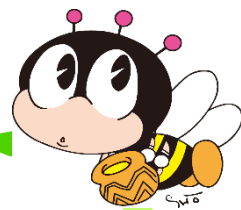
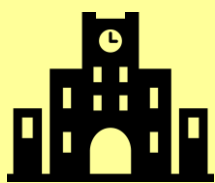


「いつでも・どこでも・誰でも」をモットーに!



# 戸田市民大学 カリキュラム予定表

令和8年度版



大学連携



地域活躍・  
人材育成



地域学習



健康増進



教養



現代課題

# 戸田市民大学とは…

戸田市民大学は、学ぶ楽しみと活動する喜びのあふれるまちづくりの実践に向け、講座受講を単位認定する「市民大学講座」により構成しています。

市民大学講座は、学ぶ楽しさや生きがいを感じることに加え、地域づくりや地域文化の創造を担う人材の育成を目的に開講しています。

共に学ぶ楽しみと活動する喜びを深め、皆さんの生涯学習を一層充実させていきましょう！



## 1. 受講できる人

### 市内在住・在勤・在学者

※戸田市民大学は入学手続き不要です。どの講座からでも気軽に参加することができます。

※原則、費用無料です。(一部の講座では、参加費や保険料あり)

## 2. 申込方法

各講座を担当する課へ直接申込。広報、市ホームページ、市SNSなどで随時募集します。

## 3. 受講方法

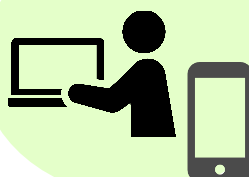
会場受講のほか、インターネットを利用して受講する方法があります。講座カリキュラム表や、広報や市ホームページで御確認ください。

