

戸田市老人クラブ連合会

# 戸老連だより

第5号

令和8年3月

Having a  
Good Time

心  
身  
爽  
快



発行：戸田市老人クラブ連合会 埼玉県戸田市上戸田1丁目18番1号 戸田市役所 健康長寿課  
制作・印刷：株式会社ニチコミ 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7階 TEL.03-5718-3900  
<http://www.nichicomi.com>

戸老連 事業報告

# 元気・いきいき ナイスショット 続出



優勝：伊藤 厚さん

晴天に恵まれた10月17日(金)、荒川水循環センター上部公園にて、第23回グラウンド・ゴルフ大会が開催されました。  
各地区より選抜された選手が、いきいきと、元気に、真剣にプレーを楽しんでいました。



準優勝：加園 茂雄さん



第3位：小池 茂さん

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

このまちのかかりつけ薬局  
~ゆりかごから介護まで~

## スマイル薬局

戸田市本町 3-5-4  
TEL/FAX 048-420-9862  
(大前交差点そば、祝日以外毎日営業)

頻尿・尿漏れ・血尿などお気軽にご相談下さい

## あかつき腎泌尿器科

戸田公園 泌尿器科 内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	●	●	●	●	-	★
14:30~18:00	●	●	●	●	-	-

★9:00~13:30【休診日】金曜・日曜・祝日

戸田山下戸田2-11-7 アリア戸田公園1階  
☎048-430-7313

SKIN AGING ORTHOPEDIC CLINIC

## 沖永整形外科

整形外科・リハビリテーション科

診療時間  
平日/午前9:00~12:30 午後3:00~6:30  
土曜/午前9:00~13:00  
休診日/木曜日・日曜日・祝日

戸田市新曽896-1 レクセル戸田  
TEL 048-445-1411

歯科・小児歯科・歯科口腔外科  
矯正歯科・歯のレーザー治療

## ささめデンタルクリニック

診療時間  
平日10:00~13:00 14:30~20:00  
土10:00~13:00 14:30~18:00  
日10:00~14:00 休診日/水・日曜午後・祝

TEL:048-449-0648  
戸田市笹目 4-16-11 P5台

SUDO DENTAL CLINIC

## 須藤歯科医院

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	●	●	●	-	●	●	-	-
14:00~18:00	●	●	●	-	●	●	-	-

休診日 木曜・日曜・祝日

戸田市上戸田 5-24-7  
TEL:048-445-4595

病気も痛みも、まとめてご相談ください

## こうゆうクリニック

整形外科・リハビリテーション科・内科・外科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
8:45~12:20	○	○	○	○	○	○	○	○
14:45~18:15	○	○	○	○	○	○	○	○

内科・外科の受付は17:30終了 休診日/木曜・土曜午後・日曜・祝日

戸田市新曽1935-3  
TEL.048-290-8832

青空と仲間



日時：10月17日(金)  
場所：荒川水循環センター上部公園

# 令和7年度 グラウンド・ ゴルフ大会



快音響く



開会前、  
仲良くピース



上田副会長  
あいさつ

開会式の様子

心晴れやかにプレー

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

総合建設業

## 株式会社 ジンワ

戸田市本町 5丁目11番15号  
TEL:048-433-2870

建物の長寿命化に特化して半世紀 / 外壁・屋上防水はオマカセ下さい。

株式会社 MATSUMOTO INDUSTRIES CO.,LTD.

## マツモト工業所

戸田市上戸田 4-10-1  
TEL:048-444-5061

お気軽にご相談ください

## 星野司法書士事務所

相続

- 不動産の名義変更・登記
- 会社法人の登記
- 遺言・成年後見
- 裁判所提出書類の作成

戸田市中町 1-22-4 ☎048-444-1290

TbC

## トマル電気工業株式会社

戸田市上戸田 5-12-11  
TEL:048-441-4080

SAN 吹付・塗装・防水

有限会社

## マルサン塗装社

戸田市上戸田 4-7-6  
TEL048-441-5065

おまかせ下さい  
電気の119番

修理・販売・工事  
お気軽にご相談下さい

## ほそだでんき

米川町 1-11-17 ☎445-8537 FAX445-8553



「学生時代」シティ倶楽部

「これから音頭」喜沢1丁目極楽会

菅原戸田市長の  
来賓あいさつ

戸老連  
事業報告

# 第31回

# 演芸大会

宮崎会長  
あいさつ

「湖畔の宿」中町緑楓クラブ

「赤蜻蛉」下前ことぶき会

## この日にかける思い、熱演



「戸田音頭」上戸田地区・希望者

梅澤副会長による  
開会宣言



「ボケます小唄&ボケない小唄(お座敷小唄替え歌)」美女木五丁目すみれ会

「里の秋」美女木3・4丁目長寿会

「故郷」美女木さわやかクラブ

「高原列車は行く」美女木2丁目長寿会

11月5日(水)、戸田市文化会館ホールにて第31回演芸大会が開催されました。戸田市老人クラブ連合会梅澤副会長の開会宣言で幕を上げた演芸大会は、宮崎会長、来賓の菅原戸田市長よりあいさつがあり、300名以上の参加者が日頃の練習の成果を惜しみなく発揮しました。今号でも全演目をご紹介します。

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

—1969年創業—  
HEIWA  
**(株)平和不動産**  
埼京線「北戸田駅」東口徒歩1分  
☎048-444-1234

総合建設業  
新築 リフォーム 解体  
外構工事 エクステリア  
有限会社 **浜口技建**  
戸田市美女木 5-14-9  
☎ 048-421-2279  
スタッフ・協力会社様募集中

外装材の専門メーカー  
**旭産業株式会社**  
戸田市新曽南 4-1-5  
TEL 048-447-4211

断熱吹付ウレタンフォーム  
**中出興業株式会社**  
戸田市笹目 5-35-10  
TEL:048-449-1287

地球環境を守り・コストダウンのメリット  
エコプラザさいたまのリサイクルプラント  
**五葉建材株式会社**  
残土受入・砂利・砂販売  
戸田市笹目 5-1-7  
TEL 048-422-1400  
https://www.goyo-kk.com

御協賛

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

あなたの人生を  
1冊の思い出に。  
株式会社 **ニチコミ**  
http://www.nichicomi.com/  
〒140-0014 東京都品川区大井1-24-5 大井町センタービル7F  
TEL.03-5718-3900 FAX.03-5718-3901  
会報紙・記念誌・その他印刷物の制作をお手伝いします

ガス機器の修理、お気軽にお電話下さい。  
TOKYO GAS GROUP  
**Enefit** エネフィット  
**東京風呂販売(株)**  
戸田市中町 1-17-1  
TEL:048-444-5688

自動車修理  
**富士自動車工業株式会社**  
戸田市氷川町3-8-16  
TEL.048(431)9911

総合ビル管理  
設備・清掃  
専門スタッフ派遣  
**SBK** エスビーケー  
株式会社 **エスビーケー**  
戸田市笹目6-1-24  
TEL:048-421-7373

一般焼付塗装・粉体塗装  
有限会社 **三進塗工**  
戸田市新曽南3-7-17  
TEL048-441-1070

株式会社  
**斉藤鋼材店**  
戸田市上戸田 3-24-9  
☎ 048-441-4755



『戸田市歌』 来場者全員



『鳥のブルース』 北町長寿会



『思い出のアルバム』 向田向老会



『おぼろ月夜』『ふるさと』 上戸田新田回若葉会



『青い山脈』 新曾新田長寿会



『見上げてごらん夜の星を』 南原長寿会



『切』 笹目1丁目ほほえみ会



『高原列車は行く』 沖内福寿会



『サライ』 美女木1丁目長寿会

# 全力の表現

# この瞬間



『ぐちなしの花』 新曾下町寿会



『かして女じゃないけれど』 氷川町喜楽会



『青い山脈』 馬場若馬会



『百歳音頭』 笹目6丁目イキイキクラブ



『あの町この町』『トロイカ』 大前クラブ

## 食べ物数え歌♪

1日に食べておきたい食べ物とその量を数え歌で覚えましょう。鉄道唱歌の節で歌ってくださいね。

- 肉いち
- 魚(うお)いち
- 卵いち
- 牛乳2杯に豆ひとつ
- 野菜は5皿に
- ご飯食べ
- おやつは果物
- かぞえうた♪

## 元気に長生きするための食生活

- 心掛けたい10項目です。食生活をチェックしてみましょう。
- 毎日、朝・昼・夕の3食を食べている
- 肉・魚・卵・大豆製品のいずれかを毎食食べている
- 魚にかたよらず、肉も同じように食べている
- 野菜やイモ類、海藻類は毎日食べている
- 牛乳は毎日コップ一杯以上飲んでいる
- お茶などの水分をこまめにとっている
- 食欲が無い時はおかずから食べている
- 体重を定期的に量っている
- 噛む力を維持するために歯は(義歯も)定期的に点検している
- 会食の機会や健康情報を積極的に取り入れている

## ロコモティブシンドロームの予防



「ロコモティブ」とは、運動器のこと。運動器とは、身体運動を可能としてくれる脊椎・脊髄をはじめ、骨や関節、筋肉・腱、末梢神経などを指します。症候群(シンドローム)とは、骨や関節といった運動器がうまく機能しなくなること。

- 屋内で物に足を引っ掛けて転ぶことが多い
- 片足立ちの状態でも靴下を履くことが出来ない
- 手すりがないと階段の上り下りが困難
- 2kg程度の買い物の荷物でも持ち帰るのがしんどい
- 15分以上連続して歩き続けられない
- 布団干し、荷物整理など、やや重労働の家事の遂行が困難
- 横断歩道を青信号が点滅する前に渡りきれない

※上記の症状にひとつでも該当する人は、ロコモティブシンドロームの疑いがあります。スクワットやウォーキングなど運動をすることで予防しましょう。



彩りを添えて

下戸田地区の作品

美女木地区の作品

新曽地区の作品

上戸田地区の作品

繊細な技術が光る

童話を紡いで

笹目地区の作品

作品の数々に魅了されて



# 創作の

美女木地区

# 喜び溢れる

# 第30回作品展

開始式での  
宮崎会長



2月25日(水)から27日(金)までの3日間、戸田市文化会館展示室において、第30回作品展を開催しました。今年度も味わい深い書、カバンや帽子などの手工芸品、情景浮かぶ俳句など、バラエティー豊かな22クラブからたくさんの作品が出展されました。会場には、素材や技法に工夫を凝らした作品が並び、それぞれに込められた思いや制作の過程が感じられました。今後も本作品展が、会員一人ひとりの生きがいや自己表現の場として、さらなる発展を遂げていくことを期待しています。

## 健康 コラム

### とってもべんり お薬手帳を持ちましょう!

お薬手帳を持っていると...

