹介

Vol.7

ハッピーピラティス

あいパルの登録団体として活動されている
「サポーターズ倶楽部」の皆さんをご紹介します！

▲先生の美宅玲子さん

ピラティスは
ドイツ人のピラティスさんによって
考案されたんだって！

リラックスして、でも芯は通して

「ハッピーピラティス」は 2011 年に活動を開始して、今年で 15 年目になります。上戸田公民館での講習会に参加した方がサークルをたちあげ、現在に至ります。

活動日に取材に伺うと、ゆったりとした音楽が流れており、とてもリラックスできる空間でした。先生の誘導でピラティスの器具(専用のリング)を使いながら、時にはセルフマッサージも取り入れ、呼吸と連動した動きで関節等をほぐします。ポーズごとに、どの臓器や神経系にアプローチしているのかも、先生が丁寧に説明されていました。

会員の方にお話を伺うと、「身体がほぐれてすごくリラックスできます」「ケガをしない身体づくりになります」とお話してくれました。レッスン中、先生の「身体の外側の力は抜けていて、でも中は芯が通っています」という言葉が印象的でしたが、しなやかな身体づくりが大切なのですね。

いつからでも「快適な生活」を

「ピラティスはもともとリハビリから始まっています。体幹を鍛えて身体をほぐすので、レッスンが身体を動かすきっかけになるとともに、生活の中で正しい姿勢を過ごせる手助けになります。肩こり・腰痛・老化防止に効果的です。ピラティスで、いつからでも快適な生活を目指せます。」とお話いただきました。随時、体験を受付していますので、ぜひ参加してみてください♪

【活動日】
原則毎週金曜日　9:00～10:00　入会金:3,000 円　月会費:1,800～3,600 円
問合せ先: 080-3346-5006(梅澤)

【コラム】一緒に学ぼう！ 助産師/思春期 保健相談士 小村 陽子

「性教育」と聞くと何を考えますか？

「生理、精通、妊娠、避妊の話でしょ。」と思うのではないでしょうか。これらは性教育の一部です。
私たち大人は、性教育をちゃんと受けてこなかった人が多いと思います。そのため「子どもたちにどう話していいかわからない。自然でいい。」と考えてしまうのも無理ありません。「寝た子を起こすな」という意見も聞かれます。しかし今の社会は、インターネットや SNS の普及で、私たちが子どもの時の環境とは大きく変わっています。インターネット、SNS などには誤った情報もたくさんあります。また子どもを性の対象として悪いことをする人たちもいます。性教育を受けた子どもたちは、性行動が慎重になり初体験年齢が上がることや、意図しない妊娠や性感染症のリスクが下がるという調査結果が出ています。

国際的には「包括的性教育」という人権、性の多様性、体の変化、生殖、ジェンダー平等、コミュニケーション、情報リテラシー、性的同意、バウンダリーなどのテーマを発達段階に応じて学ぶことが推奨されています。

ユネスコ（国連教育科学文化機関）が作成した「国際セクシュアリティガイダンス」に具体的な指針が示されています。この指針では、性教育は「5 歳」から始めることを推奨しています。日本では小学校 4 年、5 年生から心と体の変化などの授業が始まります。国際的な動きから遅れている日本ですが、2021 年より文部科学省が新しい取り組みとして「生命（いのち）の安全教育」を始めました。幼児から大学生・一般向けに学習用スライドを公開しています。

お子さんが 5 歳を過ぎていても大丈夫です。

まず「あなたはとても大事。あなたの体は大事」と事あるごとに伝えていきましょう。例えば、体の部位の名前を知り、体を自分で洗うことができるようにしていくことから始めるのもいいかもしれません。何か質問されたら、驚いて叱ったりしないでください。まず「いい質問だね」と言いながら落ち着きましょう。そして、どうして知りたいか訊いてみましょう。その答えで伝える内容が違ってきます。大事なことは、何を訊いてもいい、恥ずかしいことではない、一緒に考えていくという雰囲気です。分からない時は「調べておくね。」と伝え、調べてから話してあげてください。最近、性教育関連の書籍がたくさん出版されています。図書館に参考になる本、絵本がたくさんあります。気にいった本があれば、購入しいつでも家族が読めるようにしてもいいと思います。