### 会場受講



会場に集まって受講  
他の参加者と交流  
できるかも！

### オンデマンド受講



会場で実施した講座を録画し、  
後日動画配信する「オンデマ  
ンド受講」の方法があります。  
※一部講座のみ

## 4. 受講の流れ

### 市民大学講座に 申込み

希望の市民大学講座  
に申し込みます。

※広報、市ホームペ  
ージ、市SNSなどで随  
時募集します。

### 受講票をゲット！

講座の受付で「市民  
大学受講票」を受け  
取る。

※初回のみ。2回目以  
降は持参

### 講座で学ぶ

受付で「市民大学受講  
票」を提示すると、  
担当者が受講印を押  
して単位認定します。

※単位認定は次ペ  
ージ参照

### 45単位で修了！

45単位取得すると  
修了です。修了者限  
定特典もあります！

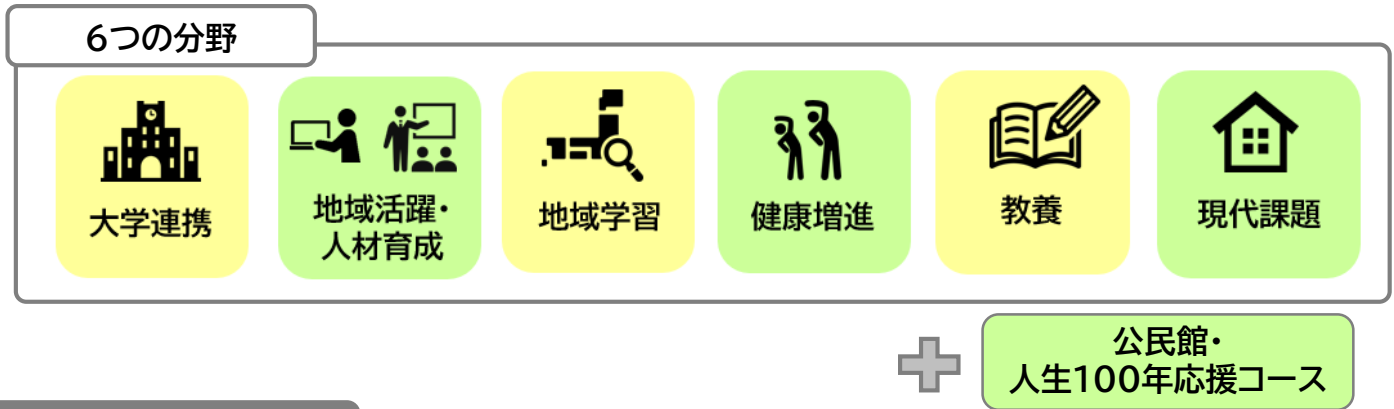
※生涯学習課へ申し  
出が必要です。

●カリキュラムの内容は、随時市ホームページで更新しています。  
また、災害等の影響により、内容に変更が生じる場合があります。



## 5. 市民大学の内容

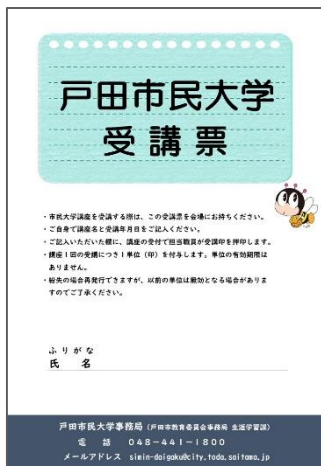
6つの分野+1コースから様々な講座を開催しています。



## 6. 単位認定について

「市民大学受講票」を講座の受付にお持ちいただくと、1講座につき1つ受講印を押印し、単位を付与します。オンデマンドで受講の方も、受講印のデータをメールで送付いたします。

単位に有効期限や修了の回数制限はありません。自分のペースで楽しく学びましょう！



市民大学受講票（表面）

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
講座名									
受講年月日									
受講印	印								
No.	10	11	12	13	14	15	16	17	18

市民大学受講票（裏面）

受講印  
(単位)



←オンデマンド受講の場合  
※メールでデータを送付しますので、切り取って貼付してください。  
もしくは、生涯学習課窓口でお申し出いただき押印いたします。

## 7. 修了特典

単位を45単位集めると修了です。特典を受けることができます！ ※要申請

### 特典① 修了証の授与

市民大学の学長である市長から**修了証**を授与します！  
(修了式は毎年3月実施)



### 特典② 大学等聴講の授業料の補助

大学等の聴講生制度等を利用した際の**授業料の一部を補助**します！  
(詳細は生涯学習課にお問い合わせください。)



## 令和8年度戸田市民大学カリキュラム予定表

### ■ 大学連携

大学と連携した講座

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	青山学院大学・戸田市連携講座	「戸田で中世を学ぶ」	①5月16日(土) ②5月23日(土) ③5月30日(土) ④6月6日(土) 14:00~15:30	文化会館 304会議室	○	生涯学習課
2	埼玉大学・戸田市連携講座	「埼玉大学の研究を共に学ぼう」	9月(平日) 全4回	戸田市役所 5階大会議室	○	生涯学習課

### ■ 地域活躍・人材育成

地域活躍のためのスキルを身に付ける講座やボランティア養成講座等、地域活躍や人材の育成を目的とした講座

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	市民企画講座	市民の企画による講座	12月~2月開催予定	未定		生涯学習課
2	樹木剪定技術講習会	剪定の基本や、不要枝、古枝、細枝などの整枝剪定といった技術の習得を図る。 ※参加費:100円(保険代)	2月開催予定	未定		みどり公園課
3	点訳ボランティア入門講座	点字のしくみ、点字の実技、視覚障害者の生活について。初心者を対象とした内容です。 ※参加費:600円(テキスト代) ※対象:市内在住・在勤・在学 ※定員:7名	10月開催予定	心身障害者福祉センター		心身障害者福祉センター
4	精神保健福祉ボランティア入門講座	精神障害の理解を深め、コミュニケーションの取り方や関わり方、当事者等の支援活動について学びます。 ※対象:市内在住・在勤・在学 ※定員:12名	11月~12月開催予定	心身障害者福祉センター		心身障害者福祉センター
5	要約筆記ボランティア入門講座	要約筆記のしくみ、要約の実技、聴覚障害者の生活について。初心者を対象とした内容です。 ※対象:市内在住・在勤・在学 ※定員:10名	1月~2月開催予定	心身障害者福祉センター		心身障害者福祉センター
6	障害者支援ボランティア養成講座	センター主催の講座や市内施設、学校などで活動する障害児者をサポートするボランティアを養成します。 ※対象:市内在住・在勤・在学 ※定員:10名	2月開催予定	心身障害者福祉センター		心身障害者福祉センター
7	日本語ボランティア養成講座	日本語ボランティアの養成及びスキルアップの研修会	9月、12月開催予定	新曽南多世代交流館(さくらパル)		国際交流協会
8	健康マージャンボランティア講座	市内入所・通所施設の利用者と健康マージャンを楽しむボランティアを育成 ※参加費:未定 ※対象:未定	10月6日(火)~11月24日(火)開催予定	市内施設		ボランティア・市民活動支援センター(TOMATO)
9	「防災ボランティア講座」はじめての一步	防災士と学ぶ「守るコツ」&防災グッズを作って体験しよう ※参加費:無料 ※対象:小学1年生~6年生の親子	7月25日(土)・26日(日)	ボランティア・市民活動支援センター(TOMATO)		ボランティア・市民活動支援センター(TOMATO)