- 複数の病院にかかっている、それぞれに処方された薬を1冊で管理できるので、飲み合わせによる事故を防げます
- 過去の副作用等も履歴で記録され、適切なお薬の処方に役立ちます
- 災害時や緊急時の治療継続にも役立ちます
- かかりつけの薬局を持つとより効果的です

市販薬などの薬歴も記録しておくことで、より適切な処方に役立ちますよ。



とっておきの作品を **句集** にしませんか?

.....

あなたが見た景色や感じた季節の情景...  
それらを詠ったとっておきの俳句を、一冊の本にしませんか?  
初めての方でも安心、担当者がご要望をおうかがいし一貫してお手伝いいたします。

予算に合わせて各種装丁をご提案いたします。お気軽にお問合せください。

自分史

写真集

イラスト集

など

印刷物のことならなんでもおまかせください。  
ご希望に添った一冊をお作りいたします!

見積無料

安心してお任せ下さい!  
制作の流れです。  
3つのステップで最終  
弊社が担当します!

ご相談  
ご希望の装丁や  
部数をお伺いし  
見積ります

制作・校正  
制作はお任せ下さい  
途中の校正で内容を  
ご確認頂けます

印刷・お届け  
ご希望の納品先  
にお送りさせて頂  
きます

私たちが編集のPROが一貫してサポートいたします!

お気軽に  
お問合せください

TEL 03-5718-3900 FAX 03-5718-3901

株式会社 ニチコミ  
http://www.nichicomi.jp

# 単 位 ク ラ ブ 紹 介

## 笹目4丁目新生会

笹目4丁目新生会 会長 峯岸 常明  
令和7年度会員数 男性 13名 女性 14名



忘年会で親睦を深めて

## 少数精鋭！絆の強いクラブ

新生会は男性13名、女性14名の極めて少ない会員数ですが、まとまりのあるクラブです。



作品展に向け力を合わせて

各水曜日は9時より柳坪公園の清掃後にラジオ体操、グラウンド・ゴルフを行っています。

そして第1・3木曜日には笹目四丁目会館にてリズム体操を行い、隔週金曜日には元気体操を行っています。

春には日々草、秋にはパンジーを柳坪公園に植えています。

また、戸老連主催の敬老のつどい・シルバースポーツ大会・グラウンド・ゴルフ大会などに参加しました。12月17日には忘年会を行いました。

## 原稿募集

戸老連だより®では、次号の原稿を募集しています。

- ・単位クラブだより
- ・個人投稿（随筆や旅行記など）
- ・趣味の作品紹介（絵手紙や写真など）
- ・短歌、俳句、川柳、詩などの文芸作品（作品と一緒に「短歌・俳句・川柳・詩」等の分類を明記）

※いずれも氏名、クラブ名、電話番号を添えて次の宛先へご投稿ください。  
原稿の掲載・添削・削除などは、編集委員にお任せください。



## 宛 先

〒335-8588 埼玉県戸田市上戸田1丁目18番1号  
戸田市役所 健康福祉部 健康長寿課 戸老連事務局  
電話：048-441-1800 FAX：048-444-5588 chojukaigo@city.toda.saitama.jp

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

一人ひとりの「よさ」を生かす  
新しい保育の形

株式会社さくらいふ  
**北戸田さくら保育園**  
園長 佐々木 大輔

戸田市新曽1997-3  
TEL 048-446-7367

御協賛

ご協賛

田田市市人そそびて合会おののち

2026年、自転車のルールが大きく変わります。4月1日から適用されるのが自転車の「青切符」です。青切符（交通反則通告制度）とは、一定の交通違反をした場合、反則金を納めれば刑事手続きに移行せず事件が集結される（いわゆる「前科」もつかない）という制度です。一方、飲酒運転や妨害運転等はこれまでと同様に赤切符が適用（刑事手続きに移行）されます。

## 悪質・危険な違反が青切符の対象!!(一例)

<b>右側通行</b> 反則金 <b>6000円</b>	<b>信号無視</b> 反則金 <b>6000円</b>	<b>携帯電話使用等(保持)</b> 反則金 <b>1万2000円</b>
<b>遮断踏切立入り</b> 反則金 <b>7000円</b>	<b>ブレーキ不良</b> 反則金 <b>5000円</b>	<b>一時不停止</b> 反則金 <b>5000円</b> <p>など</p>

### ◆自転車は基本的には「車道の左側を走行」

「自転車は車の仲間」です。4月以降右側通行は青切符の対象となり、反則金6000円が科されます。



### ◆例外的に歩道も走行可能だが、走行できるのは「車道側」

道が狭い場合や13歳未満の子ども、70歳以上の方などは例外的に歩道を走行することができます。しかし、その場合でも「車道側」を走行しなければいけません。「歩道の左側」は走行してはいけません。



対象  
**16歳以上**  
※運転免許の有無は関係なし

青切符の導入により、検挙後の手続きは大きく変わりますが、自転車の基本的なルールや交通違反の指導取締りについての考え方は変わりません。  
命を守るため「ヘルメット」を着用し安全に自転車を利用しましょう。

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

浄土真宗本願寺派  
西本願寺・築地本願寺  
毎月1日13:30～ 法話会開座

**正善寺**  
戸田市笹目2-17-11  
TEL 048-421-1190

油断大敵

ルールを守って安全運転

自転車の無灯火運転・カサさし運転はやめましょう

2026年4月1日から  
自転車の違反に「青切符」が導入!

# 会員募集中!

戸田市老人クラブ連合会では多くの仲間が、社会奉仕活動や友愛活動、スポーツや趣味など楽しく活動しています。  
60歳以上ならだれでも入会できます。  
ぜひお気軽にお問い合わせください。



演芸大会



グラウンド・ゴルフ大会



作品展

**申し込み方法** お住まいの地域の単位老人クラブに直接お申し込みください。

**お問い合わせ先** 戸田市老人クラブ連合会事務局 **TEL:048-441-1800**  
(戸田市役所 健康長寿課内)

**スポンサーへのお礼** 本誌の広告掲載にご協力をいただきましたスポンサー各位に厚く御礼申し上げます。今後とも倍日のご厚誼を賜りますようお願い申し上げます。

私たちは戸田市老人クラブ連合会の活動を応援しています

医療法人 地の塩会

## とだ小林医院

整形外科 内科 リハビリテーション科  
呼吸器内科 アレルギー科 美容皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	休
15:00~18:30	○	○	○	○	○	★	休

★土曜午後：内科休診、整形外科はリハビリテーション予約制

TEL.048-441-1511 戸田市喜沢1-27-10

くらんど整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~12:30	○	○	○	○	○	○
15:00~18:30	○	○	○	○	○	/

休診日：土曜午後・日曜・祝日

TEL.048-487-7758 戸田市笹目南町 33-2

相親・贈与・遺産・贈與支援・記帳指導・各種税務申告

## 熊木嘉一税理士事務所

代表 税理士 熊木嘉一(関東信託税理士会所属)

TEL:048-443-3301  
https://kumakikaikai.online  
E-mail kumaki@kumakikaikai.com

戸田市下前1-13-15 パルム戸田公園201・202

相談・遺言・保険見直し・建設計画・不動産・社会保険・労働保険・年金

## 行政書士 熊木大輔事務所

代表 行政書士・社会保険労務士 熊木大輔  
(埼玉県行政書士会・埼玉県社会保険労務士会所属)

TEL:048-441-2669

あしやハートクリニック

ASHIYA HEART CLINIC

循環器内科 内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:40~12:00	●	●	●	●	●	●	△
14:40~18:00	●	●	●	●	●	●	△

▲土曜午後は13:40~16:00  
休診日：木曜午後・金曜午前・日曜・祝日

戸田市下戸田 1-18-2 パティオ戸田公園2階

TEL.048-434-0810

戸田市のごガス・水道に貢献して50年超

## 信頼の株式会社 えぐち

公共上下水道工事を行う地元業者で安心!

住宅 リフォーム 水道 工事 ガス 工事

お気軽に相談ください

048-421-3665  
戸田市笹目南町20-25

医療法人社団 桜齒友会

## 戸田サクラ歯科

TEL:048-431-8841

戸田市上戸田4-10-4サクラヴィレッジB棟

訪問診療もご相談下さい

令和7年度

# 戸田市スポーツ協会 賛助会員名簿

(2月20日現在)

## ◆個人会員

NO	会員氏名	関係団体
1	八木橋 明	戸田市ゴルフ協会
2	熊木 満美子	戸田市サッカー協会
3	秋元 利幸	戸田市柔道連盟
4	荘 良明	戸田市空手道連盟
5	稲垣 茂	戸田市ソフトボール協会
6	永井 富治	戸田市ソフトボール協会

## ◆法人会員

NO	会員法人名	電話番号	P R
1	デュエット内科クリニック	048-866-7350	外来から在宅医療まで、緑区はハーモニークリニック
2	有限会社セレモニー熊木	442-2606	新しい時代のお葬式を提案
3	佐竹マルチミクス株式会社	433-8711	戸田市の100年企業！攪拌機のサタケ
4	医療法人社団戸田駅前クリニック	434-6325	公認スポーツドクター
5	埼玉ヤクルト販売株式会社	048-862-8960	人も地球も健康に：ヤクルト
6	さいたま農業協同組合戸田支店	421-3002	資産運用・資産形成のご相談はお近くのJAまで！
7	株式会社永井製作所		非鉄金属製造業
8	戸田中央メディカルケアグループ		スポーツ活動を通じて、地域に貢献します。
9	有限会社ショップタナカ	441-5316	ファミリーマートでキックオフ
10	株式会社ヤマガネ	261-2408	表彰・記念品・プリントウェア・ご相談ください。
11	医療法人社団東光会戸田中央総合健康管理センター	442-1118	人間ドック、企業健診お気軽にお問合せ下さい！
12	医療法人地の塩会とだ小林医院	441-1511	整形外科・内科・美容医療で地域の健康を総合サポート
13	有限会社小山水道工業所	441-3194	戸田市上・下水道指定工事店
14	NPO 法人戸田スポーツクラブ		
15	台湾料理金鼎軒	424-0008	料理がボリュームで美味しいです!!!