子どもの性に対する疑問は、彼らの心と体を守るチャンスです。
性に関する問題は、子どもだけでなく大人も誰もが当事者になりえます。身構えず、大人も子どもと一緒に学んでいきましょう。

【開催報告】スポーツ療育イベント

8 月 10 日、23 日の 2 日間にわたり、スポーツ療育イベントを開催しました。
スポーツ療育とは、子どもの障害特性を理解している指導者と共に無理なく、楽しく身体を動かし、ボールに触れたりゲームをしたり、新たな可能性や能力を引き出すことを意図しています。参加した子どもたちは、スポーツ療育イベントにより新たな交流の場で様々な成功体験をして帰っていきました。

講　座　案　内

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

赤ちゃんとママのための ニコニコたいむ

★11 月 4 日･18 日(火)
☆10 月 7 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 7 組
講師：小村陽子
料金：各 700 円（保険料込）
申込：★10/5(日)～　☆受付中

パパも一緒にふれあいタイム

★11 月 30 日(日)
☆10 月 19 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：★10/5(日)～　☆受付中

ハワイアンリトミック A･B･C

11 月 6 日･20 日、
12 月 4 日･18 日(木) 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 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 3,440 円（保険料込）
申込：10/7(火)～

ヴァイオリンと一緒にリトミック A･B

11 月 29 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、0 歳児無料
申込：10/5(日)～

わくわくサイエンス A･B 「光るプレートを作ろう」

11 月 16 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：10/5(日)～

手芸ひろば 「ハギレでつくるクリスマスリース」

11 月 21 日(金)
10:00～12:00
定員：20 人
講師：あいパル手芸ボランティア
料金：500 円
申込：10/5(日)～

写真は過去のメニューです

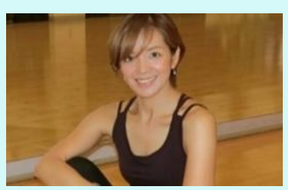
つくって食べよう！ お喜楽食堂

★11 月 20 日(木)　☆10 月 16 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：★10/5(日)～　☆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

★11 月 22 日(土)　☆10 月 25 日(土)
10:30～13:30
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：★10/5(日)～　☆受付中



美姿勢エクササイズ

11 月 1 日･8 日･15 日･22 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：10/6(月)～

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」

11 月 2 日･9 日･16 日･23 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）
料金：3,200 円
申込：10/5(日)～

基礎的なテクニックを身につけたい人のための 「UKULELE 初級ベーシック講座」

11 月 2 日･9 日･16 日･23 日(日)
全 4 回
13:00～15:00
対象：小学 5 年生以上
定員：15 人
講師：山口まく
料金：3,200 円
申込：10/5(日)～

ホリデーやさしいヨガ（入門編）

11 月 24 日(月祝)
9:30～10:45
定員：33 人
講師：AI
料金：630 円（保険料込）
申込：10/7(火)～

ホリデーリフレッシュヨガ

11 月 24 日(月祝)
11:00～12:15
定員：33 人
講師：AI
料金：630 円（保険料込）
申込：10/7(火)～

戸田市囲碁同好会 サークル体験講座 「囲碁入門講座」

10 月 11 日(土)
13:30～15:00
定員：10 人
料金：無料
申込：受付中

～あいパルで楽しみながら学ぼう！～

大人からの手習い 暮らしに役立つペン習字

11 月 29 日、12 月 6 日・20 日、
1 月 10 日・24 日(土)　全 5 回
14:30～16：00

定員：18 人
講師：飯塚稚世
料金：4,000 円
申込：10/5(日)～

第 1 回では、姿勢やペンの持ち方から、ボールペンで名前を書く練習等を行います。
第 2 回以降は、実際に、手紙やはがき、のし袋(筆ペン)の書き方を教わります。

女性のためのがん講演会

若いうちから知って備える がんとわたしの健康

市民大学講座

がんは２０代～３０代女性にも身近な病気です。
いざというときに慌てないために、がんになる前に知っておきたいことをお伝えします。毎日忙しくて、つい後回しにしてしまいがちな自分の健康のことですが、まずは「がん防災」から始めてみませんか？