## ■ 地域学習

地域資源を学び郷土愛をはぐくむ講座や地域課題をテーマとした講座

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	とだ学	市内の施設等の見学をとおして、地域資源について学ぶ。	10月開催予定	戸田市内		生涯学習課
2	史料から読みとく美笹地区の歴史	郷土の歴史を資料から読み解いてみよう！ 鳥居に秘められた物語 流行神・梅ノ木稲荷を読み解く ※定員:30名(オンデマンド受講は定員なし)	6月17日・24日、 7月1日・8日 各水曜日 全4回 13:30~15:00	美笹公民館 (西部福祉センター)	○	美笹公民館
3	郷土資料の活用講座	郷土資料を使って戸田市について学ぶ講座 (内容未定)	年1回	中央図書館 2階 視聴覚室		中央図書館
4	戸田ぶらりウォーク	戸田市内の史跡めぐりとボランティアによる解説。 ※参加費:10円(保険料)	5月30日(土) 10:00~11:30 10月31日(土) 10:00~11:30	戸田市内		図書館上戸田分館
5	学びカフェ 郷土編 ～鷹狩の歴史と昔話～	戸田歴史ガイドの会の方がナビゲーターとなって、戸田に伝わる昔話や戸田市史の記録をみんなで読みます。カフェ形式で、自由に話しながら、昔の暮らしを紐解きます。 ※参加費:200円(茶菓子代)	6月28日(日) 14:00~15:30	上戸田地域交流センターあいパル		図書館上戸田分館
6	文化財講座	戸田の文化財について学ぶ。	11月開催予定	郷土博物館 3階 講座室	○	郷土博物館
7	アーカイブズ・セミナー	戸田の歴史について学ぶ。	12月開催予定	郷土博物館 3階 講座室		郷土博物館
8	昆虫をさがそう:春	イモムシを中心に、その時見られるいきものを観察する。 ※参加費:100円 ※対象:誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	4月26日(日) 10:00~11:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
9	植物ウォッチングに でかけよう:初夏	彩湖周辺の植物を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	5月10日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
10	彩湖周辺の自然観察 とカヌー体験①	彩湖周辺の自然観察とカヌー体験。 ※参加費:100円 ※対象:小学校3年生以上	5月16日(土) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
11	彩湖周辺の野鳥観察 ①	湖周辺で見られる野鳥を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	5月24日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
12	彩湖を描こう(淡彩 スケッチ)	スケッチの描き方の説明と野外実習を通して、自然の魅力を引き出すための淡彩スケッチの技術を学ぶ。 ※参加費:300円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	5月31日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
13	昆虫ウォッチング:夏	彩湖周辺の昆虫と自然を観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	7月12日(日) 9:30~11:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター

14	星空観察会:夏の星空	星のソムリエの解説を聞きながら彩湖からの星空を観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学生以下は保護者同伴)	8月22日(土) 18:30~20:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
15	彩湖周辺の自然観察とカヌー体験②	彩湖周辺の自然観察とカヌー体験。 ※参加費:100円 ※対象:小学校3年生以上	10月3日(土) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
16	植物ウォッチングにでかけよう:秋	彩湖周辺の植物を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	10月31日(土) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
17	昆虫ウォッチング:秋	彩湖周辺の昆虫と自然を観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	11月7日(土) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
18	彩湖周辺の野鳥観察②	湖周辺で見られる野鳥を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	11月15日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
19	外来種の昆虫について学ぼう	埼玉県で見られる外来種の昆虫標本の見学や野外での観察を通して、外来種の与える影響などについて学ぶ。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	11月21日(土) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
20	彩湖の自然を撮ろう(初級編)	写真の撮り方の解説と野外実習を通して、自然の魅力を引き出す為の撮影技術を学ぶ。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	11月23日(月祝) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
21	彩湖周辺の野鳥観察③	湖周辺で見られる野鳥を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	12月20日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
22	彩湖周辺の野鳥観察④	湖周辺で見られる野鳥を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	1月10日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
23	星空観察会:冬の星空	星のソムリエの解説を聞きながら彩湖からの星空を観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学生以下は保護者同伴)	1月16日(土) 17:30~19:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
24	野鳥を見よう①	野鳥を中心に、その時見られるいきものを観察する。 ※参加費:100円 ※対象:中学生以上	1月23日(土) 9:30~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
25	彩湖周辺の野鳥観察⑤	湖周辺で見られる野鳥を講師の解説を聞きながら観察する。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	2月7日(日) 10:00~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
26	昆虫をさがそう:冬	冬越しをしている昆虫たちをそつと探してみる。 ※参加費:100円 ※誰でも(小学校3年生以下は保護者同伴)	2月28日(日) 13:00~14:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
27	野鳥を見よう②	野鳥を中心に、その時見られるいきものを観察する。 ※参加費:100円 ※対象:中学生以上	3月7日(日) 9:30~12:00	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター

28	荒川(彩湖)について学ぼう	彩湖の治水や防災について学ぶ。 ※誰でも(小学生以下は保護者同伴)	3月14日(日) 10:00~11:30	彩湖自然学習センター		彩湖自然学習センター
29	地域の匠に学ぼう！大輪朝顔の育て方	戸田朝顔同好会から大輪朝顔を育てる知識と技術を学びます。育てた朝顔は大輪朝顔展に出展するのを目指します。 ※参加費:2,000円(材料費・予定)	年1回	上戸田地域交流センターあいパル		上戸田地域交流センターあいパル
30	戸田ヶ原の歴史と自然を楽しもう	江戸時代のサクラソウの名所「戸田ヶ原」の歴史と、再生した戸田ヶ原の自然を学ぶ。	3月開催予定	彩湖・道満グリーンパーク管理事務所他		(公財)戸田市水と緑の公社

## 健康増進

健康増進を目的とした講座(食や運動)

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	市民ボート教室	初心者から経験者までボートの楽しさを学ぶことができる教室です。 ※参加費:教室毎で変動有(100円~600円) ※対象:教室により小学校4年生以上、中学生以上、経験者等の枠を設けている	5月~3月(第1期~第4期)開催予定	戸田ボートコース		文化スポーツ課
2	カヌー体験教室 in 彩湖	彩湖でカヌーの体験ができます。 ※参加費:100円 ※対象:小学生以上(経験不問)	6月・10月(各3部制)開催予定	彩湖・道満グリーンパーク		文化スポーツ課
3	市民体力テスト	体力テストにチャレンジし、体力年齢を測定します。 ※対象:小学生以上	10月12日(月・祝) 9時~正午	スポーツセンター第1競技場		文化スポーツ課
4	健康講座	健康に関する講話、健康測定会 ※対象:18歳以上の市民	9月開催予定	上戸田地域交流センターあいパル		福祉保健センター健康づくり担当
5	がん講演会	がん予防の啓発のための講演会。毎年テーマが変わるため、ホームページや広報等でお知らせ予定。	10月開催予定	未定	○	福祉保健センター健康づくり担当
6	フレイル予防講座	フレイル予防に関する講話、健康測定会 ※対象:18歳以上の市民	12月開催予定	上戸田地域交流センターあいパル		福祉保健センター健康づくり担当
7	こころの健康講演会	「こころの健康」に関する内容の講演会。詳細はホームページや広報等でお知らせ予定。	未定	未定		福祉保健センター健康づくり担当
8	生活習慣改善講座	生活習慣病を予防するための講話。詳細はホームページや広報等でお知らせ予定。 ※対象:18歳以上の市民、在勤者	未定	上戸田地域交流センターあいパル		福祉保健センター健康づくり担当
9	骨粗しょう症予防教室 ~骨こつ教室~	骨量測定、骨や筋肉をつくる生活習慣や歯周病についての講話等の骨粗しょう症を予防するための教室。 ※対象:18歳以上の市民	未定	福祉保健センター		福祉保健センター健康づくり担当
10	健康増進講座	健康づくり活動後に必要な栄養補給について学ぶ。 ※参加費:未定 ※対象:未定	未定	ボランティア・市民活動支援センター		ボランティア・市民活動支援センター(TOMATO)