## ◆団体会員

NO	会員団体名
1	戸田市射撃連盟
2	戸田市ゴルフ協会
3	戸田市剣道連盟
4	戸田市水泳連盟
5	戸田市空手道連盟
6	戸田市野球連盟
7	戸田市陸上競技協会
8	戸田市弓道連盟
9	戸田市柔道連盟
10	戸田市武術太極拳連盟
11	戸田市躰道協会
12	戸田市卓球連盟
13	戸田市体操協会
14	戸田市少林寺拳法連盟

## 訃報

令和7年11月21日  
栗原 隆司様がご逝去されました。  
享年73歳  
長きにわたり、戸田市のスポーツ振興に  
多大な貢献をされました。  
心よりご冥福をお祈りいたします。

## 編集後記

40代後半に蕨市の会社社宅から戸田市に移り住んでから11年、以前はたまに戸田市スポーツセンターでテニスをする程度だったのが、別な競技で週3のペースでスポーツセンターに通うようになりました。そして、スポーツ協会に関わるようになって戸田市からオリンピックに出場する選手もいることを知りました。また、スポーツセンターだけでなく、道満や公園など市内で各競技が盛んに行なわれていることを再認識。この度会報誌に初めて携わりましたが、各競技団体がますます発展されることを念じてやみません。 広報委員会 M生

問い合わせ 戸田市スポーツ協会事務局 (戸田市スポーツセンター内)

TEL 048-446-6455 FAX 048-446-6470 E-mail:toda-tik@clear.ocn.ne.jp https://todataikyo.com/

発行日：令和8年4月1日／発行者：戸田市スポーツ協会広報委員会／印刷：株式会社プランナー印刷

戸田市スポーツ協会広報



# SPORTS

## とだ

# 第22号

## 戸田市ソフトボール協会 創立50周年記念式典



当協会は昭和50年に埼玉県ソフトボール協会から県大会に戸田市代表チームを出して欲しいとの依頼があったことがきっかけで同年11月に結成されました。

以来、今年で設立50周年を迎えることとなり、11月30日には戸田市文化会館に200名近くが集まり盛大な記念式典を執り行いました。

式典には戸田市長を始め、田中良生衆議院議員、戸田市議会浅生議長他大勢の来賓が来られご祝辞をいただきました。また、祝賀会ではオリンピックで活躍した後藤選手をはじめとしてJDリーグ東地区で優勝した「戸田中央メディックス埼玉」の中心選手との交流の場も設けることができました。

当協会では四季豊かな道満グリーンパークソフトボール専用球場で春と秋に6日間に渡る大会、50歳以上のマスターズ大会、人生経験豊かな方や男女混成でも楽しめるジョイフルスローピッチ大会、さらにレディース大会では小中学生の大会と戸田中央メディックス埼玉さんの選手によるソフトボール教室、指導者への講習も行っています。

また全国のチームに呼びかけ戸田オープンというスローピッチの大会も始めました。当協会は、様々な大会を通してソフトボールが生涯スポーツとして楽しめるよう活動をしています。

## 加盟団体紹介

### 戸田市スポーツウエルネス吹矢協会

会長名: 中村 史朗

#### 令和7年度戸田市民体育祭吹矢競技大会の開催(吹矢でつながる健康と笑顔)

令和7年9月28日(日)東部福祉センター4階体育館において、第2回吹矢大会が行われました。28日は語呂合わせで吹矢(ふきや)となることから、全国でも吹矢に絡む大会が数多く実施される日でもあります。

大会には市外からの吹矢愛好者を含む30名が参加して盛大に行われました。競技は6mから10mまでスキルによって吹く距離が分かれ、和やかな中にも緊張感漂い、よい交流の場となりました。

最近では吹矢というテレビなどで熊退治の道具として有名になっていますが、実はいつでもどこでも性別を問わず行える健康スポーツとして、今まさに脚光を浴びております。

今後も戸田市内においてスポーツウエルネス吹矢を広く啓発、普及させて、国民的健康スポーツとして定着させ、人々の心身の健康保持と増進に寄与していきたいと思っております。(中村 史朗)



### 戸田市水泳連盟

会長名: 柴崎 五佐男

当連盟も令和5年度に活動を再開し、令和6年度には戸田市スポーツセンタープールにおいて第42回戸田市民水泳大会を開催し、大勢のスイマーが参加してくれました。

さて、皆様にお知らせいたします。一般社団法人埼玉県水泳連盟より公益財団法人日本水泳連盟に推薦を頂き、この度令和7年1月15日付で日本水泳連盟より優秀団体として表彰されました。長年にわたり組織的に水泳競技の普及・発展に尽力し日本水泳界に多大な貢献をしたと功績をたたえていただきました。今後におきましても生涯スポーツとして普及に頑張りたいと存じます。

当連盟は新たに活動を再開したばかりですので、皆様の御協力をよろしくお願い申し上げます。(柴崎 五佐男)



### 戸田市躰道協会

会長名: 坂本 巧

#### 躰道(たいどう)協会6周年!大きく躍進する次世代の武道教育

本協会は令和8年4月で発足6周年を迎えます。躰道は沖縄空手を源流とした全く新しい武道です。相手の動きを全て察しながら自分の攻撃を当てるといったコンセプトです。アクロバティックな技の展開が魅力です。

本協会は会員数も50名を突破。主に幼年期、小学、中学、高校生が毎週稽古に励んでいます。令和7年8月に気仙沼市で行われた全国少年少女躰道優勝大会では、個人法形競技優勝(小学4年生)、団体展開競技3位(小中学生チーム6名)など、輝かしい成績を残しました。発足5年目で全国大会入賞は正に異例のスピード。これも日々の努力の賜です。

去年の夏にテレビでも放送され、体験希望も後を絶ちません。本協会の道場生は、「挨拶ができる」「しっかりと返事ができる」「誰にでも優しく教えている」とほめられます。武の道は素直な心から。これからも心形一体の武道家を育てていきます。(坂本 巧)



## 令和7年度戸田市スポーツ協会表彰受賞者一覧

### ● 体育功労賞受賞者 5名

NO	氏名	所属	NO	氏名	所属
1	西川 光	ローイング協会	4	宇田川 幹一	ソフトボール協会
2	飯尾 義明	バレーボール協会	5	神山 京子	武術太極拳連盟
3	金子 弥生	剣道連盟			

### ● 優秀選手賞受賞者 16名

NO	氏名	所属	成績
1	小林 雅人	ローイング協会	第79回国民スポーツ大会 成年男子舵手つきフォア第4位
2	末海 泰志	ローイング協会	第79回国民スポーツ大会 成年男子舵手つきフォア第4位
3	山本 一輝	ローイング協会	第79回国民スポーツ大会 成年男子舵手つきフォア第4位
4	中川 奈穂	ローイング協会	第79回国民スポーツ大会 成年女子舵手つきクオドルプル第4位 第75回全日本社会人ローイング選手権大会 女子クオドルプル第5位
5	阿南 美咲	ローイング協会	第75回全日本社会人ローイング選手権大会 女子クオドルプル第5位
6	山本 天空	ローイング協会	第79回国民スポーツ大会 成年女子舵手つきクオドルプル第4位 第75回全日本社会人ローイング選手権大会 女子クオドルプル第5位
7	朝倉 真妃	ローイング協会	第45回全日本中学選手権競漕大会 女子シングルスカル第1位
8	星 春那	サッカー協会	第34回関東高等学校女子サッカー選手権大会 準優勝
9	松山 悠叶	サッカー協会	2025第30回埼玉県女子ユース(U-15)サッカー大会 優勝
10	堀内 結愛	サッカー協会	2025第30回埼玉県女子ユース(U-15)サッカー大会 優勝
11	秋本 悠真	サッカー協会	高円宮妃杯JFA第30回全日本U-15女子サッカー選手権大会 優勝 JFA U-15女子サッカーリーグ2025関東1部 優勝 第33回埼玉県女子サッカーリーグ 優勝
12	菊池 利春	ソフトテニス連盟	埼玉県ソフトテニスシニア選手権大会 シニア65優勝
13	篠原 博	ソフトテニス連盟	埼玉県ソフトテニスシニア選手権大会 シニア55優勝
14	塩崎 綾夏	柔道連盟	第56回埼玉県小学生学年別柔道大会 1年生女子23kg以下級第1位
15	永田 康之	テニス協会	埼玉県秋季テニス選手権大会 男子ダブルス第1位
16	岸 里奈	体操協会	第53回世界体操競技選手権大会 種目別床第5位、個人総合第6位 第79回全日本体操個人総合選手権 個人総合第1位

### ● 優秀チーム賞受賞チーム 1チーム

チーム名	所属
戸田中央総合病院ローイングクラブ	ローイング協会
成績	第103回全日本ローイング選手権大会 女子ペア優勝、男子フォア準優勝、女子ダブルスカル第3位 第75回全日本社会人ローイング選手権大会 女子ダブルスカル第5位、男子ダブルスカル第6位
氏名	小林 雅人・根本 拓海・中曽根 祐太・山本 一輝・笠谷 勇希・柿島 麗・中川 奈穂・阿南 美咲・山本 天空

## ナイター硬式テニス教室 受講者募集

お気軽に  
お問い合わせください

ナイター硬式テニス教室をスポーツセンターにて開催しております。  
体力づくりや技術を磨きたい方、一緒にスポーツをしてみませんか?

