# さくらハル通信機が



# 令和5年度さくらパル事業

親子ヨガ〜お子様と初めての運動を楽しもう〜

ヨガを通して月齢が近いお子様と保護者の交流を楽しみましょう♪

9月30日(土) さくらパル1階 多目的室

1回目 10:00~11:00(受付9:30~) 2回目 11:30~12:30(受付11:00~)

象:市民(首が座っている乳児~2歳までの幼児と保護者) ※妊娠中の方はご遠慮ください

受講料:1組500円 持 ち 物:動きやすい服装

員:各回先着5組 師:ハグミーラボ 滝澤 理絵さん

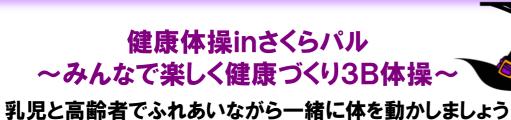
申込期間:9月16日(土)10:00~9月29日(金)17:00

申込方法:Web申込にて









10月5・12・19・26日(木) 毎週木曜日 全4回 さくらパル1階 多目的室 10:00~11:20 (受付 9:30~)

象:市民(在勤可) ※①または②に該当する方 ※妊娠中の方はご遠慮ください

①1歳(しっかり歩ける子)~3歳までの幼児と保護者 先着5組

②60歳以上の方 先着5名

受講料:1人1,000円(親子は1組1,000円) ※全4回分

持 ち 物:飲み物・うわばき・動きやすい服装

師: 公益社団法人 日本 3 B体操協会公認指導者 柴田久美子さん 澤田久子さん

申込期間: 9月21日(木)10:00~10月 4日(水)17:00

申込方法: さくらパル受付・電話・Web申込にて

#### 9月の休館日・臨時休館日

9月 4日(月) 9月19日(火)



#### 10月の休館日

10月 2日(月)

10月16日(月)

10月30日(月)

#### 戸田中央メディックス埼玉(女子ソフトボール)との連携事業

声と嚥下の機能改善トレーニング



🎆 「声のかすれ」と「飲み込みにくさ」の 🞧 関係性とトレーニング方法を お伝えします。

10月21日(土)10:30~11:30

さくらパル2階 会議室

象: 市民(在勤可)

用:300円 ※当日徴収

物:飲み物

員: 先着20名 お越しください 師:戸田中央リハビリテーション病院

リハビリテーション科 小冷 彩果さん

申込期間:10月 7日(土)10:00~

10月20日(金)17:00

申込方法:Web申込・電話・さくらパル受付にて



**陸痛予防エクササイズ** 

膝をサポートするトレーニングを実践。 膝周りのケアをして整えよう!

11月4日(土)10:00~11:30 さくらパル1階 多目的室

象: 市民(在勤可)

用: 300円 ※当日徴収

持 ち 物:飲み物・うわばき ※動きやすい

員: 先着20名 お越しください

師:健康支援センター TMGFit

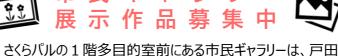
健康運動指導士 布能 雅也さん

申込期間:10月21日(土)11:30~

11月 3日(金)17:00

申込方法:Web申込・電話・さくらパル受付にて





市内在住または在勤の方であれば、どなたでも無料で利用 することができます。

ご利用にあたっては申請書の記入が必要となりますので、 以下の点をご了承の上2階窓口までお申し付けください。

- ●ギャラリーの使用は1日単位で、最大14日間連続使用 ができます。
- ●展示品等について、当館では管理上の責任が負えません。 利用者の方は責任をもって管理してください。
- ●作品を展示するための額等はご自身でご用意ください。 ピクチャーレールはご利用いただけます。



#### サークルメンバーの 募集掲示を出してみませんか

さくらパルの多目的室や会議室を利用されているサークル団体 の方は、館内に設置されているメンバー募集用の掲示板を利用 することができます。

掲示場所は、1階多目的室前と2階ラウンジに設置されている パネルです。

ご利用にあたっては申込書の記入が必要となりますので、2階 窓口までお申し付けください。

- ●申込受付後、随時掲示を開始します。
- ●掲示期限は設けず、取り下げのお申し出があるまで掲示を 継続します。
- ●掲示内容に変更が生じた場合は、窓口までお知らせください。

# さくら高症



#### さくら商店の営業時間

10:00~夕焼けチャイム

※さくらパル休館日・臨時休館日は お休みです。

夕焼けチャイム

9月1日~9月30日 17:30

10月1日~3月14日 16:30

※9月19日(火)は臨時休館日です

### 戸岡市文化会館情報

戸田市文化会館 9・10月の休館・臨時休館日 9/13(水)・10/11(水)・10/12(木)

#### TODA CITY THEATRE 劇団ONE 第10回記念公演「イーハトーボの劇列車」

き/9月17日(日) 16時00分~、18日(月・祝) 14時00分~ 場/戸田市文化会館 大ホール 用/一般1,000円、高校生以下500円 ※全席自由

※当日は、いずれも200円増となります 販売場所/戸田市文化会館、さくらパル、他 SNSで様々な情報を 発信しています!