## ■ 教養

語学、文学、歴史、文化等の学びを深める講座

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	記念講演会	生涯学習をテーマとした講演会 (令和8年度市民大学閉講式も実施)	3月開催予定	未定		生涯学習課
2	英語でポップスを歌おう	オールディーズのヒットソングを 楽しく歌う。 ※定員:25名	9月～12月	下戸田公民館 (東部福祉センター) 第一音楽室		下戸田公民館
3	韓国語講座(初級編) ～ハングルとその発音、 基本の会話を学びます～	ハングルとその発音、基本の会話を 学ぶ。 ※対象:中学生以上 ※定員:20名	6月～8月	下戸田公民館 (東部福祉センター) 大会議室		下戸田公民館
4	学び直しの英語・英 会話講座	初心者向けの英会話講座を実施。 日常会話を学び参加者同士の 交流を深めます。 ※参加費:未定	未定	新曽公民館 (新曽福祉センター)		新曽公民館
5	大人のやり直し英会 話 ～基本フレーズを使いこ なそう～	シンプルで簡単な英会話フレーズ (自己紹介、道案内、日本文化 の紹介など)を学ぶ。 ※定員:15名	1～2月開催予定 土曜日 全4回 10:00～11:30	美笹公民館 (西部福祉センター)		美笹公民館
6	文学講座	未定	10月開催予定	中央図書館 2階 視聴覚室		中央図書館
7	楽しくはじめる英会 話	仲間と楽しみながら英語を学び ます。	未定	上戸田地域交流セ ンターあいパル		上戸田地域交流 センターあいパル

## ■ 現代課題

防災、防犯、人権、環境問題、国際理解等、現代課題をテーマとした講座

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	家庭教育講演会	子育てに関する講演会	10月開催予定	文化会館 301会議室	○	生涯学習課
2	人権講演会	現代社会の人権課題をテーマと した講演会	7月開催予定	文化会館 301会議室	○	生涯学習課
3	人権教育指導者研修 会	現代社会の人権課題を学ぶ。	11月開催予定 平日 全4回	文化会館 304会議室	○	生涯学習課
4	現代課題講座	現代社会が抱える諸課題をテ ーマとした講演会	2月開催予定	文化会館 304会議室	○	生涯学習課
5	防災士と学ぶ防災講 座 ～被災地の近況と災 害対応シミュレーショ ン～	防災士会と連携し、戸田市で想定 される災害と日頃からできる減 災・防災対策について学ぶ。 ※参加費:未定 ※定員:24名	未定	下戸田公民館 (東部福祉センター) 大会議室		下戸田公民館
6	防災講座 ～災害時の自助・共 助を学ぶ～	突然の事故リスクを把握し、自 助・共助の力を育みます。 ※参加費:未定 ※定員:未定	9月	新曽公民館 (新曽福祉センター)		新曽公民館
7	防災講座 ～救命講習～	心肺蘇生法、AED(自動体外式除 細動器)の使い方などについて学 ぶ。 ※定員:15名	9月開催予定 日曜日 13:30～15:30	美笹公民館 (西部福祉センター)		美笹公民館