場所 スポーツセンター テニスコート

日時 毎週火曜日 19:20~20:50

対象 高校生以上・中級以上(練習試合ができるレベル)

会費 3,500円/月 保険:2,000円/年

申し込み  
問い合わせ

戸田市スポーツ協会事務局 (平日10時~16時)

〒335-0021 戸田市新曽1286番地 戸田市スポーツセンター内

TEL:048-446-6455 FAX:048-446-6470

E-mail:toda-tik@clear.ocn.ne.jp ホームページ:https://todataikyoo.com/



あいパル

# PALDISE

2026  
Vol.129

4

【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】

第4回あいパル音楽祭 / 戸田市ITボランティアの会紹介 / TODA 暮らし EXPO /  
あいパル コンサート / 大人の寺子屋 はじめよう！楽しい音楽

講座・イベント案内 / 私の大切な一冊 /  
手始めの3冊 / ハツとして！GOODカード

# 第4回 あいパル音楽祭

2026年  
5/9(土)、10(日) 9:30~17:00



戸田市内外から様々な方が集まるあいパル音楽祭、  
第4回を迎える今年は、**発表46団体**、**出展24団体**にご参加いただきます！  
出演者と出展者のコラボレーションイベントも盛りだくさん♪  
時間等の詳細は、今後発行されるリーフレットをご覧ください。  
※内容は変更になる可能性があります。

## ラジオ体操 スペシャルバージョン

あいパル音楽祭の  
オープニングは、  
名物ラジオ体操から！  
※5/9(土)のみ  
9:30~



## フィナーレ

出演団体の有志と会場のお客様とで、1日の終わりに  
一緒に音楽を楽しむ目玉イベントです♪  
心をついに歌う・演奏する様子は圧巻です。

5/9(土)16:30~合唱 5/10(日)16:30~合奏

## 広場・ホール・MUSIC+発表

出演団体による発表を行います。  
吹奏楽、弦楽器、ドラム、ジャンベ、  
南米楽器、太鼓、バンド、合唱、フラダンス、  
チアリーディングなどなど！  
個性豊かな発表をお楽しみください。

## MUSIC+とは？

MUSIC+とは、アート作品  
に囲まれながら生演奏を楽し  
める新企画です。

模擬店も出店予定♪  
お楽しみに！



## 陽花錦

オリジナルキーホルダーや3D絵の  
制作体験。小さなお子様から大人まで  
楽しめます。



## 川崎楽器

ギターの展示、演奏体験ひろば。  
ミニステージで演奏もできます。  
子ども用の用意もあります！



## Mizuki♡Violin

Mizuki♡Violinです。  
バイオリンやチェロの構え方や音を  
出す体験ができます。ぜひ遊びにきて  
ください！※5/10(日)のみ



## enen handmade

カラフルなモールと花ビーズを組み合  
わせて、かわいい音符のデコワーク  
ショップ体験！楽器のお供に、音楽好  
きな方へのプレゼントにもおすすめ！



## &T~▽sami~

音楽祭限定！音楽にまつわるデザイン  
の生地でロゼットとキーホルダーが  
つくれます♪その他ウクレレグッズや  
母の日プレゼントにおすすめな作品の  
販売もあります。



## あいパル BO-SAI Club

手作りホイッスル制作のWSと、被災  
時の救助要請支援ツールと情報収集  
ツールの展示、防災関連最新情報の  
パネル展示を行います。音に関連した  
防災グッズもあります。



## あいパル講師 on ウクレレ

あいパルで毎度おなじみのウクレレ  
無料体験を今年も開催します！  
ウクレレを初めて触る人も、楽しめ  
ます。ぜひ遊びにきてください！  
みんなで楽しく弾いてみよう！



## すこやかボイス

子ども向け紙芝居絵本の読みきかせ、  
わらべうたなど、親子で楽しく遊び  
ましょう！今年は、初めてエプロン  
シアター「おおきなかぶ」を上演する  
よ！※5/9(土)のみ



## 漫ろ画廊

デジタルの似顔絵  
音楽祭の記念に！  
スマートフォンから受け取れます。



## 熊吉らぼ

シンセサイザーで色々な音を出したり  
作ったりしてみよう。自分の声  
を変えたりもできるよ！



## 和楽器×お茶

和室でお茶を楽しんだ後、  
**和楽器**の演奏を聴きます。  
5/9(土)演奏：箏春会〈琴〉  
お茶：一絵会・翠会  
5/10(日)演奏：津軽三味線貴秀会  
お茶：かめや ※有料



## 生演奏×読み聞かせ『14ひきのあさごはん』

絵本の読み聞かせとの  
コラボレーション♪  
演奏：戸田ルネッサ吹奏楽団  
〈木管アンサンブル〉  
※5/10(日)のみ



## カレー&ミュージック

キッチンパル Buono  
(ポーノ)さんの**カレー**を  
味わえます。発表団体の  
生演奏も楽しめます♪  
※有料



## 音の出るおもちゃ コーナー

未就学児と保護者向けの  
キッズスペース

## 楽器体験コーナー

オタマトーンやカリンバなど

## 音楽であそぼう！ コーナー

作った楽器と生演奏でコラボ  
しよう♪

## 楽器工作

紙コップを使った楽器の制作

Vol.13 **あいパルサポーターズ倶楽部紹介**

**NPO 法人戸田市ITボランティアの会**



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！

スマホ相談の  
様子



**市民の「困った」に寄り添う**

2001年に任意団体として設立し、2004年にNPO法人の認定を受けたITボランティアの会は、公民館でのパソコン講座から活動をスタートしました。以来20年以上にわたり、地域の皆さんのデジタルライフを支えています。現在ではパソコン・スマートフォンの活用相談など多岐にわたる活動を展開しており、あいパルでは第2・4木曜日、14時～16時にスマホ・パソコン相談を行っています。

「市民による、市民のためのIT支援」という活動理念のもと、IT好きのボランティアたちが、参加者一人ひとりのペースに合わせて丁寧にサポートしています。そのため、分からないことを気兼ねなく質問できる、アットホームな雰囲気も大きな魅力です。

取材に伺った日には、Wi-Fiの接続方法についての相談にいらっしゃる方がおり、スマートフォンを片手に画面を一緒に確認しながら、ゆっくりと丁寧に説明する姿が印象的でした。小さな疑問にも真摯に向き合う姿勢が、信頼関係につながっています。また、2月・3月には「はじめてのスマートフォン」、「はじめてのzoom」といった講座を実施し、あいパルフェスタでもスマホ・パソコンなんでも相談やSNS体験を行いました。楽しく学べる機会づくりに力を注いでいます。

活動を通じて新しい仲間と出会えることも魅力の一つ。世代やバックグラウンドの異なる人たちが、ITという共通のテーマでつながり、互いに学び合うことで、自身のスキルアップにもつながっています。楽しみながら地域貢献ができる、やりがいのある活動です。

**入会を考えている人へのメッセージ**

「ITが好きだけど、どう活かせばいいかわからない」「地域のために何か貢献したい」そんな思いをお持ちの方、ぜひ私たちと一緒に活動しませんか？特別なスキルや経験は必要ありません。あなたの「好き」や「得意」を活かして、誰かの「困った」を解決するお手伝いをしてみませんか。

もちろん、初めての方でも安心して活動できるよう、経験豊富なメンバーがしっかりサポートします。活動を通じて、あなたのITスキルをさらに高めながら、地域社会に貢献する喜びを感じてみませんか。まずは見学からでも大歓迎です。あなたからのご連絡を心よりお待ちしております。

活動日:原則第2・4木曜日 14時～16時 入会金:なし 年会費:2,000円  
問合せ先: 080-3397-3487【清水】

**2026 TODA くらし EXPO**

上戸田地域交流センター「あいパル」1F・広場  
**4.19(SUN) 11:00-16:00**

戸田のくらしを  
もっともっとおもしろくする、

「たぶん」  
**世界一小さな  
博覧会!**

TODAくらしEXPOは、  
まもる めぐる つながる ……

3つのテーマのもとに生まれた、  
「たぶん」世界一小さな博覧会!

戸田にまつわる個性豊かな企業やお店、  
まちの未来が見えてくるプロジェクト、  
住民参加型のフリーなマルシェ、  
知っておくと安心な市の助成制度展示などなど、  
みどころ満載!

予約も入場料も一切不要!  
みんなで気楽に遊びにきてください!

お問い合わせ先:048-443-7781(トダくらし不動産)

**あいパルのコンサート 6月20日(土)  
弦楽三重奏**

**アフタヌーンコンサート**

開場 12:30 開演 13:00  
料金 大人 700円  
子ども(小学生以下) 500円  
1歳未満無料

＜演奏者＞小池弘之(ヴァイオリン)、  
小池里枝(ヴァイオリン)、  
成瀬 かり(ヴィオラ)

申込 4/5(日)～

**あいパルコンサート vol.36  
イブニングコンサート**

プログラム(予定)  
・ハイドン  
・ドヴォルザーク  
など

開場 15:30 開演 16:00  
料金 1,600円

**大人の寺子屋**

はじめよう!楽しい音楽

5月31日(日) 14:00～16:00  
「ドヴォルザークについて」

対象:どなたでも  
定員:30人  
講師:小池弘之  
料金:無料

申込 4/5(日)～

※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。

# 講座案内

## 大人からの手習い 暮らしに役立つペン習字「基本編」

5月16日・30日、6月13日・20日(土) 全4回

対象：どなたでも  
定員：24人  
講師：飯塚稚世  
料金：3,200円  
申込：4/5(日)～

内容：  
1日目 楷書(漢字)のルールを学ぶ  
2日目 ひらがな、カタカナを学ぶ  
3・4日目 行書(漢字)のルールを学ぶ



### 美姿勢エクササイズ

5月2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：4/6(月)～



### 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」

5月3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：山口まぐ  
料金：3,200円  
申込：4/5(日)～



### 曲に合った弾き方を学びたい人のための 「UKULELE 中級講座」

5月3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)  
料金：3,200円  
申込：4/5(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

★5月21日(木) ☆4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：富岡節子  
料金：1,000円(保険料込)  
申込：★4/5(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

★5月16日(土) ☆4月25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：★4/5(日)～ ☆受付中



### 双眼鏡・望遠鏡を使って見る 戸田の星空観望会

4月4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：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。