日時　2025/10/25(土) 10：00～11：30 (受付 9：30～)

会場　上戸田地域交流センター（あいパル）3階ホール

講師　一般社団法人 がんと働く応援団
共同代表理事 乳がんサバイバー 野北 まどか氏
悪性リンパ腫サバイバー　芝原　薫　氏

定員　60人　※要申込み（電話または電子申請）

対象　市民・在勤者　　参加費　無料

２０代がん経験者の声もお届けします。

申込み･問合せ　戸田市福祉保健センター　健康づくり担当
☎:048-446-6453　FAX:048-446-6284

申込みはこちら

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

10 月 11 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。

新聞ちぎり絵ひろば

第 2･4 火

10 月 14 日･28 日(火)
「ゾウ」「焼き芋」
10:00～11:00
定員：各 24 人
料金：各 20 円
申込：当日受付

パルシアターとかみとだおはなし会

日

10 月 5 日(日)　10:30～11:30
11 月 3 日(月･祝)　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
10 月「14 ひきのかぼちゃ」
11 月「NHK こども人形劇」

オセロひろば

第 2･4 月

10 月 13 日･27 日(月)
10:00～11:00
どなたでも
定員：各 5 組(10 人)

こどもと初心者のための囲碁将棋ひろば

第 1･3 土

10 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

ボードゲームひろば

第 4 日

ボランティア募集中！詳しくはお問合せください

10 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

大人のパルシアター

日

11 月 3 日(月・祝)
13:30～15:30
どなたでも　定員：60 人
※開演 20 分前から受付開始
上映作品「禁じられた遊び」
申込：10/5(日)～事前申込制

ぬりえセラピーでリラックス

毎週木

10 月 2 日･9 日･16 日･23 日･30 日(木)
10:00～11:00
どなたでも

音楽に合わせて脳トレ体操！

毎週水

10 月 1 日･8 日･15 日･22 日･29 日(水)
10:00～10:30
どなたでも

赤ちゃんおはなし会

金

10 月 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)

みんなでパルるんひろば

金

10 月 24 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。

歌声サロン

第 1 月

12 月 1 日(月)
10:30～11:30
どなたでも
申込：10/25(土)～
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

10 月 11 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できるスポーツです。初めてでも簡単に楽しめます。
※雨天時は中止になる場合があります。

絵本カフェ

10 月 19 日(日)
14:00～16:00
どなたでも(中学生以上)
定員：15 人
テーマ「しろくまちゃんのほっとけーき」
※事前申込制　申込受付中

読書カフェ ～ゆるっとビブリオバトル編～

11 月 24 日(月・祝)
14:00～15:30
どなたでも
定員：15 人
持ち物：紹介したい本 1 冊
※事前申込制　10/5(日)～

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

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 14 日(火)･31 日(金)
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 14 日(火)･24(金)･31 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。

視覚に障がいがある方のための 新サービスがスタート

戸田市立図書館HP
アクセシブルライブラリー

アクセシブルライブラリー

Q.「アクセシブルライブラリー」ってなに？

A. 視覚障がい者のための電子図書館サービスです。
電子書籍を音声自動読み上げシステムで読む(聞く)ことができます。
読み放題のサブスクリプションサービスなので、貸出や予約などの手続きもありません。
Webサイトはスクリーンリーダーで読み上げることで、障がいのある方が独力で操作できます。
読み上げ機能は、声の速度や高低を変更できるため、利用者の聞きやすい設定にすることができます。
サービスの詳細については、アクセシブルライブラリーホームページ(https://acc-lib.mediado.jp/)をご覧ください。

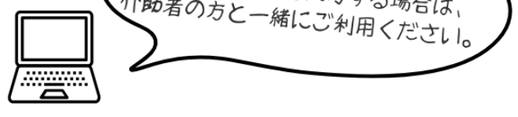
Q. 利用できる人、費用は？

A. 戸田市在住で障害者手帳(視覚障害)をお持ちの方はだれでも無料で使うことができます。
※障がいの等級は問いません
詳細は戸田市内の図書館カウンターにてお問合せください。

Q. どうやって使うの？

A. 戸田市内の図書館カウンターにて、専用のIDカードを発行します。
利用申請は代理人の方でも可能です。
カードに記載の二次元バーコードからサイトにログインすることで利用できます。
Webブラウザが使用できれば、PCからの利用もできます。アプリのインストールは不要です。