8	防犯講習会	市内の犯罪情勢や市の防犯対策をはじめ、犯罪被害に遭わないための対策盗についての口座	10月下旬～11月中旬 平日午後開催予定	戸田市役所 5階 大会議室		くらし安心課
9	消費生活講演会	身近な悪質商法への対策や、消費者被害の未然防止についての講座(落語課による講演を予定)	1月下旬 平日午後開催予定	文化会館 304会議室		くらし安心課
10	緑化研修会	緑化や緑の保全の必要性について理解を深めるとともに、緑の管理に関する正しい知識の定着や緑化意識の向上を図る。	11月開催予定	未定		みどり公園課
11	ゲートキーパー養成講座	悩んでいる人を支える「ゲートキーパー」になるための講座。詳細はホームページや広報等でお知らせ予定。	未定	未定		福祉保健センター健康づくり担当
12	知って安心!! 小児救急市民講座	・小児科医による小児の病気、けがの対処や身の回りの危険についての講座 ・消防職員による小児の救命行為の実践	2月開催予定	市民医療センター 1階 家族介護教室		市民医療センター総務課
13	アクティブ避難DAY	町会自治会と連絡を密にして地域の力を発揮することが減災になることを座学等で学ぶ。	冬 あいパル防災DAYS	上戸田地域交流センターあいパル		上戸田地域交流センターあいパル
14	防災カードゲーム体験とレクチャー	防災士との連携でゲームをしながら防災の知識を高めます。	冬 あいパル防災DAYS	上戸田地域交流センターあいパル		上戸田地域交流センターあいパル
15	男女共同参画フォーラム	講演会等を通して様々な視点から男女共同参画について考えます。	年1回	上戸田地域交流センターあいパル		上戸田地域交流センターあいパル
16	残していくあなたへ 「伝えておきたい話」	元気な今だからこそ、家族に伝えられることを学ぶ。 ※対象:市内在住・在勤者	10月25日(日)	笹目コミュニティセンター(コンパル)		笹目コミュニティセンター(コンパル)

## ■ 公民館人生100年応援コース

これからの地域でのくらしに必要なとされるテーマや、いつまでに元気で活躍できるように健康づくりを意識したテーマを扱った約4回の連続講座。生涯現役で活躍するための「学び直し」を応援！

	講座名	テーマ・内容	日時	会場	オンデマンド	担当
1	公民館・人生100年 応援コース	講義や体験などを通じて健康意識の向上・健康寿命の延伸などについて学びます。 ※参加費:未定 ※定員:15名程度	未定	新曽公民館 (新曽福祉センター)		新曽公民館
2	公民館・人生100年 応援コース	講義や体験などを通じて健康意識の向上・健康寿命の延伸などについて学びます。 ※参加費:未定 ※定員:15名程度	未定	下戸田公民館 (東部福祉センター) 2階 大会議室		下戸田公民館
3	公民館・人生100年 応援コース	講義や体験などを通じて健康意識の向上・健康寿命の延伸などについて学びます。 ※参加費:未定 ※定員:15名程度	未定	美笹公民館 (西部福祉センター)		美笹公民館