## 赤ちゃん向け講座

### ♪パパ・ママの声♪

### 赤ちゃん和妈妈のための ニコニコたいむ



プチリニューアル♪  
性別ならではのお話や  
情報共有もしましょう

5月12日・19日(火)  
※19日は男の子デー  
10:00～12:00  
対象：0歳児(1ヶ月健診終了後～)  
と母親  
※19日は男の子と母親  
定員：各7組  
講師：小村陽子  
料金：各700円(保険料込)  
申込：4/5(日)～

・同年代ママとの交流ができてよかった。  
・家でやっていた手遊びやマッサージのバリエーションが増えた。  
・親も子ども遊びながらリフレッシュできて楽しかった。子育てのわからない点を助産師や参加しているママたちに聞けて不安も解消できた。

### パパと一緒にふれあいタイム



手形がとれて  
思い出になった♪

★5月17日(日)  
☆4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：★4/5(日)～ ☆受付中

・パパ主体の動きのあるふれあいで、普段とは違った子どもの表情を見ることができてよかった。  
・手遊びをしながら抱っこ仕方を教えてもらい、離乳食・育児全般の話を共有したりと、とても勉強になった。  
・他の家族の休日の過ごし方が聞けて参考になった。

### ヴァイオリンと一緒に リトミックA・B



4月18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：受付中

・季節に合わせた曲や子どもに人気のアニメの音楽で、とても楽しく体を動かしてあつという間だった。  
・子どもが、初めて聞くヴァイオリンの音色をじーっと聞いていた。  
・子どもの新しい一面も見られてよかった。

### ハワイアンリトミックA・B・C



5月14日・28日、  
6月11日・25日、  
7月9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～未就学児と保護者  
C 6ヶ月～未就学児と保護者  
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：4/7(火)～

・回を重ねるごとに息子もお友だちもノリノリ&成長を感じ親子で楽しめた。  
・初めてリトミックに参加して、楽しくできるか心配だったが、参加してから家でも歌に合わせて踊るようになった。

## 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。

<p><b>ラジオ体操</b></p> <p>平日 毎週土</p> <p>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！</p>	<p><b>おもちゃの病院</b></p> <p>4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</p>	<p><b>新聞ちぎり絵ひろば</b></p> <p>第2・4火</p> <p>4月14日・28日(火) 「バナナ」、「孔雀」 10:00～11:00 定員：各24人 料金：無料</p>	<p><b>パルシアターと かみとだおはなし会</b></p> <p>4月5日(日)10:30～11:30 5月6日(水)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 4月「花さかじいさん」ほか 5月「はたらく車子ョロQ物語」</p>		
<p><b>第2・4月 オセロひろば</b></p> <p>4月13日・27日(月) 10:00～11:00 どなたでも 定員：各5組(10人)</p>	<p><b>第1・3土 こどもと 初心者のための 囲碁将棋ひろば</b></p> <p>4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：18人</p>	<p><b>第4日 ボードゲームひろば</b></p> <p>ボランティア募集中！ 詳しくはお問合せください</p> <p>4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</p>	<p><b>日 かみとだ おはなし会</b></p> <p>4月19日(日) 10:30～11:30 3歳児～小学校低学年 定員：10組(20人) テーマは「おともだち」。 工作は「びよんびよんうさぎ」 を作ります。</p>		
<p><b>毎週木 めりえセラピーで リラックス</b></p> <p>4月2日・9日・16日・ 23日・30日(木) 10:00～11:00 どなたでも</p>	<p><b>毎週水 音楽に合わせて 脳トレ体操！</b></p> <p>4月1日・8日・15日・22 日(水) 10:00～10:30 どなたでも</p>	<p><b>金 赤ちゃん おはなし会</b></p> <p>4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)</p>	<p><b>金 みんなで パルるんひろば</b></p> <p>4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。</p>		
<p><b>第1月 おしゃべり講師と あの頃のメロディをもう1度！ まちの歌声ひろば</b></p> <p>5月11日(月) 10:20～11:20 どなたでも 申込：4/10(金)～ 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><b>土 ウクレレひろば</b></p> <p>4月11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：1,000円 持ち物：ウクレレ、上履き</p>	<p><b>あいパルの健康フリーイベント</b></p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="739 1329 1059 2013"> <p><b>おしゃべり コミュニティルーム</b></p> <p>4月8日(水)・23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。</p> </td> <td data-bbox="1059 1329 1400 2013"> <p><b>ココろからだの 健康相談</b></p> <p>相談</p> <p>4月8日(水)・23日(木)・ 24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。 Tel.048-229-3133 ※お一人30分までです</p> </td> </tr> </table>		<p><b>おしゃべり コミュニティルーム</b></p> <p>4月8日(水)・23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。</p>	<p><b>ココろからだの 健康相談</b></p> <p>相談</p> <p>4月8日(水)・23日(木)・ 24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。 Tel.048-229-3133 ※お一人30分までです</p>
<p><b>おしゃべり コミュニティルーム</b></p> <p>4月8日(水)・23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。</p>	<p><b>ココろからだの 健康相談</b></p> <p>相談</p> <p>4月8日(水)・23日(木)・ 24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。 Tel.048-229-3133 ※お一人30分までです</p>				
<p><b>モルックひろば</b></p> <p>4月18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</p>	<p><b>絵本カフェ</b></p> <p>4月19日(日) 14:00～15:30 中学生以上 定員：15人 テーマ「おむすびころりん」 ※事前申込制 申込・問合せは上戸田分館 (Tel.048-442-1211)へ</p>				

## 新年度デビュー♪ 図書館を使ってみよう！ 貸出券を作るには



戸田市立図書館で本を借りたり、自習席の利用・予約(中央図書館)、グループ学習室の利用(上戸田分館)には、貸出券を作成するための利用者登録が必要です。

### 利用者登録できる人

- ・戸田市、蕨市、川口市、草加市、さいたま市、朝霞市、和光市、板橋区または北区に住んでいる人
- ・戸田市に通勤または通学している人

### 利用者登録に必要なもの

- ・住所と氏名及び生年月日が確認できるもの(マイナンバーカード、免許証等の原本)  
※現在は「健康保険証」は本人確認書類としてご利用いただけません。  
また、「資格確認書」1点のみではご利用できませんので、ご注意ください。
- ・通勤または通学している人は、勤務先または学校の所在地を確認できるもの



●住所と氏名、生年月日が確認できるもの(原本)



●保険証は使えません



●申請者本人が来館してください

### 貸出券の有効期間

- ・有効期間は、1年間です。1年ごとに手続きが必要です。更新手続きには、上記の「利用者登録に必要なもの」を提示してください。
- ・マイナンバーカードを貸出券と連携させている方は、有効期間が自動で更新されます。連携手続き等の詳細については、図書館ホームページやカウンターにてお問合せください。

### 図書館に行かなくても登録手続きができます！

戸田市スマート申請システムにより、利用者登録がスマートフォンやパソコンから行えます。手続きについては、図書館カウンターでお尋ねいただくか、図書館ホームページ またはミニコミ誌『PALDISE』2026年3月号をご覧ください。  
※スマート申請をされた方には、カードタイプの貸出券は発行されません。  
※手続き後、審査のため登録完了するまで数日お時間をいただきます。



戸田市立図書館  
ホームページ

# 私の大切な一冊 57

## 学校と地域をつなぐサポーター

戸田市家庭教育支援チーム  
ゆるぶらっとフォーラム、Well-being-らぼ  
**伊藤 愛美**



▲伊藤 愛美

あなたの大切な一冊は何ですか？思い出の本、何度も読み返した本、人生を変えた本。その一冊の本の紹介を通して、その人の懐かしい思い出や人生観、人柄の一端を紹介するページです。

末娘が小学校に入学したら、子育て支援の仕事に就こうと考えていました。保育園？幼稚園？どんな現場で働こうかと、いろいろ考えていたんです。いよいよ入学のタイミングで、思いもよらないコロナ禍の一斉休校！未知の世界の始まりでした。一体どんな学校生活が始まってしまうのか…。子どもたちより私自身が不安だらけだったと思います。

ようやく学校再開という時に、兄妹一緒に学校なら安心かな…と思いつつ、居ても立ってもいられない心境でした。「家に居ても落ち着かないから、一緒に学校に行ってみよう」そう思ったらあとは勢いで。トイレ掃除のおばちゃんとして学校に入ることを、校長先生に志願しました。

とにかくコロナ禍の学校現場を、みんなが安心して過ごせる学びの居場所にしたかったのです。夏休みが明ける頃には、ただのトイレ掃除のおばちゃんから、毎日学校にいるサポーターになっていました。人生の大きな転機となりました。サポーターとしての活動に迷いが出た頃、偶然見つけたのが、映画『みんなの学校』の木村泰子さんの記事でした。関連する書籍や動画記事を片っ端から読み、視聴しました。「人が動けば空気が変わる。自分たちの居場所は自分たちでつくる当事者になる」その思いに共感してくれた仲間と、『ゆるぶらっとフォーラム Well-being-らぼ』というサポーターチームをつくりました。「学校と地域を、子どもと大人が安心してわくわく学び合う居場所(学びの場)にするために、一人でも多くの人の安全基地になる」ことを一番の目的として、様々な活動をしてきました。チームのメンバーが揃って活動することはほとんどありません。それぞれが自分でできることを、学校や地域の中で実践しています。



『ほんとのこと』は、親にはいえない子どもの言葉を生み出す対話  
木村泰子／著  
家の光協会

「どんな子も、一人ぼっちにならないように」と、本の一番最初に書かれています。自分が信じて活動していても、迷いが出ることもあります。そんな時にこの言葉を目にすると、サポーターの目的からずれずにいることができるのです。今では乳幼児の子育て支援の仕事にも就き、地域コーディネーターの活動もはじめました。学校現場のサポーターをはじめたおかげで、自分の居場所を見つけました。子育て支援を仕事にしていますが、私自身の子育てはいつも地域の人に支えられています。年頃の子が子との関わり方が難しく感じる時、地域の人はいつも親としての私を救ってくれます。素敵な地域の人たちに支えられながら、私自身も安全基地になれるように、今日も元気に生きています。