（見本）



問合せ先

戸田市立図書館上戸田分館
TEL：048-442-1211　FAX：048-229-3824
E-mail：:kamitoda7toshokan@ipal-friendship.net

市民大学講座
戸田ぶらりウォーク
～喜沢の巻～

戸田の歴史と文化を「戸田歴史ガイド」の方々の解説と共にめぐる「戸田ぶらりウォーク」。今回は、喜沢地域を中心に、地元の歴史やおもしろいオブジェを堪能します。今回の見所はコチラ！

さざ舟の路

喜沢地域の公園は、市内の公園の中でもユニークで一風変わったオブジェがあることで知られています。名前も、「アリスの広場」や「竜神の広場」「一寸法師の広場」など、一度聞いたら忘れられないインパクトのあるものばかり。喜沢二丁目はまさに野外美術展ともいえるパブリックアートのスポットとなっているのです。これらの広場と、それをむすぶ「ささ舟の路」は、グリーンネットワーク事業の一環として、約2年の歳月をかけ、平成年度に完成しました。

この「ささ舟の路」は、個性的な魅力ある郷土づくりに向けた取り組みに対して国から贈られる「手づくり郷土賞」を平成6年度に見事受賞しています。普段、何気なく通り過ぎていた道や公園が、その由来を知ると、何となく輝いて見えてきます。

常福寺

常福寺には、「常福寺当麻曼荼羅」「寛政の宝篋印塔」「名号塔」と、なんと3つも市指定文化財があります。今回は3つすべて見ることができます！

特に、「常福寺当麻曼荼羅」は、今回特別に見せていただきます。「当麻曼荼羅」は浄土教の教えをわかりやすく具体的に図示した浄土変相図の1つで、当麻寺（奈良県）に残されているところから当麻曼荼羅と呼ばれています。常福寺の当麻曼荼羅は、1822年（文政5年）から1824年（文政7年）にかけて描かれたものです。色彩がたいへん鮮やかで、大きさも縦・横2メートルとかなり大幅なので、見ごたえも抜群です。

開催日時 11月1日（土）
13:30 出発 15:00 解散
※13:20 東部福祉センター前集合

ガイド役:戸田歴史ガイドの会
対象：中学生以上
（小学生は保護者同伴なら可）
定員：15人　　料金：10円（保険料）
申込：10月5日（日）～
上戸田分館（048-442-1211）まで

集合場所 東部福祉センター
→ 下戸田氷川神社
→ ささ舟の路
→ 一寸法師の広場
→ アリスの広場
→ 竜神の広場
→ 常福寺
→ 解散場所 東部福祉センター

1階 ラウンジ

11月は埼玉県「ケアラー月間」

ケアラーパネル展

2階 上戸田分館

10月21日(火)～27日(月)

「ケア」って何だろう？どんな事をしているの？
最近よく聞く「ヤングケアラー」「ビジネスケアラー」
ってどういう人たちなの？
ケアをしている方も、経験が無い方も、「ケアラー」を
正しく知っていただけるようなパネルを展示します。

認知症啓発展示 開催中

10月31日(金)まで
※センター・図書館休館日:10月20日(月)
※図書館休館日:10月1～3日(水～金)・31日(金)

自身の予防だけでなく、介護する家族や
地域との関わりなど今から考えてみませんか？

アンケートにお答えいただいた方には、
認知症サポーターキャラバン公式キャラクター
「ロバ隊長」のペーパークラフトをプレゼント！

ハロウィンおはなし会

絵本や紙芝居、ゲームでハロウィン気分を楽しもう！
最後には全員で館内パレードもします。
仮装しての参加も大歓迎♪

10月19日(日)　10:30～11:30
対象：3歳児～小学校低学年
定員：10組(20人)
(※会場の定員により、お子さんの入室を優先する場合があります。
ご了承ください。)
会場：研修室
料金：無料
当日受付　先着順
※問合せは上戸田分館
窓口またはお電話(℡048-442-1211)まで