## 問い合わせ先

担当	連絡先
生涯学習課	電話:048-441-1800 FAX:048-432-9910 メール:simin-daigaku@city.toda.saitama.jp
新曽公民館	電話:048-445-1811 FAX:048-445-1812 メール:niizo-kouminkan@city.toda.saitama.jp
下戸田公民館	電話:048-443-1021 FAX:048-443-1020 メール:simotoda-kouminkan@city.toda.saitama.jp
美笹公民館	電話:048-421-3024 FAX:048-421-3060 メール:misasa-kouminkan@city.toda.saitama.jp
中央図書館	電話:048-442-2800 FAX:048-442-2801 メール:chuo@library.toda.saitama.jp
図書館 上戸田分館	電話:048-442-1211 FAX:048-229-3824 メール:kamitoda7toshokan@ipal-friendship.net
郷土博物館	電話:048-443-5600 FAX:048-442-8988 メール:hakubutu@city.toda.saitama.jp
彩湖自然学習センター	電話:048-422-9991 FAX:048-422-9993 メール:kyo-saiko@city.toda.saitama.jp
くらし安心課	電話:048-441-1800(内線262) FAX:048-433-3358 メール:kurashi110@city.toda.saitama.jp
文化スポーツ課	電話:048-291-8903
みどり公園課	電話:048-441-1800 FAX:048-433-2200 メール:midori-koen@city.toda.saitama.jp
(公財)戸田市水と緑の公社	電話:048-449-1550 メール:mail@toda-kousha.com
心身障害者福祉センター	電話:048-445-1828 FAX:048-441-5031 メール:shinsyo-center@todashakyo.or.jp
福祉保健センター 健康づくり担当	電話:048-446-6453 FAX:048-446-6284 メール:health-01@city.toda.saitama.jp
市民医療センター 総務課	電話:048-421-4114 FAX:048-421-4218 メール:iry-somu@city.toda.saitama.jp
上戸田地域交流センター(あいパル)	電話:048-229-3133 FAX:048-229-3996 メール:kamitoda7kouryu@ipal-friendship.net
笹目コミュニティセンター(コンパル)	電話:048-422-9988 FAX:048-422-8220 メール:compal@compal.jp
国際交流協会	電話:048-434-5690 FAX:048-441-0170 メール:tifa@msc.biglobe.ne.jp
ボランティア・市民活動支援センター (TOMATO)	電話:048-441-4444 FAX:048-441-4451 メール:toda-tomato@todashakyo.or.jp

# もっと学びを充実させるために！



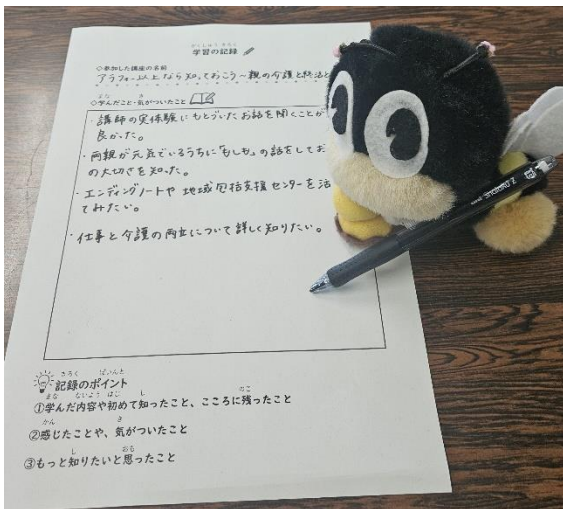
※実施は任意です

## 「自分をふりかえるシート」

これまでの経験や自分の興味について見つめ直しながら、これからやってみたいことや学びたいことを実現するための手法を考えるシートです。

## 「学習の記録」

講座等で学んだ内容について記入し、これまでの学びをふりかえることができます。記入したシートは、講座を受講したときの資料と一緒に、クリアファイル等にに入れて保存していくのがおすすめです。「自分をふりかえるシート」や「学習の記録」とともに自分自身の生涯学習の成果をふりかえることで、今後の学習計画を立てるのに役立ちます。これまでの学びをふりかえることで、さらに新しい目標が見つかるかもしれません。



データはこちらからダウンロードできます！  
<https://www.city.toda.saitama.jp/soshiki/375/kyo-syogaigaku-kiroku.html>



## 市民大学アーカイブズ

戸田の歴史や自然などについて、好きなときに何度でも学習できます！過去に開催した講座の紹介動画もあります。

市民大学アーカイブズのページには、こちらからアクセスできます！

<https://www.city.toda.saitama.jp/soshiki/375/kyo-syogaigaku-simindaigaku-archives.html>



【編集・発行】 戸田市民大学事務局

(戸田市教育委員会事務局 生涯学習課)

〒335-8588 戸田市上戸田1-18-1

電話:048-441-1800 ファクス:048-432-9910

メール: [simin-daigaku@city.toda.saitama.jp](mailto:simin-daigaku@city.toda.saitama.jp)