【No.55】  
てはじ  
手始めの3冊  
本を読むための本



『難しい本をどう読むか』  
齋藤孝／著 草思社

『10代のための読書地図』  
本館編集部／編 本の雑誌社  
紹介者は、書評家と全国の書店員という、あまたの本を知り、読者の近くにいる人たちが、10代に向けたブックガイドですが、「10代のうちに読みたかった本」と薦めるほどの良い本なら、どんな世代が読んでも間違いはないはず。そう感じられる、熱意溢れる文章が並びます。  
「学校」「友達」と、若者世代ならではのジャンルもありますが、「仕事」「恋愛」「警察」など、大人にも人気のジャンルも。  
何を讀もうか、迷った時に頼れるガイドです。

『難しい本をどう読むか』  
「資本論」「存在と時間」等々、いつかは読んでみたい、古典の名著。でも、難しそうで時間もエネルギーも使い果たしてしまいう…。諦めた方も、本書でコツを習得し、読書レベルアップにチャレンジしませんか？  
読み方の伝授をしてくれる「理論編」、時代背景や著者の視点などを解説しながら読み進めてみる「実践編」の2部構成です。「実践編」ではもちろん、最後まで読みません。続きは、自分の力で！補助輪のように、自信を得られる1冊です。



『明日も生きていこうと 思える絵本101』  
赤城かん子／著 草思社

元気がもてる絵本と出会える本  
子どももの、というイメージが強い絵本ですが、戦争や死というハードなテーマ、数学や自然科学などの大人でも説明しにくい分野も扱い、実は大人にとっても読みこたえがあります。  
しかし、読み継がれる良い絵本は図書館に多数ありますが、棚から探すのは一苦労。まずは本書の目次で気になるテーマを選び、1冊を見つけるのがおすすめです。まだ知らない世界との出会いにワクワクしたい方、絵本コーナーでお待ちしています。

事前受付不要で当日気軽に参加できる  
上戸田分館のおはなし会をまとめてご紹介！  
初めての方も、ぜひお越しください♪  
会場は当日あいパル入口掲示をご確認ください。

**かみとだおはなし会**  
上戸田分館のおはなし会

★おはなし会は当日会場で受付  
★おはなしのバスケットは1階センター窓口で受付

**対象 0～3歳児とその保護者**

**赤ちゃんおはなし会**  
絵本・紙芝居やふれあい手遊び・童謡など。  
毎週金曜日 10:30～11:00  
※受付開始 10分前から

**みんなでパルるんひろば**  
おはなし会の後は、保護者同士の交流や保健師への相談ができる時間です。  
第4金曜日 10:30～11:30  
※受付開始 10分前から

「みんなでパルるんひろば」内交流の時間に開催  
**おうちで絵本相談**  
どんな絵本を選んだらいい？読んでも聞いてくれない…。絵本の疑問や悩みを司書に相談できます。

**対象 3歳児～小学校低学年**

**パルシアターと かみとだおはなし会**  
昔話や名作アニメの上映とセットのおはなし会です。  
第1日曜日 10:30～11:30  
※受付開始 20分前から

**かみとだおはなし会**  
大型絵本の読み聞かせがあります。毎月のテーマにあわせた工作もするよ♪  
第3日曜日 10:30～11:30  
※受付開始 10分前から

**対象：0～5歳児とその保護者**

**おはなしのバスケット ～わたしの絵本タイム～**  
好きなテーマを選んで1対1の読み聞かせや手遊びが楽しめます。1回約15分、おはなしデビューにも♪  
毎週火曜日・金曜日 14:00～16:00のあいだ

かみとだおはなし会

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？



『あいては人か話を通じないときワニかもしれません』  
レーナ・スコーグホルム／著  
御船由美子／訳  
サンマーク出版

【ハツとして！GOODポイント】  
ポジティブ&ネガティブな伝染

人は、相手の表情や声の調子に影響を受けます。本書ではポジティブな言動もネガティブな言動も、同じように周囲に広がると述べられています。周りの人の雰囲気は自然に決まるものではありません。前向きな言葉を選ぶという、シンプルな行動から過ごしやすさを作ることができる。そのことを、会話をするとき心がけていきたいと思いました。



◀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！

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

センター休館日 4/20(月)  
図書館休館日 4/20(月)、4/30(木)

清掃スタッフ募集中

勤務時間		休憩	1日の勤務形態	月間勤務日数
午前	08:00~11:45 (実働3.5h)	15分	両時間帯の どちらか一方	両時間帯勤務の 合計で10日間前後
午後	13:15~17:00 (実働3.5h)	15分		
時間給	有給休暇	制服	交通費	募集人数
1,141円	有り	貸与	規定内で 支給	若干名

※1日の勤務では午前勤務 若しくは 午後勤務となりますが、どちらの時間帯も勤務が可能な方 ※希望休日考慮します ※勤務地はあいパル 問合せ先:上戸田地域交流センター(あいパル) 設備担当:高橋




上戸田地域交流センター・戸田市立図書館上戸田分館  
「PALDISE」4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

# 2026年4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 ★10:00～ 脳トレ体操 	2 ★10:00～ ぬりえセラピー 	3 ★10:30～ 赤ちゃん おはなし会 	4 ★13:00～ 囲碁将棋ひろば 	5 ★10:30～ バルシアターと かみとだおはなし会
6 ★10:20～ まちの歌声 ひろば 	7 	8 ★10:00～ 脳トレ体操 ★10:00～ 健康相談& コミュニティルーム 	9 ★10:00～ ぬりえセラピー 	10 ★10:30～ 赤ちゃん おはなし会 	11 ★11:00～ おもちゃの病院 ★15:00～ ウクレレひろば 	12
13 ★10:00～ オセロひろば 	14 ★10:00～ 新聞ちぎり絵 	15 ★10:00～ 脳トレ体操 	16 ★10:00～ ぬりえセラピー 	17 ★10:30～ 赤ちゃん おはなし会 	18 ★10:30～ モルックひろば ★13:00～ 囲碁将棋ひろば 	19 ★10:30～ かみとだ おはなし会 ★TODA くらしEXPO
20 <b>休館日</b>	21 	22 ★10:00～ 脳トレ体操 	23 ★10:00～ ぬりえセラピー ★10:00～ 健康相談& コミュニティルーム 	24 ★10:30～ みんなで パルるんひろば 	25 	26 ★13:00～ ボードゲーム ひろば
27 ★10:00～ オセロひろば 	28 ★10:00～ 新聞ちぎり絵 	29 <b>昭和の日</b>	30 ★10:00～ ぬりえセラピー  <b>図書館休館日</b>	～第4回 あいパル音楽祭～ 5月9日(土)、5月10日(日) 9:30～17:00  ステージ発表や、音楽とのコラボイベントが盛りだくさん！ 詳しくは館内にて配布のパンフレットをご覧ください♪		


 戸田の暮らしをもっともっと面白くする、世界一小さな博覧会！ TODAくらしEXPOは、「まもる」「めぐる」「つながる」3つのテーマのもとに生まれた、(たぶん)世界一小さな博覧会！  
 戸田にまつわる個性豊かな企業やお店、まちの未来が見えてくるプロジェクト、住民参加型のマルシェ、知っておくと安心な市の助成制度展示などなど、みどころ満載！  
 予約も入場料も一切不要！みんなで気軽に遊びにきてください！

## TODAくらしEXPO

4月19日(日) 11:00～16:00

主催：トダくらし不動産 by 平和建設株式会社(宅建協会南彩支部会員)/トダピース/はねとくも  
 協力：戸田市/上戸田地域交流センター「あいパル」/NPO法人CHAR/HUB&STOCK

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。

まちな 歌声ひろば	10:20～11:20 ※入場は10:00から 3Fホール どなたでも、80人 事前申込制(前月の10日～申込開始) 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。	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！ 握力、血圧測定、プチ脳トレ、座ったままでできる簡単な体操も行います。
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 料金：1,000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	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 <u>おひとり30分間相談できます。</u> 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。
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。	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。
新聞ちぎり絵 ひろば	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。4月は「バナナ」、「孔雀」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。	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。
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。	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。
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。	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 4月は「花さかじいさん」ほか短編アニメの上映とミニ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。
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。	かみとだ おはなし会	10:30～11:30 3F研修室 3歳児～小学校低学年、10組(20人) テーマにあわせた絵本や手遊び、大型絵本も！工作とセットのおはなし会です。 4月のテーマは「おともだち」。工作は「ぴよんぴよんうさぎ」を作ります。
ボードゲーム ひろば	13:00～16:30 3Fアトリエ 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。	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。

※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 Tel048-229-3133、戸田市立図書館上戸田分館 Tel048-442-1211

## 福祉保健センターからのお知らせ



ウォーキングで健康寿命を延ばしましょう！



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！

### 歩くことはなぜ必要か？

戸田市の健康寿命は埼玉県の平均より短い状況です。身体活動・運動の量が多い人は、少ない人と比較して、糖尿病、循環器病、がん、ロコモティブシンドローム、うつ病、認知症等の発症リスクが低いことが報告されています。

出典：健康づくりのための身体活動・運動ガイド2023（厚生労働省）

### とだウエルネスマイレージ参加者を募集しています！

とだウエルネスマイレージは、健康アプリ「コバトンALKOOマイレージ」に参加登録することで、楽しくウォーキングに取り組むことができる事業です。毎日の歩数が自動で記録でき、歩数に応じて獲得できるポイントを貯めると、抽選で賞品が当たります。

戸田市独自の“とだウエルネスマイレージ抽選会”も年1回開催！ぜひご参加ください。

すでに、登録済みの方は、アプリ上「コバトンALKOOマイレージ」専用ページ内の登録情報が正しく登録されているかご確認ください。

市ホームページはこちら  
(参加登録方法) ▼



# 郷土博物館だより

第33回企画展

「戸田市のあゆみ

～市制60周年をむかえて(仮称)～」

2026. 10/1 (木)～11/15 (日)



2026(令和8)年10月1日、戸田市は市制施行60年を迎えます。戸田市は、荒川下流域の低湿地帯にあり、現在では交通の便もよくマンションや倉庫が多く立ち並ぶ街ですが、古くは荒川での漁撈や渡船、農業等を行っていました。江戸時代にあった六つの村(上戸田村・下戸田村・新曽村・惣右衛門村・下笹目村・美女木村)は、1889(明治22)年の町村合併によって戸田村・笹目村・美谷本村となりました。その後、昭和の時代に入って戸田町・美笹村、戦後の1957(昭和32)年に戸田町となり、1966(昭和41)年には人口が5万人を超え、埼玉県で24番目の市となる「戸田市」が誕生しました。