ハローキティ45周年&サンリオピューロランド30周年記念作品 サンリオファミリーミュージカル

「ピューロマスケティア~3人のやさしい銃士たち~」

1回目 11時00分~ 2回目 14時30分~

場/戸田市文化会館 大ホール

用/一般2,500円、友の会2,250円(3歳以上)

※2歳以下は保護者1名につき1名ひざ上鑑賞可。 ただし、お席が必要なお子様は有料。

※戸田市文化会館友の会対象事業

(友の会会員割引は、戸田市文化会館のみの取扱いとなります。)

チケット/前売中 販売場所/戸田市文化会館、さくらパル、他



イベントの詳細に関しては、戸田市文化会館までお問合せください。 (048-445-1311)

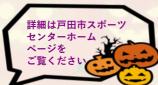
### 戸岡市

スポーツセンター情報

★スポーツの日記念事業★

戸田市スポーツセンター 9・10月の休場・臨時休場日 9/13(水)·9/27(水)·10/11(水)·10/25(水)

詳細は各チラシ



スポーツセンターでは毎月教室の 参加者を募集しています。

テニス、体操、卓球、武道、スイミン

グ等、興味のあるスポーツを始めて

※欠員の生じた教室のみ追加募集

※申込には無料会員登録が必要

です。 ※スポーツセンター窓口でも申込

みませんか? 是非HPをご確認ください<mark>∜</mark>

をいたします。

#### 「自分に合ったスポーツを見つけよう!スポーツ能力測定会」

世界最新機器で、6つの運動から運動能力を測定。

向いているスポーツや現在やっているスポーツに活かせるトレーニング・遊び方を提案します。 測定結果の測定証もお持ち帰りいただけます!

時:令和5年9月30日(土)10時00分~17時00分(時間帯を7回に分けて実施)

※1人当たりの測定時間は、約1時間となります

※申込みの際に、ご希望の測定開始時間帯をお選びください

象:小学1~6年生

員:各回15名(計105名)

※応募者多数の場合、市民優先とした抽選を行います

: 戸田市スポーツセンター 第1競技場

: 動きやすい服装・屋内シューズ・飲み物・タオル

費:500円(消費税・保険料込)

抽 選 申 込:令和5年9月1日(金)から9月10日(日)まで

当 落 発 表:9月11日(月)

申込方法:戸田市スポーツセンターホームページ「イベント情報」

よりWEB申込

※応募には無料会員登録が必要です

※定員に満たない時間帯がある場合のみ、 9月19日(火)から9月22日(金)に

再募集を行います

戸田市スポーツ センター公式



## さくらパルからのお知らせ

- ▶9月の抽選予約(2023年12月分)で 当選された方の支払期限は下記の日付となります。 9月30日(土)
- ▶粗大ゴミ収集券を販売中です。(1枚400円)

#### (午後4時から午後7時まで)

9月 6日 (水) 9月20日 (水) 10月 4日(水) 10月18日(水)

> お問合せ:戸田市こども青少年部 児童青少年課 青少年担当へ (@048-441-1800)

> > までお問い合せ

下さい。

#### 【公共施設予約システム・窓口を停止します】

令和5年12月1日から新しい公共施設予約システムに代わります。

予約データの引継ぎなど新しいシステムの準備のため、

11月26日(日)午後3時から12月1日(金)午前9時まで、システムが停止します

PVVVV

×空き状況や予約内容の確認

ができなくなります。

×予約の申し込み・取消

11月26日(日)午後5時から12月1日(金)午前9時まで、窓口の下記の取扱いを停止します。



×施設利用料の支払い・変更・取消

×予約申し込み(当日予約も受付できません)

ができなくなります。

、 以下に該当する利用者の皆様は、11月26日(日)午後5時までに施設利用料の支払いをお願いいたします。

○11月の抽選予約を行い、施設利用が当選した方

○11月27日(月)~11月30日(木)が支払期限となる方

○11月27日(月)~12月1日(金)に施設を利用したい方



※スマホやパソコンから予約の場合、**画面に支払期限**が記載されています。支払期限が上記に該当する場合はご注意

※支払期限までに支払いがなければ、**予約取消**となります。

所在地

〒335-0026 戸田市新曽南3-1-5 新曽南庁舎1・2階

048-229-1061 (9:00~19:00)

X 048-447-2055

E - m a i | sakurapal@todacity-culturehall.jp

開館時間

8:30~21:30 (受付時間 9:00~19:00)

休 館 日

毎月第1・3・5月曜日(祝日は除く)及び12月29日~1月3日

※上記以外に臨時休館する場合がございます。

ホームページ http://www.todacity-culturehall/sakurapal-top.html





さくらパル