今回の展示では、戸田市の変遷や市制施行に加え、2016(平成28)年以降に起こった特徴的なできごとである新型コロナウイルス感染症の流行や、東京2020オリンピック開催時における戸田市の取り組みなどを紹介します。また、お子様でも楽しめるような企画も予定していますのでどうぞお楽しみに。

◆目次

第32回企画展レビュー .....	2	博物館授業 .....	6
ロビー展レビュー、かけはし高校アート展 .....	3	文化財講座、アーカイブスセミナー .....	7
講座レビュー、講座情報 .....	4	収蔵庫情報、お詫び .....	8
昔のくらし展レビュー .....	5		



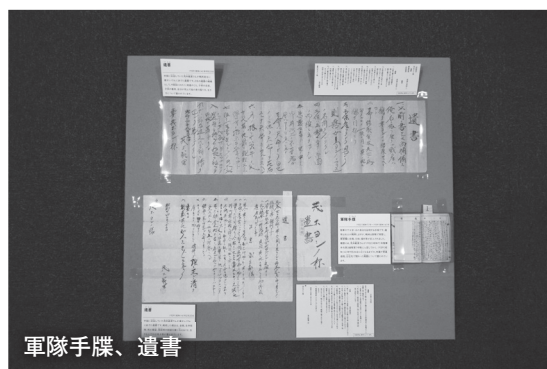
# 第32回企画展「戸田と戦争」

2025.8.2(土)～10.5(日)

本展示は、2025（令和7）年のアジア・太平洋戦争終結後80年の節目に合わせて行いました。年月の経過とともに戦争体験者は減少し、日本が中国(清国、中華民国)、ロシア(ソビエト連邦)、アメリカなどを相手に戦争をしてきた事実は、教科書や終戦記念日で見聞きする遠い過去のできごとになりつつあります。こうした状況を踏まえ、本展では郷土博物館で所蔵する戦争関係資料193点から、日本がどの戦争に関わったのか、兵士や戸田の人々が戦時中どのような生活を送ったのかを見ていきました。戦時中は日本中で物資が不足し、日常生活、教育、娯楽なども戦争の影響を強く受けました。戸田も例外ではなく、アジア・太平洋戦争では、戸田市域から出征した兵士のうち167名が戦死、150名が戦争による傷や病気で亡くなり、戸田市域も高射砲陣地などを標的とした空襲被害をたびたび受けました。戦争は兵士だけでなく、戸田に残された人びとにとっても「身近なできごと」だったのです。

「身近なできごと」と感じる資料の一つに手紙や日記、遺書があります。一例として、家族と離れて満州に渡り、日本に戻れなかった二人の手紙と遺書を紹介します。まずは18歳で親元を離れ、満州開拓青少年義勇隊となった少年が戸田の家族に送った多くの手紙。手紙には慣れない土地で頑張る様子が綴られると同時に、郷愁や家族への恋しさがにじみ出ています。もう一つは、1939（昭和14）年9月に満州敦化县寒葱嶺南方地区での戦闘で亡くなった下士官の遺書(同年2月に遺書、9月に補記を作成)。遺書が丁寧な筆跡で書かれているのに対し、亡くなる前日に書かれた補記では筆跡が乱れており、翌日以降に控える戦闘の激しさを予期させるとともに、家族を残して死ぬことへの心残りや、いたわりの気持ちも伝わってきます。

また、ロビーに設けた「戦争について伝えたいこと」コーナーでは、戦争に対するさまざまなご意見をいただき、来館者の皆様と共有することができました。本展示をご覧いただくことで、地元の過去の出来事を知り、同じ状況に置かれたら自分ならどうするのか、戦争を起ささないためにはどうすればよいかなどを考える機会となったなら幸いです。



## 令和7年度ロビー展レビュー

# 「端午の節句」2025.4.20(日)～5.6(火)

# ／「桃の節句」2026.2.21(土)～3.8(日)

令和7年度のロビー展では、子どもの健やかな成長を願って昔から行われてきた二つの節句を取り上げました。1回目は、5月5日の「端午の節句」に合わせて、明治後期から平成初期ごろまでの五月人形、鎧飾り、手書き鯉のぼりを紹介しました。今ではあまり見かけなくなりましたが、昭和初期ごろまでは鎧兜や鯉のぼりのほかに、武者人形、馬、虎など男の子のお祝いにふさわしい力強さを表した人形を飾っていました。アンケートでは、日本人の手仕事の細やかさや、昔と今の人形の違いに気づかれる方もおり、興味深く観覧していただけたことが分かりました。

2回目は、3月3日のひなまつりに合わせて、戸田の女の子たちが大切にしてきた、江戸後期から昭和初期までの内裏雛と浮世人形を紹介しました。時代ごとに雛人形の大きさ、顔、衣装はさまざまで、女の子のお祝いならではの赤や金を多用したきらびやかな装飾が目を引きました。

また、幅広い年代の方々に楽しみながら節句の豆知識や戸田の風習について知っていただけるようミニコーナーを設け、多くの方にご利用いただきました。



鎧飾り  
(昭和30年代)



白馬 (昭和初期)



内裏雛 (江戸後期)



旭御殿・内裏雛 (昭和初期)

## かけはし高校アート展レビュー

### 2025.11.1(土)～11.12(水)

毎年恒例となりました埼玉県立戸田かけはし高等特別支援学校と連携して行うアート展。「アートミュージアム機能」の展開の一環として行っています。4年目を迎えた今回は、「缶課題」と題して、約20cm角の缶箱に彩色やデザインを施した作品を展示しました。制作に当たったのは、第2学年の生徒たち。展示作業を担当したのも、生徒の皆さんです。展示作業のために用意された紙の型枠にあわせて、四角い箱が整然と均等に並べられました。生き物や風景を描いたもの、お菓子の箱に見立てた物、色とりどりに採色されたもの、似顔絵やイラストなど、思い思いのモチーフで飾り付けられた56点の作品が展示室を彩りました。正方形の作品に収められた生徒一人一人の個性を来館者にご覧いただくことができる展覧会となりました。



展示風景

# 「アンギンでコースターを作ろう！」

郷土博物館では、戸田市の小中学生を対象にした講座「子ども体験ひろば」を開催しています。今回は2025（令和7）年10月19日に行った、子ども体験ひろば「アンギンでコースターを作ろう！」の様子を紹介します。

講座では、「アンギン」とはどのようなものなのか、どう作るのか、という説明を聞いた後、実際に「アンギン編み」を体験しました。実は「アンギン編み」には、少しコツが要ります。最初は博物館の職員が補助をしていたのですが、だんだんとコツがつかめてくると、1人でも編めるようになっていました。

使っている道具は各ご家庭でも簡単に再現できるものばかりなので、講座に参加して、「アンギン編み」のコツをつかんでもらえれば、ご家庭でも楽しんでいただけるものになります。2026（令和8）年にも、子ども体験ひろば「アンギンでコースターを作ろう！」の開催を予定しておりますので、ぜひご参加ください。



コツをつかむまでは博物館職員が補助します



コツをつかめば、1人でどんどん編んでいけます

## 2026（令和8）年度講座開催予定

2026（令和8）年度は、以下の講座を開催する予定です。

※講座の回数、内容、開催時期等について変更する場合がございます。

	開催時期	時間	講座名	定員	参加対象
1	2026年6月21日(日)	①10:00～11:30 ②13:30～15:00	火おこしにちょうせん!	①20人(10組) ②10人	①小学1～3年生の児童と保護者 ②小学4年生～中学生
2	2026年8月23日(日)	10:00～12:00	まが玉を作ってみよう!	15人	小学3年生～中学生
3	2026年10月18日(日)	10:00～12:00	アンギンでコースターを作ろう!	10人	小学4年生～中学生
4	2027年2月14日(日)	10:00～11:30	昔の道具を使ってみよう① ～いなほがお米になるまで～	10人	小学生～中学生
5	2027年2月28日(日)	10:00～11:30	昔の道具を使ってみよう② ～する道具・つむぐ道具～	15人	小学生～中学生

# 「昔のくらし展」レビュー



郷土博物館では、小学校3年生の学習「人々のくらしのうつりかわり」に合わせて、毎年「昔のくらし展」を開催しています。2024（令和6）年度、2023（令和5）年度発行の『郷土博物館だより』第50号、51号では、「昔のくらし展」のこだわりポイントとして、部屋の再現の様子を、その設営にまつわるウラ話とともに紹介してきました。

今回は、実際に展示した資料のこだわりポイントを2つ紹介します。

## ①井戸

「昔のくらし展」では、当時の様子を想像しやすいように、展示空間にも工夫をしています。その工夫は、第50号、51号の『郷土博物館だより』で紹介した土間や部屋の再現のほかに、井戸の再現があります。

井戸枠とポンプ部分だけの展示になってしまうと、実際にどう使われていたのかが想像しにくいいため、流し場を製作して、その上に井戸とポンプを展示しています。製作した流し場は、できるだけ本物に近づけるようにこだわっています。そのため、見た目だけのハリボテではなく、かなり重量感のあるものになっています。毎年「昔のくらし展」の設営では、大人4人がかりで運んで設置しています。展示全体の中では地味な部分のこだわりですが、来年度の「昔のくらし展」ではぜひ注目してみてください。



井戸枠設置の様子

## ②ファミリーコンピュータ

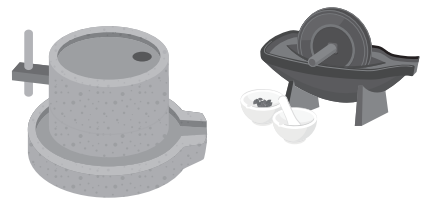
毎年「昔のくらし展」で、我々博物館職員の予想を超えて、一番多く人を惹きつけている資料が「ファミリーコンピュータ」です。一番身近に感じる存在だからでしょうか、特に子どもの食いつきが良い印象です。

この「ファミリーコンピュータ」と一緒に展示している「ゲームカセット」ですが、郷土博物館にはかなりの種類のものが寄贈されています。数多くある種類の中から、担当学芸員が選んで展示するものを決めています。「昔のくらし展」だけでなく、博物館の展示では、展示の前にあらかじめ、何を展示するのかということを決めています。しかし「ゲームカセット」だけは、「ゲームカセット」を4～5個展示する、ということだけを決めていて、どの種類の「ゲームカセット」を展示するのか決めていません。担当学芸員は楽しみながら展示する「ゲームカセット」を選んでいきます。

来年度の「昔のくらし展」では、どの「ゲームカセット」が選ばれたのか、という部分にも注目してみてください。



# 令和7年度博物館授業



戸田市立郷土博物館では、毎年市内12校の全ての小学校から博物館で学習する「博物館授業」を受け入れています。博物館授業では3年生が「昔の暮らし」を、6年生が歴史を学習します。どちらの学年も博物館授業で行う内容は二つあって、一つは体験学習、もう一つは調べ学習です。6年生は歴史の授業の最初にあたる古代の暮らしの学習として、黒曜石を刃物として使う体験と、2種類の方法での火おこし体験を行います。3年生は、昔の暮らしの体験として、薬研と石臼というものをすりつぶして粉にする道具を使います。薬研では各クラスからもちよってもらったみかんの皮を粉にしてもらいます。みかんの皮をよく乾燥させたものは「陳皮」という漢方薬として用いられてきました。七味唐辛子の材料の一つでもあり、小学生にとってもわりあいイメージのしやすい素材の一つです。石臼では最も身近な穀物である米をすりつぶして粉にします。どの体験も非常に限られた時間で行われますが、博物館では学芸員やボランティアの説明で少しでも子どもたちに理解を深めてもらおうと日々工夫をこらしています。

体験学習とともに、常設展示室と特別展示室をつかった調べ学習がもう一つの柱です。

当館の常設展示室は古代から現代に通じる通史展示という形式で構成されています。6年生は歴史の授業ということで、常設展示室で戸田市の歴史を追いながら、古代から現代への流れを把握してもらいます。この学習を手助けするために、6年生の授業では博物館から事前に『常設展示学習サポート』という12ページの小冊子を配布しています。これは、常設展示における各時代の内容を解説するとともに、それぞれの時代の出来事などを調べて記入できるようにしたものです。

3年生は昔の暮らし調べのため、常設展示室のなかでも特に、復元民家と団地のダイニングキッチンコーナーで今の住宅や暮らしとの違いや昔の家の特徴などの調べ学習を行っています。また、3年生の博物館授業と関連して実施されている「昔の暮らし展」を見学しながら、昔の道具の特徴や今の道具との違いなどを、戸田で使われてきた道具の見学を通して調べます。この学習にあたっては、『はっけん！たいけん！昔の道具調べ隊』という6ページのワークブックを配布しています。子どもたちが気になった道具を自由にイラストで表現できるような欄や感じたことなどをメモできるように作られています。

学校教育におけるICT環境の進展に合わせて、『常設展示学習サポート』も『はっけん！たいけん！昔の道具調べ隊』も印刷した冊子を配布すると同時に、データでも配布しています。3年生には「昔の暮らし展」で一般の来館者用に配布している解説小冊子も一緒にデータ提供しています。博物館授業で紙を使うか電子を使うかは学校やクラスにお任せしており、展示室で子どもたちがそれぞれのタブレット端末を持ちこんで資料を撮影したりメモを入力したりする姿も珍しくありません。



令和7年度文化財講座

# 「考古学でみる室町・戦国時代の集落」

2026.1.24 (土)

文化財講座は、皆様に市内の文化財を知っていただくとともに、文化財保護の普及を目的に開催しています。今年度の文化財講座は、戸田市でも近年発掘調査事例が増えている室町時代・戦国時代の集落遺跡をテーマとして、2026（令和8）年1月24日に開催しました。

講師にお迎えしたのは葛飾区郷土と天文の博物館学芸員の永越<sup>えいし しんご</sup> 信吾さん、中世の集落遺跡だけでなくかわらけ・ホウロク・木製品などの中世・近世に関連する遺物について多くの論文を執筆されるとともに、中世の集落遺跡についての学術書も刊行されておられる専門家です。講座では普段なかなか聞くことのできないお話をたくさんうかがうことができました。

当日は、実際に戸田市内の中世遺跡から出土した遺物を一部、会場に展示し、参加者の皆さんに見学していただきました。また、会場での受講に参加できない方々にもオンデマンド配信を用意し、多くの方々に受講していただくことができました。

アーカイブズセミナー

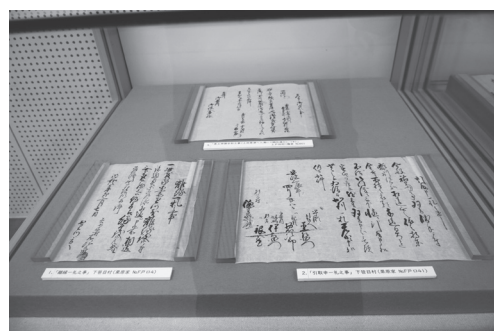
# 「戸田の古文書解読講座（中級編）」

2025.11.22 (土)、11.29 (土)

2025（令和7）年11月22日と11月29日の2日にわたり、郷土博物館講座室を会場に例年恒例となっているアーカイブズセミナーが実施されました。講師には戸田市立郷土博物館協議会会長である佐藤<sup>かつみ</sup> 勝巳氏を迎え、2日間で26名の市民に参加していただきました。

戸田市内に残された江戸時代の古文書を読んでみようというアーカイブズセミナー。今回は、1日目の主なテーマを「三行半<sup>みくだりはん</sup>と通行手形」、2日目のテーマを「鷹場」としました。1日目のテーマである三行半とは、夫から妻への離縁状の江戸時代における俗称です。その本文が3行半で記されたことから呼びならわされた俗称ですが、実際の史料を見るとその文言にも多様さがうかがえます。市内に残された史料にもいくつも見られ、当時の夫婦や社会のあり方を読み取ることができる史料です。2日目は、狩りの獲物である鳥を脅かさないための制限や、鷹の生き餌の餌として集めさせられる虫など、將軍の鷹狩りのために様々な規制を受けていた戸田の人々の暮らしをいくつもの史料から読み取ることができました。

「初級編」と題して実施していたこれまでのアーカイブズセミナーでは、文書の形式や書かれている文言についての解説が主でしたが、「中級編」とした今回は、さらにステップアップして参加者の皆さんと古文書本文の中身を読み進めていくスタイルで行われました。少し難度はあがったかもしれませんが、講師の分かりやすい講義で充実したセミナーとなりました。



そめ つけ かん じょう しょう ちく ばい み じん から くさ もん おお ざら

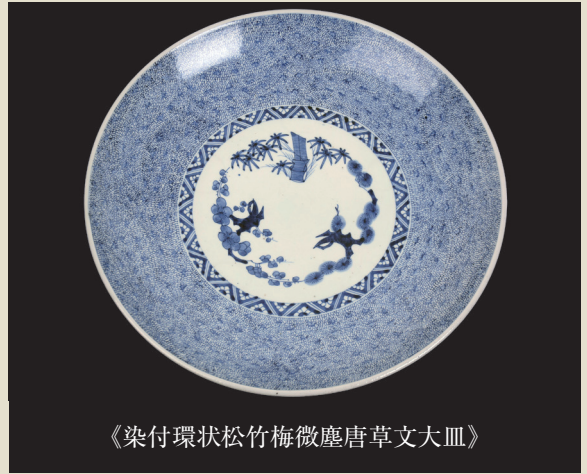
## ～染付環状松竹梅微塵唐草文大皿～

この大皿は18～19世紀に肥前国(現在の佐賀県・長崎県)で作られました。絵付はすべて手描きで、皿の中央には松竹梅が、花菱文を挟んで外側には微塵唐草が細かく描きこまれています。同様の意匠構成の皿類は現在まで生産が続いており、制作年代や作り手の違いで絵付の雰囲気異なるなど、永く人々を楽しませています。

大皿を用いた食文化の起源は西アジア地域にあり、中国を經由して鎌倉時代以降に日本に伝わりました。ただし、大皿は大変高価だったため権力者しか入手できず、庶民の手に届くのは江戸時代後期のことです。この大皿も戸田で文政期以降名主を務めたお宅に安政6(1859)年に納品されました。

大皿はハレの場で多用され、非日常空間に華を添える役割を担っていたと言えます。この大皿も、戸田で「ザシキピロメ」と呼ばれていた新築披露の宴会用に詠えられました。皿の上にはどのようなごちそうが盛られていたか考えるとわくわくしますね。

当館の『研究紀要』第34号では、本作を含む6点の大皿について、より詳細にご紹介しています。ご興味がありましたら、お手にとっていただけますと幸いです。



《染付環状松竹梅微塵唐草文大皿》

## 令和7年度学芸員実習

2025(令和7)年8月4日から8日までの5日間にわたって、博物館実習を実施しました。博物館実習とは、大学で学芸員資格を取得する課程における必修科目です。多くの大学で学外の博物館での実習を行うこととしており、当館も毎年人数を限って受け入れています。大学では座学の多い実習生たちに実物資料を使った調査方法を体験してもらうほか、当館の業務の一部も体験してもらっています。今回は前年度に受け入れた定杭の碑文を拓本で写し取ってもらいました。石製杭に残された碑文は石の表面が荒くなっていることもあり、読み取れるくらいきれいに拓本を取るのには至難の業だったようです。



### お詫びと訂正

「郷土博物館だより」第51号(令和7年3月発行)P.6の記事中において、「新曾下町観音経」と記載すべきところを、誤って「新曾新田観音経」と記載してしまいました。新曾下町観音経関係者の皆様にご迷惑をおかけしましたこと、深くお詫び申し上げます。



### 郷土博物館だより 第52号

■発行：令和8年3月31日 ■編集・発行：戸田市立郷土博物館

〒335-0021 埼玉県戸田市大字新曾1707番地 TEL 048-443-5600 FAX 048-442-8988

URL <https://www.city.toda.saitama.jp/soshiki/377/> E-mail

hakubutu@city.toda.saitama.jp 印刷：関東図書株式会社